

Urheilijalähtöisten käytänteiden kehittyminen ja niitä tukevat tekijät formaalissa valmentajakoulutuksessa

Kirjoittajat: Simo Siltanen¹, Kirsi Hämäläinen², Minna Blomqvist³, Reijo Bottas¹ & Arja Sääkslahti¹

Kirjoittajien taustayhteisöt:

1 Jyväskylän Yliopisto

2 Haaga-Helia ammattikorkeakoulu

3 KIHU

Asiasanat: Valmentajakoulutus, Urheilijalähtöinen valmennus, Transformationaalinen johtaminen

Tausta: Urheilijalähtöinen valmennus on saanut viime vuosikymmeninä yhä vahvempaa tutkimustukea. Se on yhdistetty parantuneeseen motivaatioon, tehokkaampaan oppimiseen ja pitkäaikaiseen sitoutumiseen urheiluun. Vaikka sen teoreettiset perusteet ovat vakiintuneet, empiirinen näyttö sen kehittämisestä valmentajakoulutuksen keinoin on yhä niukkaa. Aiemmat tutkimukset ovat keskittyneet lähinnä lyhytkestoisiin workshopeihin ja yksittäisiin osa-alueisiin. Ymmärrys siitä, miten pitkäkestoiset formaalit koulutusohjelmat tukevat käytäntöjen kokonaisvaltaista omaksumista, on edelleen rajallista.

Menetelmät: Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin, miten yhdeksän kuukauden mittainen Valmentajan ammattitutkinto (VAT) tuki urheilijalähtöisyyden kehittymistä ja mitkä koulutuksen mekanismit koettiin vaikuttaviksi. Tutkimus toteutettiin mixed methods -asetelmalla, ja siihen osallistui seitsemän VAT-tutkinnon suorittanutta valmentajaa. Valmentajien ihmislähtöistä johtamiskäyttäytymistä arvioitiin systemaattisen video-observoinnin avulla ennen ja jälkeen koulutuksen, hyödyntäen Coach Leadership Assessment System -työkalua. Lisäksi koulutuksen päätyttyä toteutettiin puolistrukturoidut haastattelut valmentajien kokemuksista.

Tulokset: Urheilijalähtöisyydessä havaittiin sekä observoitua että koettua kehitystä urheilijoiden ajattelun aktivoimisessa. Valmentajat hyödynsivät ajattelun tukemisessa kysymyksiä, tavoitteenasettelua ja koulutuksessa opittuja ongelmanratkaisuun kannustavia didaktisia malleja. Lisäksi he raportoivat kehittyneensä vuorovaikutuksessa, yksilöllisessä huomioinnissa ja autonomian tukemisessa, mutta näissä osa-alueissa kehitystä ei havaittu observoinnin perusteella. Kehitystä edistivät kolme keskeistä koulutuksen mekanismia: oppijalähtöinen toteutustapa, osallistava vertaiskeskustelu ja koulutuksen vahva kytkeminen arjen valmennustyöhön. Samalla valmentajat kokivat kuitenkin urheilijalähtöisten toimintatapojen soveltamisen resurssi-intensiiviseksi, mikä asetti haasteita käytännön toteutukselle.

Johtopäätökset: Tutkimus tarjoaa tukea sille, että formaalilla valmentajakoulutuksella voidaan edistää urheilijalähtöisten käytäntöjen kehittymistä, mikäli koulutuksen pedagogiikka on linjassa urheilijalähtöisten arvojen kanssa, se fasilitoi keskustelua ja tiedonjakamista, sekä tukee käytännön sovellusta. Tulokset korostavat myös tarvetta tukea valmentajia kohtaamaan resurssien riittävyyteen liittyvät käytännön toteutuksen haasteet.