

SUOMEN VOIMISTELULIITTO VOIMISTELUN VALMENNUSKULTTUURI 2018 -TUTKIMUS



Erna Icén

13.2.2019

Taloustutkimus Oy

Tutkimuksen toteutus

- ✓ Tutkimus toteutettiin sähköposti-informoituna internet-kyselynä 20.12.2018 – 8.1.2019 välisenä aikana.
- ✓ Kutsuja tutkimukseen lähetettiin 4438. Kysely lähetettiin kaikille 12 vuotta täyttäneelle Suomen Voimisteluliiton kilpa A tai B-lisenssiurheilijoille. Kysely lähetettiin lisenssirekisterissä olevaan sähköpostiosoitteeseen, joka yleensä on huoltajan sähköpostiosoite. Alle 15-vuotiaat ovat voineet vastata kyselyyn yhdessä huoltajan kanssa tai itsenäisesti huoltajan suostumuksella. Samassa sähköpostikutsussa oli myös oma linkki huoltajille, jonka kautta he ovat voineet vastata kyselyyn omasta näkökulmastaan.
- ✓ Kyselyyn vastasi 1651 henkilöä, joista voimistelijoita oli 758 ja huoltajia 892. Tutkimuksen vastausprosentti on noin 37%.



Tutkimuksen teemat

Mikä voimistelussa motivoi?

Valmentajan arviointi

Ilmapiiri harjoituksissa

Ulkonäkö

Epäasiallinen käytös

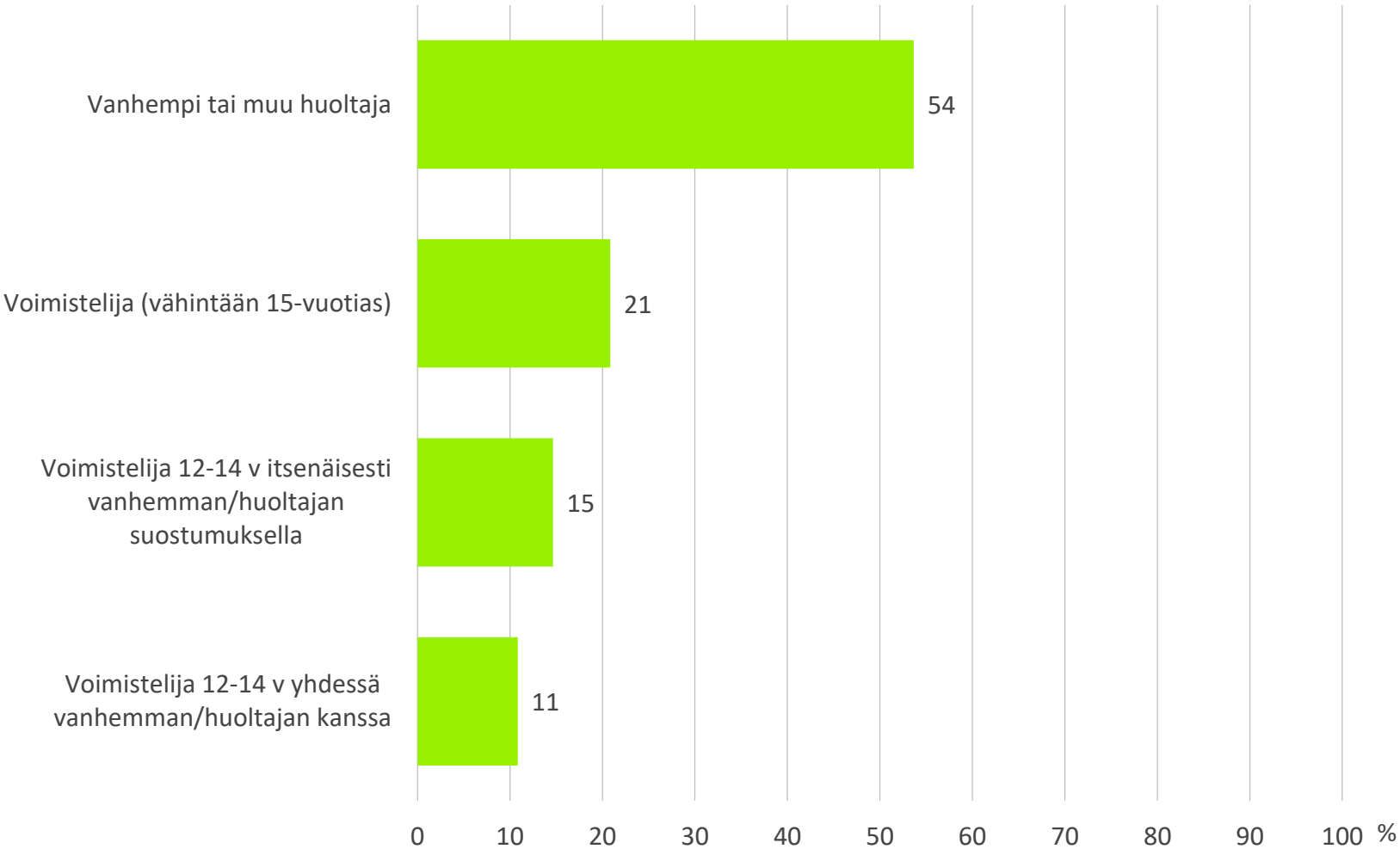
Voimistelun valmennuskulttuurin kehittäminen





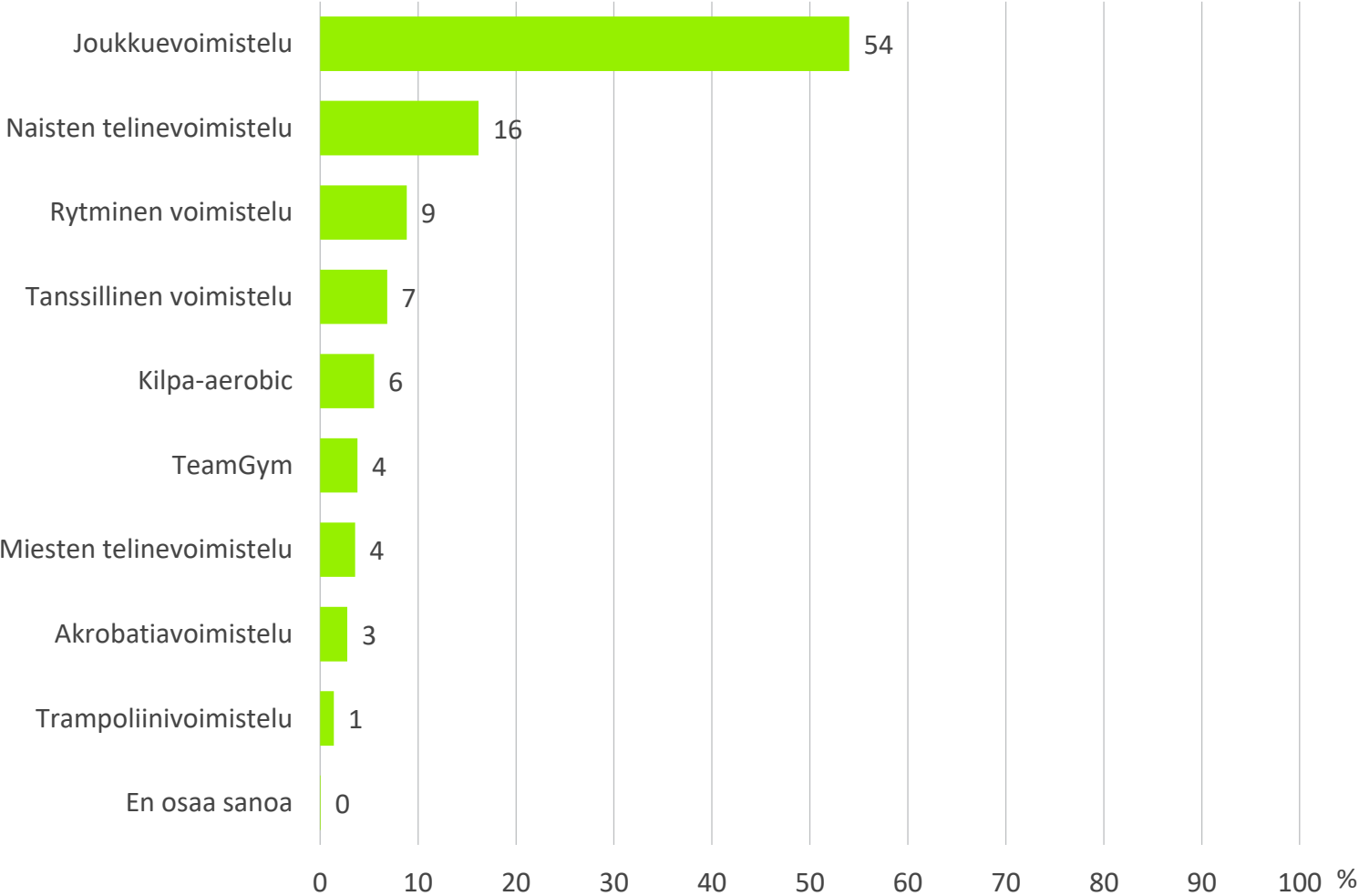
VASTAAJAJOUKON RAKENNE

Kyselyyn vastaaja



Vastaajat, n=1651

Oma/omat kilpalajit

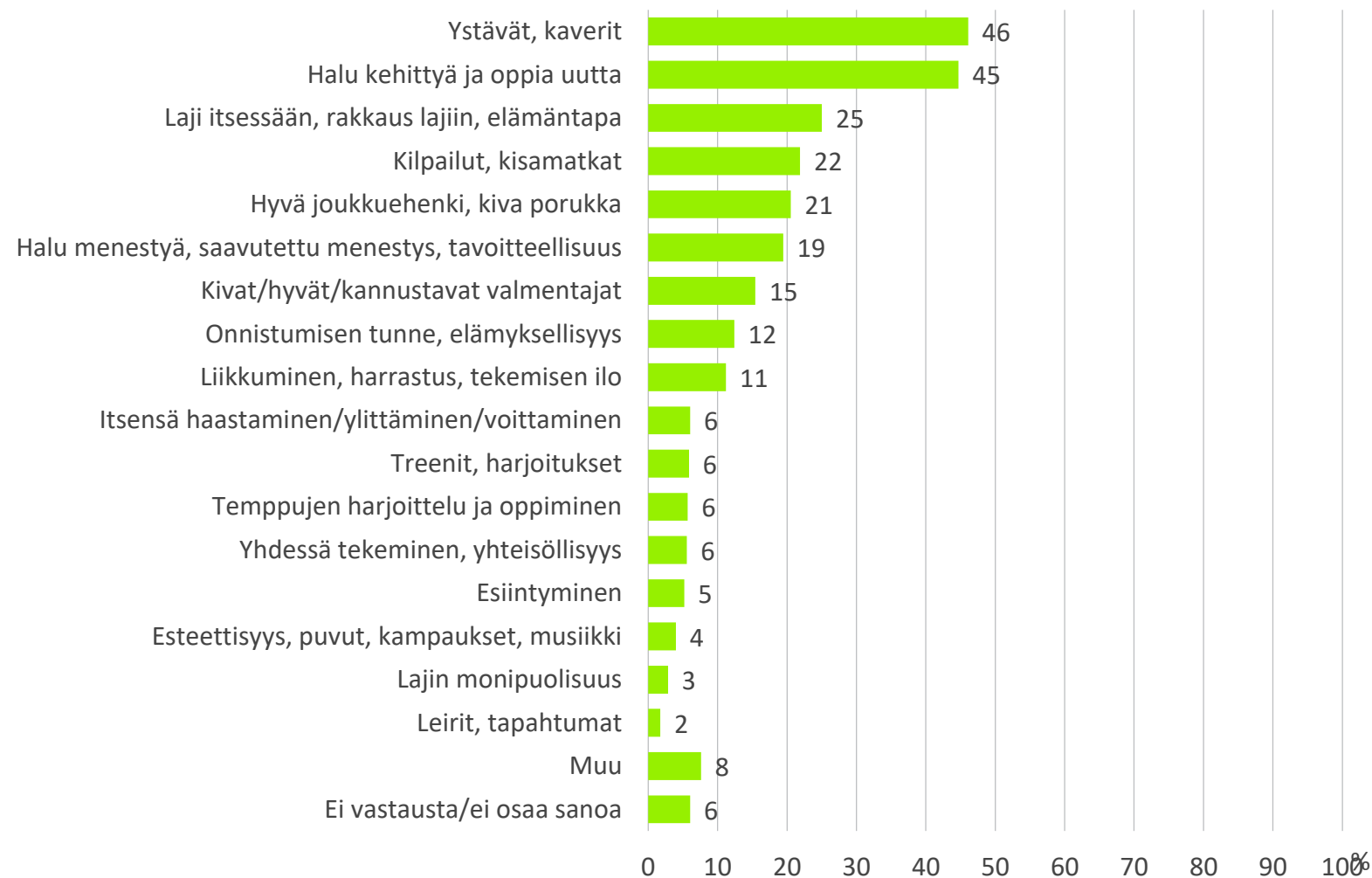


Vastaajat, n=1651



MIKÄ MOTIVOI VOIMISTELEMAAN

Mikä innostaa ja motivoi voimistelemaan?



"Halu kehittyä, haastaa itseään ja oppia uutta."

"Kehittyä itse taitavammaksi ja jakaa oppimaansa valmentajana toisille."

"Mahtavat kaverit ja menestys omassa sarjassaan, kehittyminen."

"Kiinnostus lajia kohtaan, joukkuekaverit, kisat, uuden oppiminen."

"Kilpaileminen, kiva ja samanhenkinen ryhmä, tavoitteellinen treenaaminen, innostunut valmentaja, mielenkiintoiset ja sopivan tasoiset ohjelmat, jotka suunnitellaan yhteistyössä valmentajan ja joukkueen kanssa."

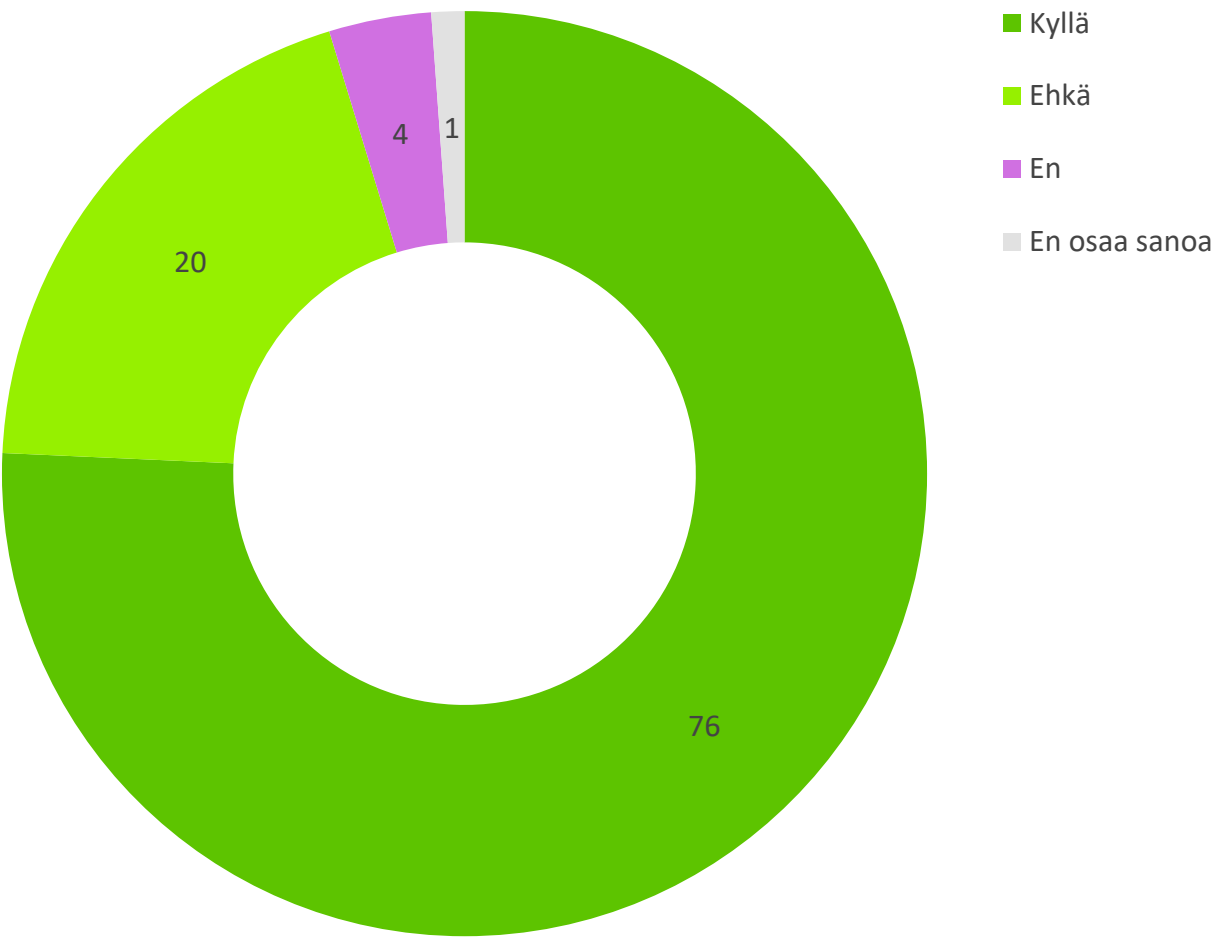
"Tykkää voimistelusta, ryhmässä on hyvä yhteishenki, omat tavoitteet voimistelussa ovat korkealla."

"Kehittyminen, ystävät joukkueessa, hyvä valmentaja, uudet taidot, esiintyminen."

"Lajissa ja taidoissa kehittyminen, kaverit ja voimistelun maailmassa eläminen, kisamenestys ja onnistumiset."

Vastaajat, n=1651

Suosittelisitko voimistelua harrastukseksi kaverillesi tai tuttavallesi?

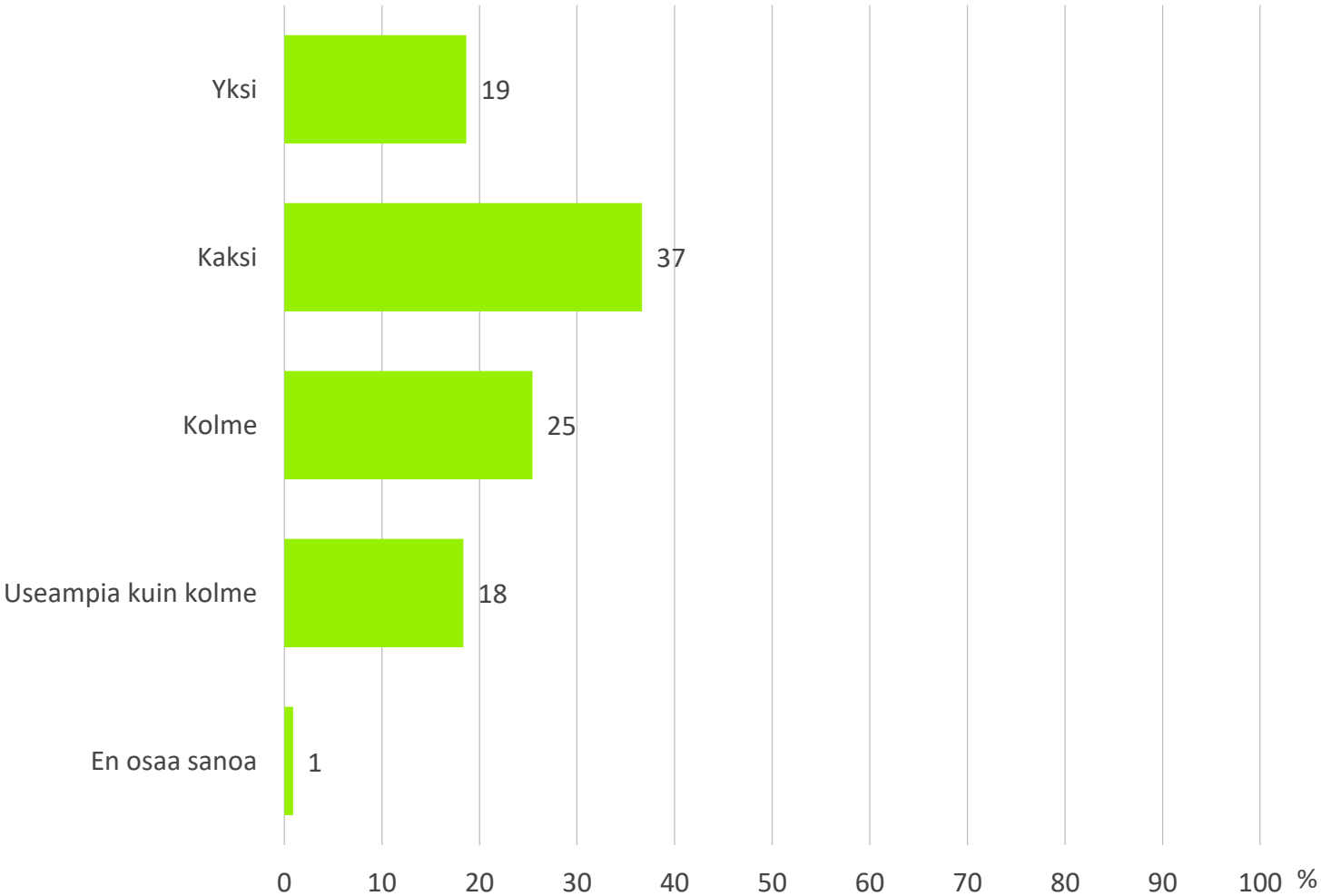


Vastaajat, n=1651

A group of approximately eight dancers in black, flowing dresses are captured in a dynamic, synchronized pose. They are barefoot and their bodies are arched, with one leg extended high and back, and arms reaching upwards or outwards. The background is a plain, light-colored wall.

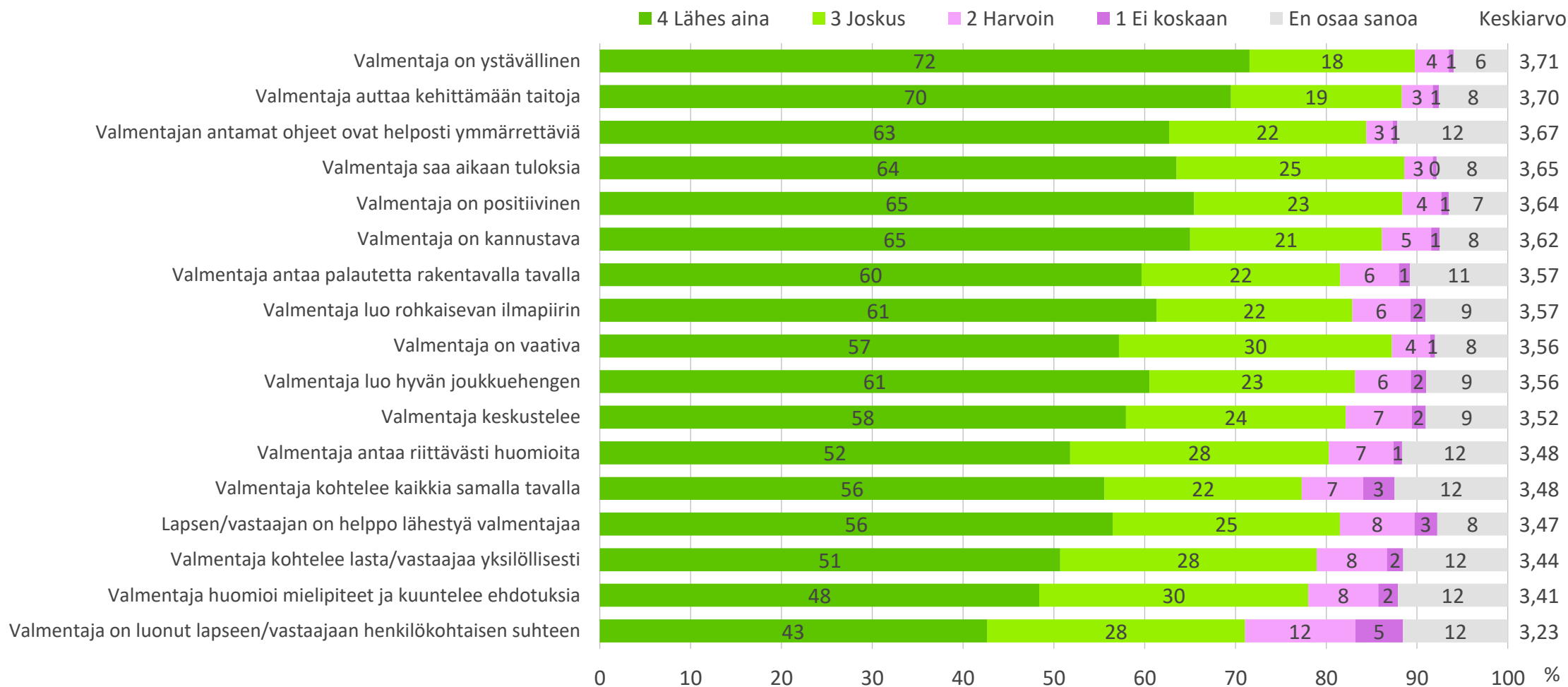
VALMENTAJA

Kuinka monta valmentajaa on tällä hetkellä?



Vastaajat, n=1651

Kuinka hyvin ominaisuus kuvaa valmentajaa?

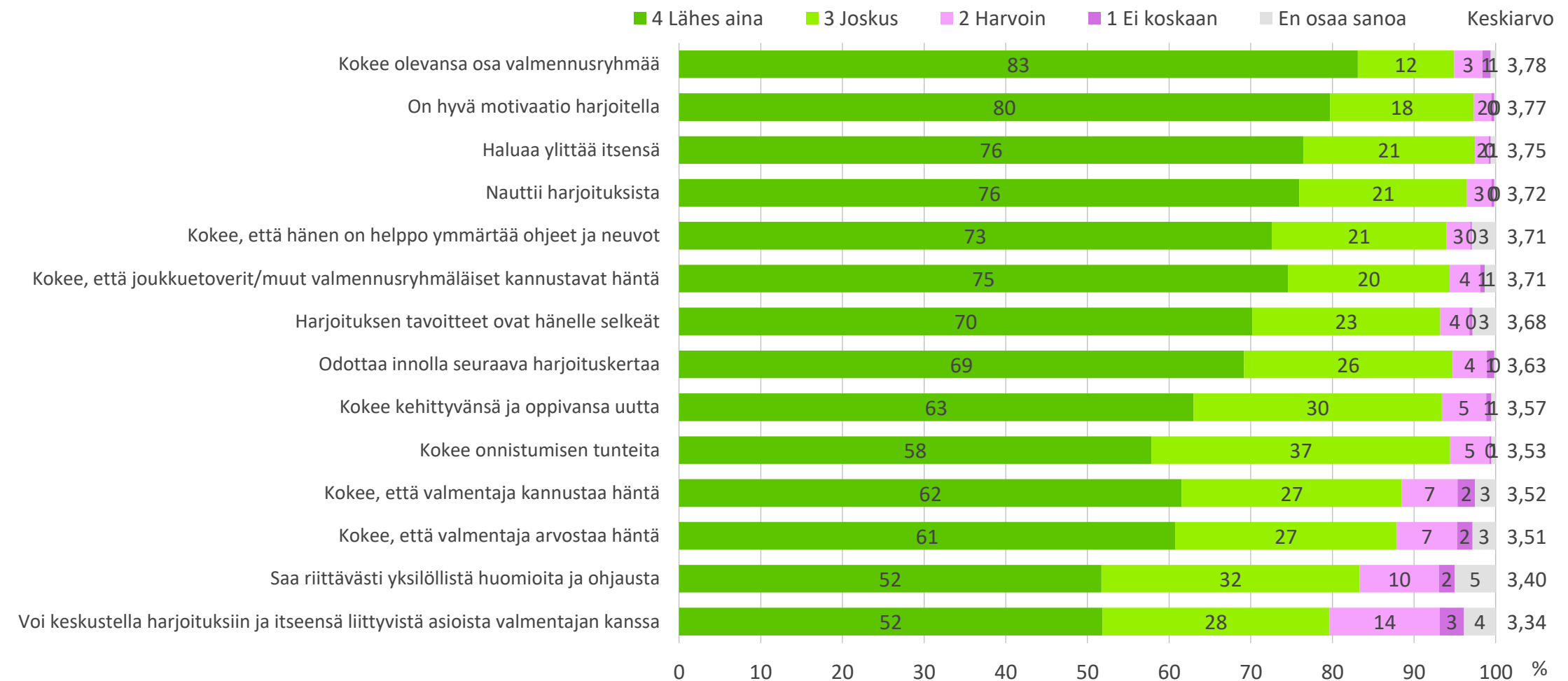


Arvioitujen valmentajien määrä, n=3732



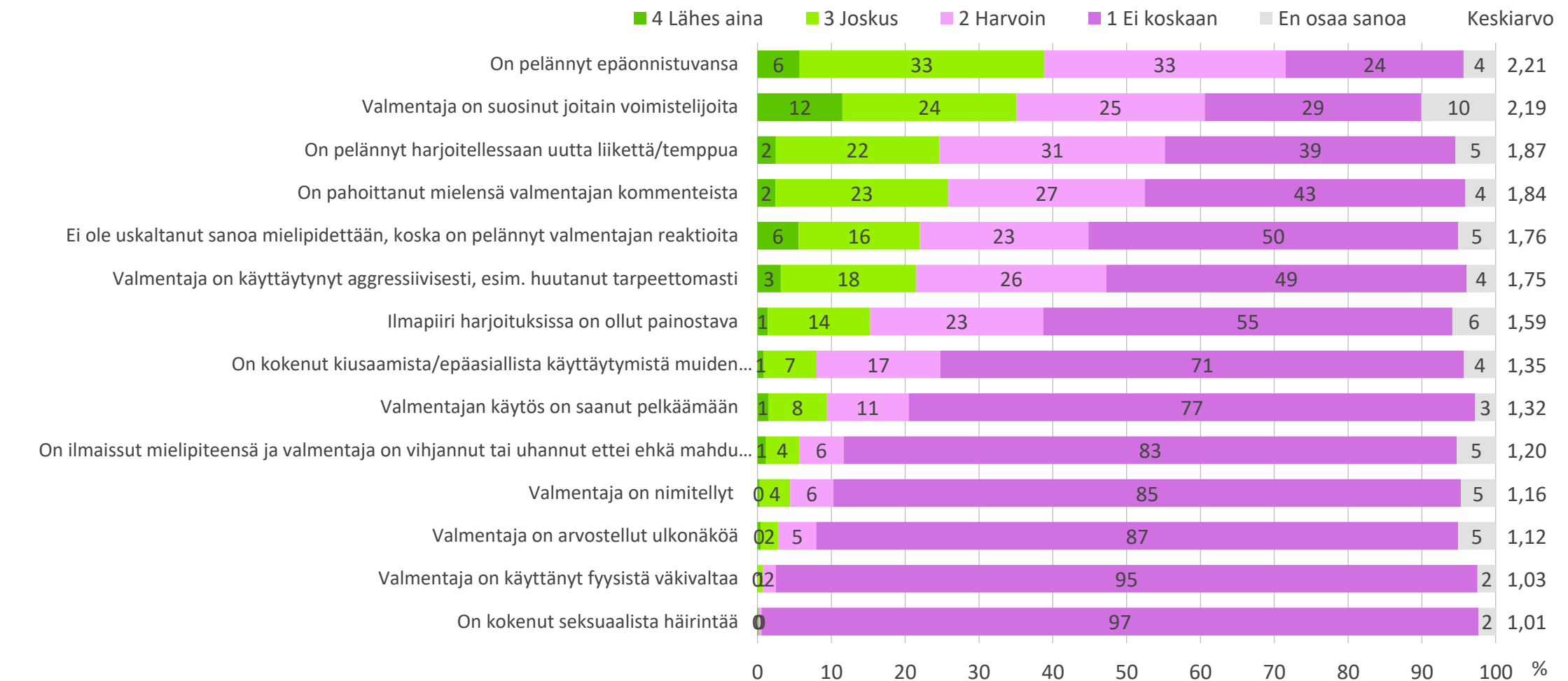
ILMAPIIRI HARJOITUKSISSA

Kuinka usein on kokenut seuraavia asioita harjoituksissa?



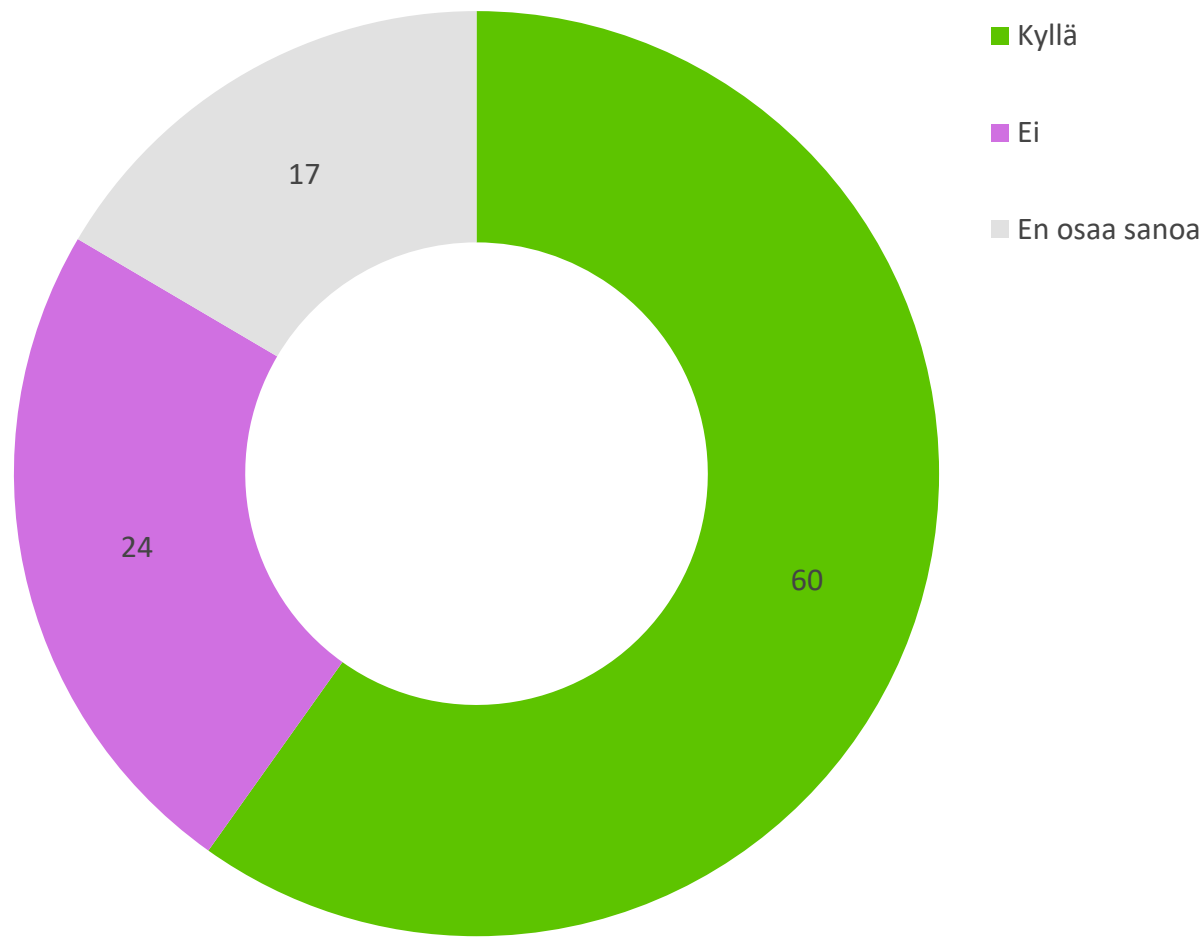
Vastaajat, n=1651

Kuinka usein on kokenut seuraavia asioita harjoituksissa?



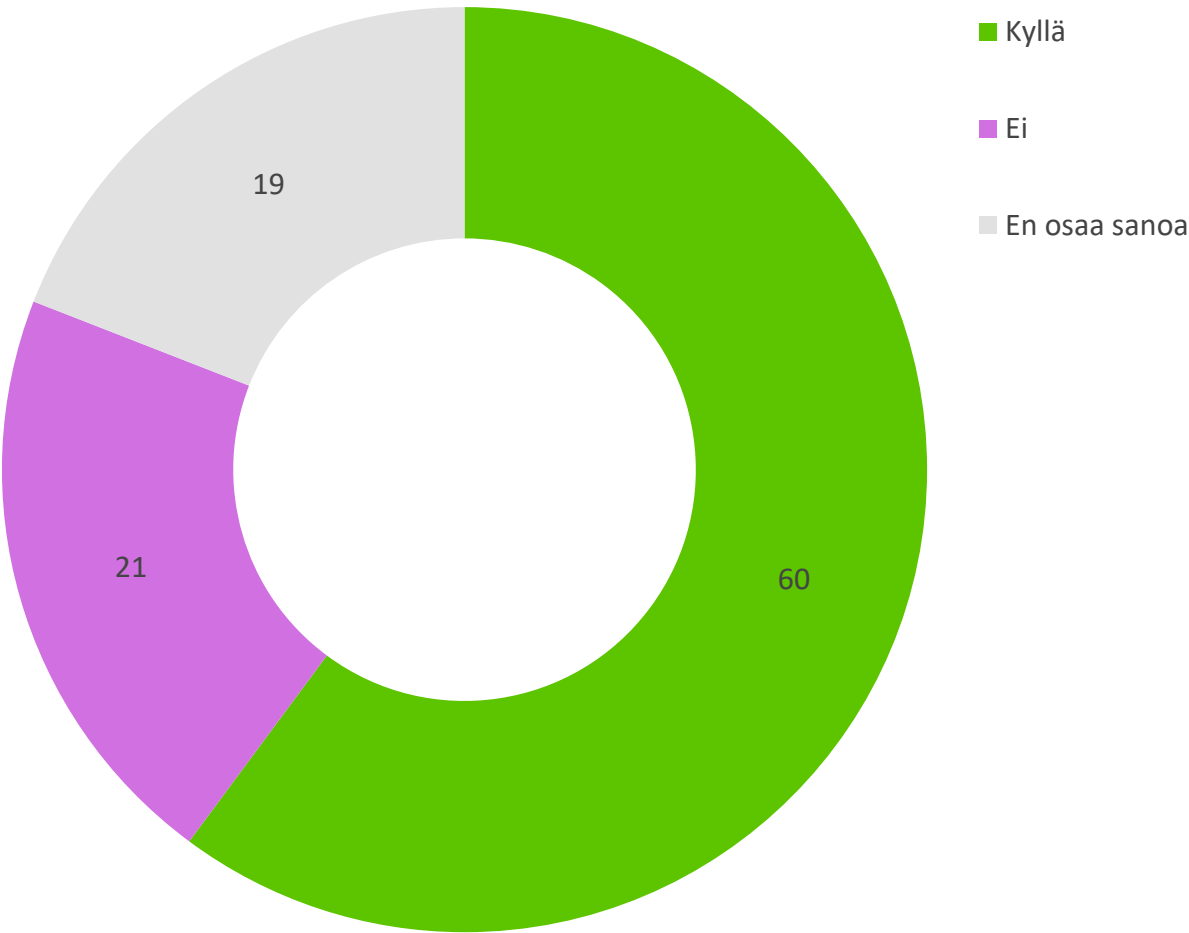
Vastaajat, n=1651

Pystyykö keskustelemaan valmentajan kanssa vaikeimmistakin asioista?



Vastaajat, n=1651

Pystyykö antamaan valmentajalle palautetta asioista, joista on eri mieltä?



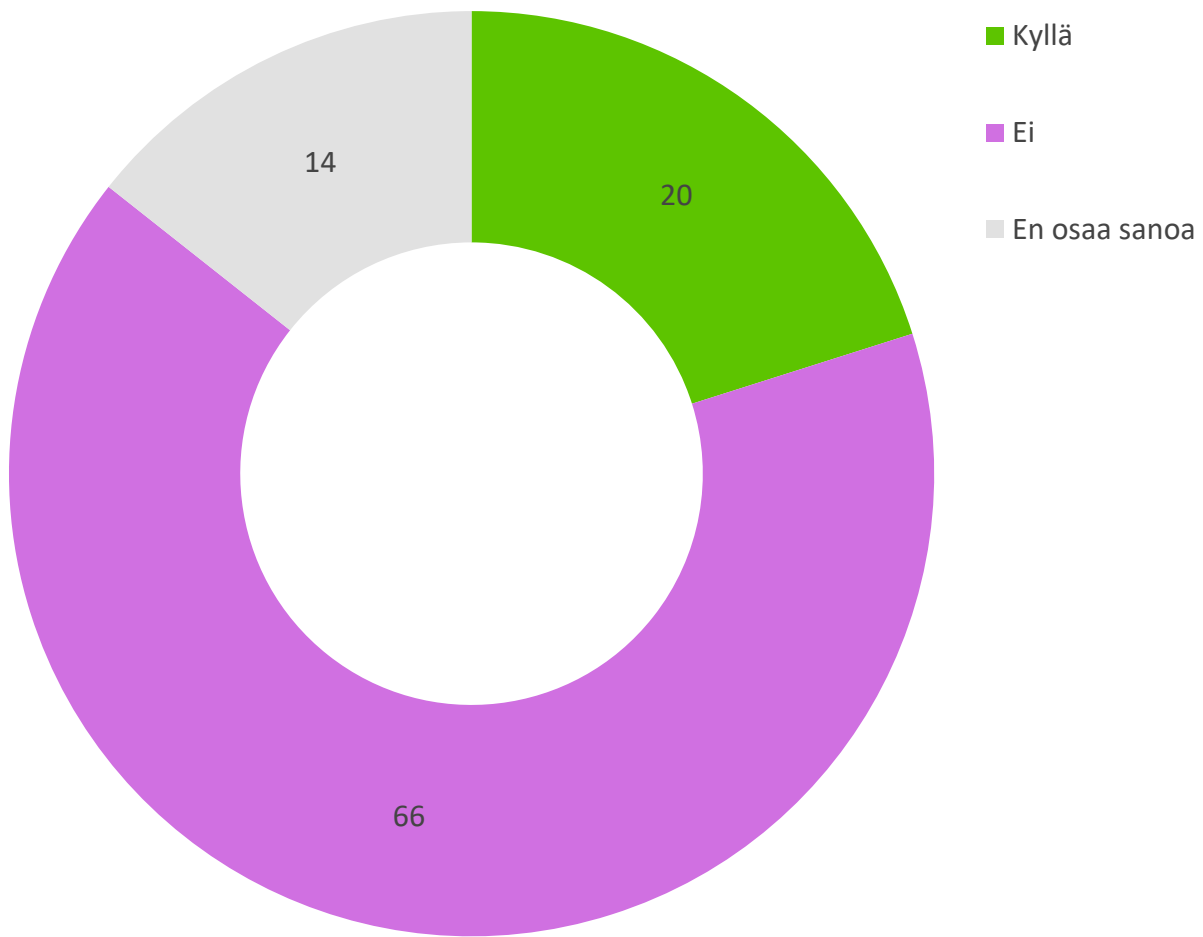
Vastaajat, n=1651

EI OLE PYSTYNYT ANTAMAAN VALMENTAJALLE PALAUTETTA ASIASTA, JOSTA OLII ERI MIELTÄ:
Kertoisitko omin sanoin, minkälaisesta asiasta oli kyse?



Vastaajat, n=343

Jos voimistelija kertoo eriävän mielipiteensä valmentajalle, pelkääkö hän, että se vaikuttaa negatiivisesti voimistelu-uraan?

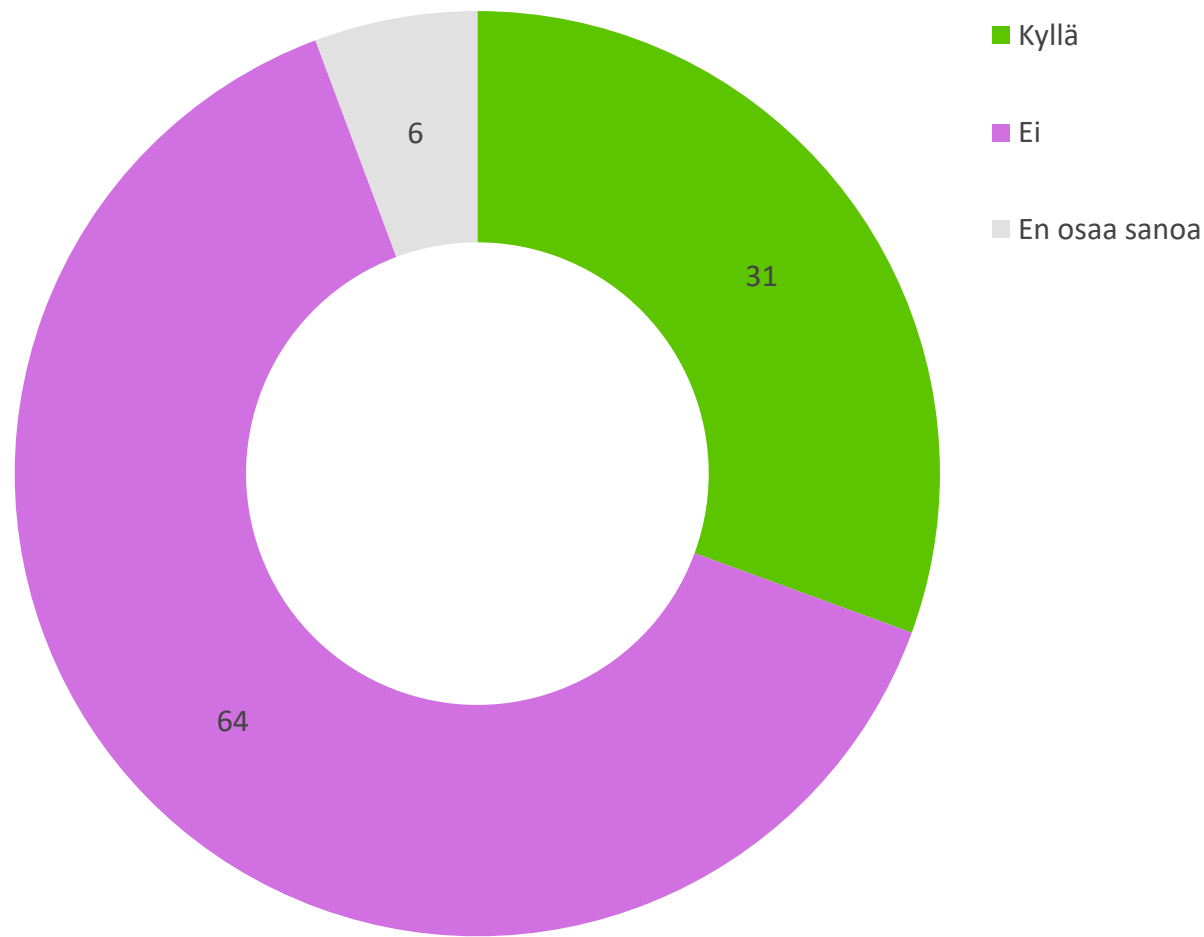


Vastaajat, n=1651



ULKONÄKÖ

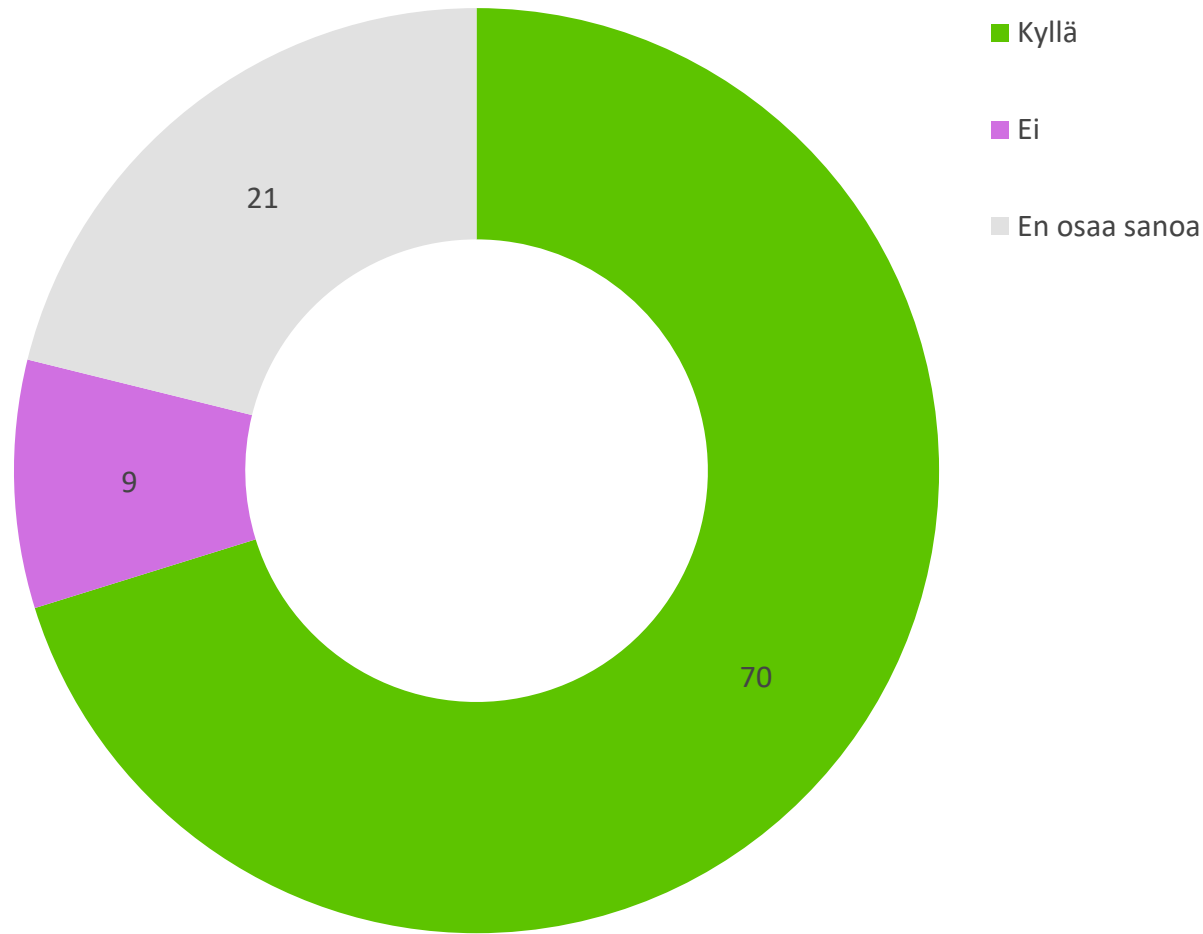
Onko kokenut voimisteluharrastukseen liittyen paineita ulkonäöstä?



- ✓ Voimistelijoiden omissa vastauksissa ulkonäköpaineet tulevat vielä selvemmin esiin – 15 vuotta täyttäneistä voimistelijoista 57% myöntää kokeneensa paineita ulkonäöstään voimisteluun liittyen.

Vastaajat, n=1651

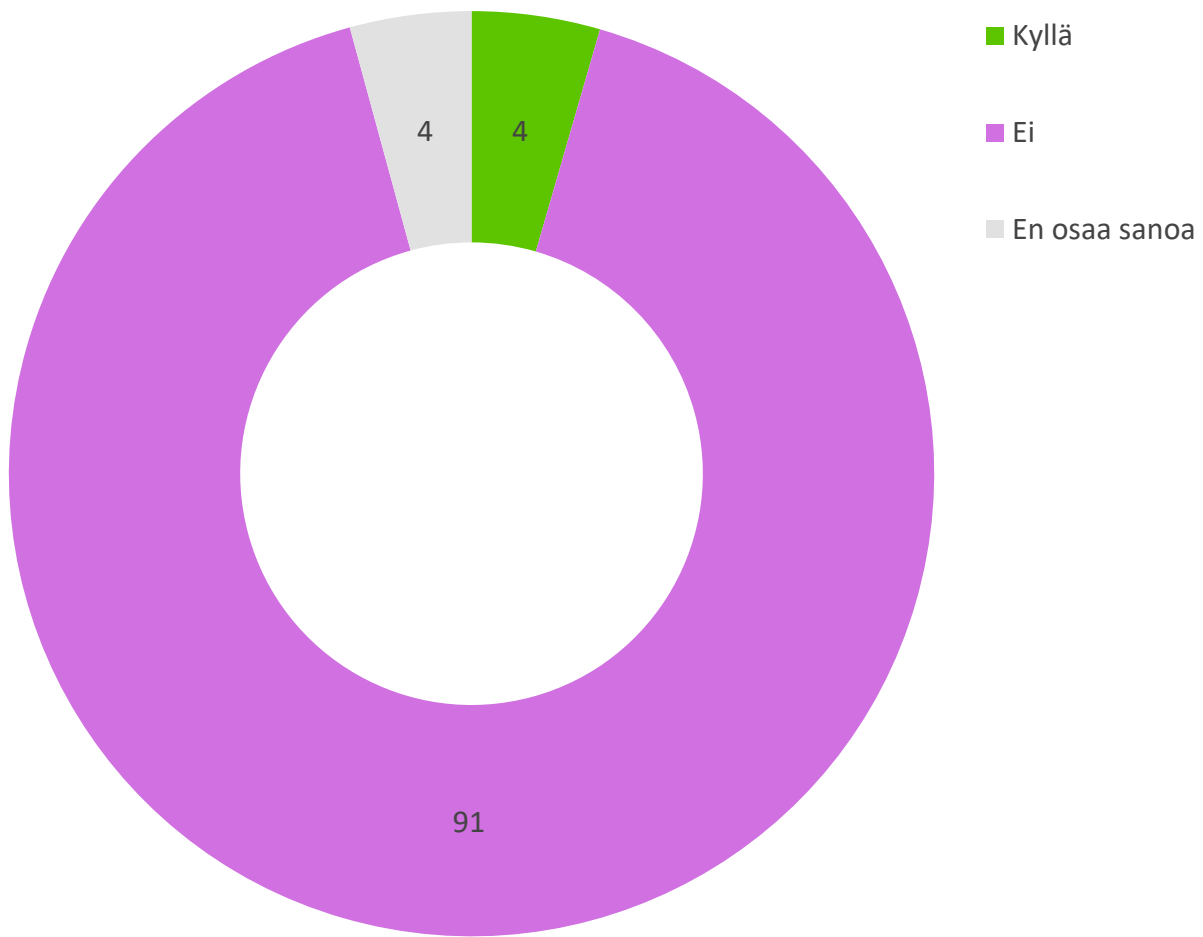
Osaako valmentaja puhua kehoon liittyvistä asioista rakentavasti?



✓ Voimistelijoiden vastauksissa 88% kokee valmentajan osaavan puhua kehoon liittyvistä rakentavasti.

Vastaajat, n=1651

Onko valmentaja/valmennustiimi antanut ravinto-ohjeita, jotka ovat vaikuttaneet negatiivisesti?

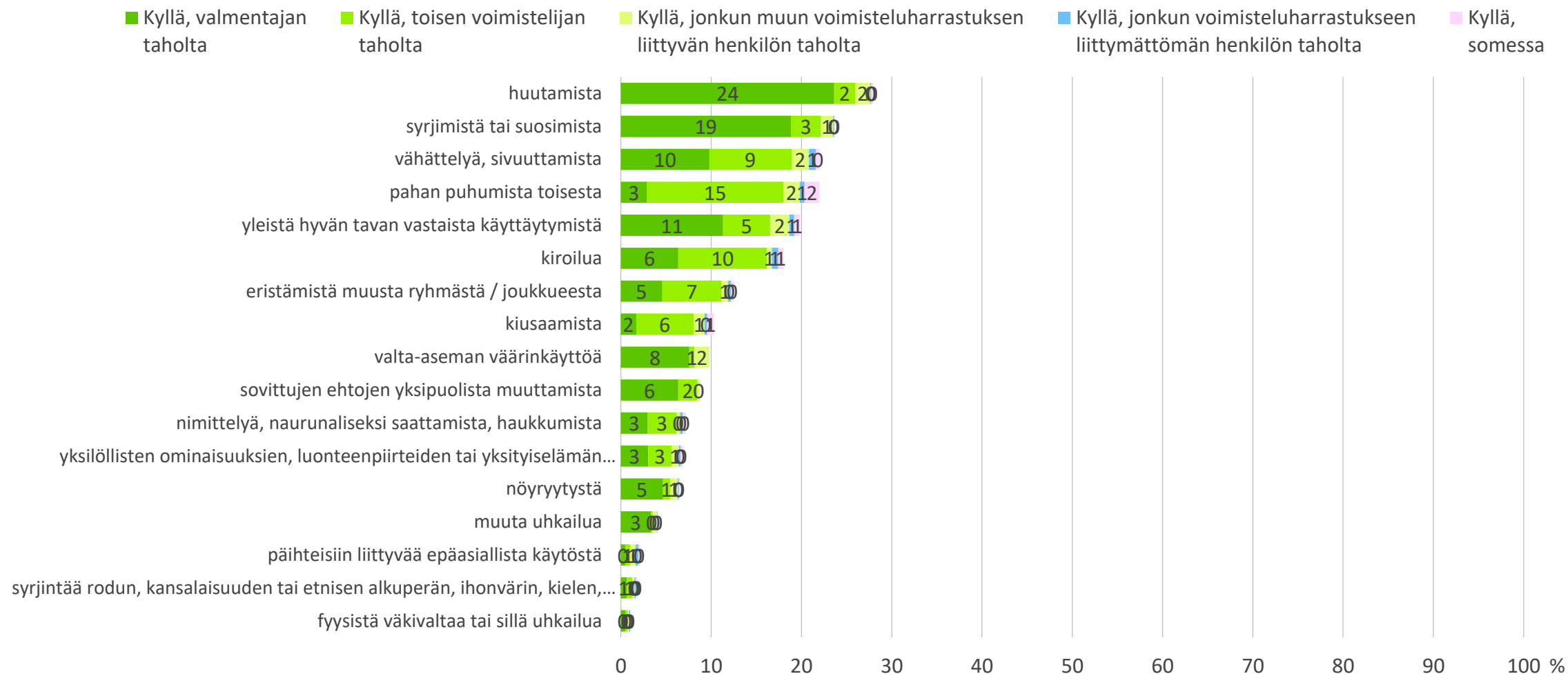


Vastaajat, n=1651



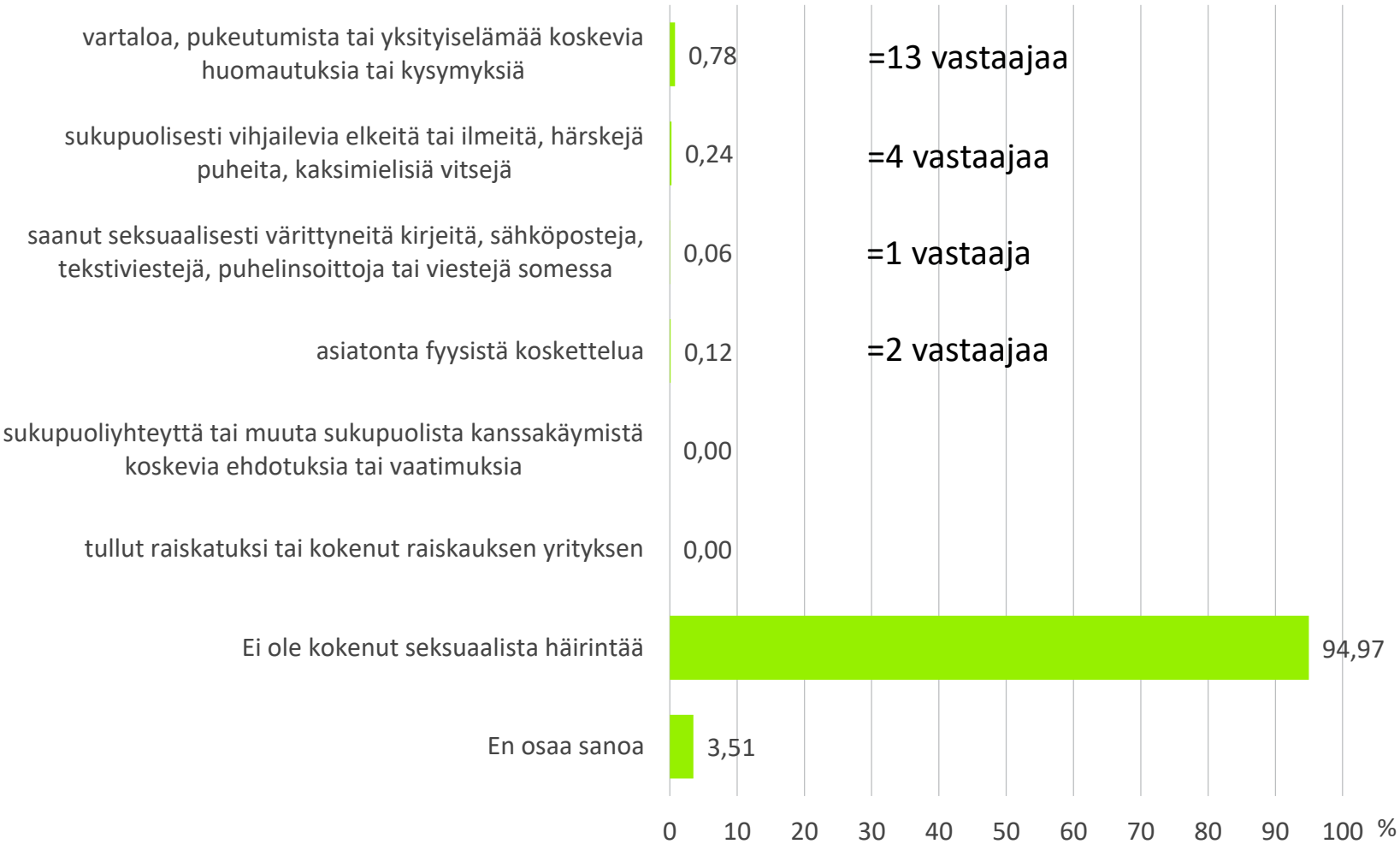
EPÄASIALLINEN KÄYTÖS

Onko kokenut harjoituksissa, leireillä, kilpailuissa, näytöksissä tai matkoilla viimeisen vuoden aikana...



Vastaaajat, n=1651

Onko kokenut viimeisen vuoden aikana voimisteluharrastuksen yhteydessä seksuaalista häirintää?



Vastaajat, n=1651

TOIVEITA LIITTYEN VALMENNUSKULTTUURIN
KEHITTÄMISEEN

Valmennuskulttuurin kehittäminen

- ✓ Paljon myönteistä palautetta
- ✓ Etenkin vanhempien kehitystoiveissa kärkeen nousee valmentajien koulutuksen lisääminen sekä kokonaisvaltaisemman valmennustavan hallinta.
- ✓ Vaativassakin valmentamisessa valmentamisen tulisi tapahtua positiivisen kautta, ei ainoastaan virheisiin puuttumalla ja korostamalla.
- ✓ Esiin nousi myös tarve avoimuuteen ja viestintään valmentajien, vanhempien ja voimistelijoiden kesken.
- ✓ Huutaminen, vähättely, suosiminen ja syrjiminen nousivat useissa kommentteissa esiin. Niiden ei nähdä kuuluvan tämän päivän voimistelukulttuuriin.
- ✓ Myös voimistelijoiden yksilöllinen huomioiminen valmennuksessa ja luottamussuhteen luominen nähtiin tärkeinä.

