



UNIVERSITY OF  
EASTERN FINLAND

Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden kokemukset kaksoisuralta –  
jalkapallouran ja korkeakouluopintojen yhdistäminen sekä  
kaksoisuran tuki

Markus Kuivalainen

Miika Pesonen

Opinto-ohjaajan ja uraohjaajan  
koulutusohjelma

Itä-Suomen yliopisto

Filosofinen tiedekunta

Kasvatustieteiden ja psykologian  
osasto

18.3.2024

## TIIVISTELMÄ

Itä-Suomen yliopisto, Filosofinen tiedekunta

Kasvatustieteiden ja psykologian osasto

Kasvatustieteet, Opinto- ja uraohjauksen koulutus

Kuivalainen, Markus & Pesonen, Miika:

Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden kokemukset kaksoisuralta – jalkapallouran ja korkeakouluopintojen yhdistäminen sekä kaksoisuran tuki

Pro gradu -tutkielma, 86 sivua, 2 liitettä (4 sivua)

Tutkielman ohjaaja: yliopisto-opettaja Jussi Semi

Maaliskuu 2024

---

**Asiasanat:** urheilu, kaksoisura, urheilu-ura, urheilun ja opiskelun yhdistäminen, jalkapallo, opiskelu, korkeakoulu

Tämä pro gradu -tutkielma tarkastelee korkeakoulussa opiskelevien naisjalkapalloilijoiden kokemuksia kaksoisurasta, eli urheilun ja opiskelun samanaikaisesta yhdistämisestä. Tutkimuskysymyksemme ovat seuraavat: "Millaisia merkityksiä naisjalkapalloilijat antavat kaksoisuran toteuttamiselle ja kuinka naisjalkapalloilijat kokevat opiskelun ja urheilun välisen suhteen?" sekä "Kuinka kaksoisuran tuki näyttäytyy naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä?".

Tutkimustuloksia tarkastellaan suhteessa urheilijoiden ura- ja kaksoisuratutkimukseen. Sellaisissa urheilulajeissa, joissa täysi ammattilaisuus on vaikeaa saavuttaa, kaksoisura eli urheilun sekä opintojen tai työn yhdistäminen, voi olla välttämätöntä. Aikaisemman tutkimuksen mukaan korkeakoulussa opiskelevien urheilijoiden on vaikeaa yltää parhaaseen mahdolliseen suoritukseen sekä opinnoissa, että urheilussa. Aiemman tutkimuksen mukaan useimmat huippu-urheilijat pitävät koulutusta tärkeänä, mutta urheilu-ura asetetaan useimmiten etusijalle. Tämä voi aiheuttaa urheilijoille haasteita urheilun ja koulutusjärjestelmän asettamien ristikkäisten vaatimusten välillä. Kaksoisuran tukemiseksi on luotu erilaisia kaksoisurajärjestelmiä, joiden

tarkoituksena on tukea urheilijaa urheilun ja opiskeluiden sekä muiden elämän osa-alueiden yhdistämisessä.

Tutkimus on toteutettu kvalitatiivisen tutkimusperinteen mukaisesti, koska tavoitteena on tarkastella naisjalkapalloilijoiden kokemusmaailmaa syvällisemmin. Tutkimuksen aineisto muodostuu kymmenen naisjalkapalloilijan teemahaastatteluista, jotka toteutettiin kesän 2023 aikana. Aineiston analysoinnissa käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, jossa on myös teoriaohjaavan sisällönanalyysin piirteitä.

Tutkimustulosten perusteella naisjalkapalloilijat arvottavat jalkapallon pelaamisen korkealle, ja he pyrkivät useimmiten asettamaan sen etusijalle kaksoisurallaan. Urheilu-ura on suhteellisen lyhyt aika elämänkulussa, jolloin siitä halutaan ottaa kaikki irti. Naisjalkapalloilijat tunnistavat myös opiskelun merkityksen ja he kokevat sen tuovan turvaa ja tasapainoa kaksoisuralle. Kaksoisuran toteuttaminen on ajoittain haastavaa ja naisjalkapalloilijat näkevät urheilun ja opintojen menestyksekkääseen yhdistämiseen keskeisenä urheilijan oman aktiivisuuden ja itseohjautuvuuden. Kaksoisuraa tukevia tekijöitä olivat erityisesti perheen ja läheisten tuki, joustavat opiskelutavat, sekä eri tahojen ymmärrys ja vertaistuki. Instituutioiden tarjoama kaksoisuran tuki koettiin pääosin puutteellisena tai olemattomana.

## ABSTRACT

University of Eastern Finland, Philosophical faculty,

School of Educational Sciences and Psychology

Educational Sciences, Career Counselling

Kuivalainen, Markus & Pesonen, Miika:

Experiences of Finnish female football Players from dual career – combining football career and higher education studies, and dual career support

Master's Thesis, 86 pages, 2 appendix (4 pages)

Supervisor: University teacher Jussi Semi

March 2024

**Keywords:** sports, dual career, sports career, combining sports and studies, football, studies, university

This master's thesis examines the experiences of female football players who are studying in higher education level. Definition of a dual career is that one is combining sports and academics simultaneously at the same time. The research questions are the following: "What meanings do female football players attribute to carrying out a dual career, and how do they experience the relationship between academics and sports?" and "How does support for the dual career appear in the dual career environments of female football players?"

The research findings are examined in relation to previous athlete career and dual career research. In sports where full professionalism is difficult to achieve, pursuing a dual career, combining sports with studies or work, may be necessary. Previous research indicates that athletes who are studying at higher education level find it challenging to achieve their best performance both academically and athletically at the same time. Most elite athletes value education, but sports career usually takes precedence. This may cause challenges for athletes to find a balance between different demands that are set by sports and the education systems.

Various dual career support systems have been established to assist athletes in combining sports with their studies and with other fields of their lives.

The study follows a qualitative research tradition to delve deeper into the experiences of female football players. The data consists of thematic interviews with ten female football players conducted during the summer of 2023. Data analysis employed data-driven content analysis, incorporating elements of theory-guided content analysis.

Based on the research findings, female football players value football highly and often tend to prioritize football in their dual careers. The athletic career is a relatively short period of time in one's lifespan, and that's why female athletes seek to make the most of it. Female football players also recognize the importance of education because it is providing security and balance in their dual careers. Pursuing a dual career can be challenging at times, and athletes see their own activity and self-directedness as crucial elements to successfully combine sports and studies. Supporting factors for a dual career were especially support from family and close people, flexible study methods and understanding and peer support from various parties. Institutional support for the dual career was mostly perceived as inadequate or non-existent.

# Sisällysluettelo

1	Johdanto.....	1
2	Naisjalkapalloilun kehitysvaiheet Suomessa .....	5
3	Teoreettinen viitekehys.....	9
3.1	Urheilijoiden urat ja urasiirtymät .....	9
3.2	Urheilijoiden kaksoisurat .....	13
3.3	Kaksoisuran tukeminen suomalaisessa urheilussa ja jalkapallossa .....	18
3.4	Kaksoisuran toimintaympäristöt ja kehitysympäristöt .....	21
3.5	Kokemuksellisuuden ja annettujen merkitysten tutkiminen.....	26
3.6	Kognitiivinen dissonanssi urheilijan uralla .....	26
4	Tutkimuksen toteutus.....	28
4.1	Tutkimustehtävä.....	29
4.2	Tutkimuksen aineisto .....	29
4.3	Aineiston analyysi .....	32
4.4	Tutkimuksen luotettavuus, uskottavuus ja eettisyys.....	35
5	Tutkimuksen tulokset.....	37
5.1	Kaksoisuralle annetut merkitykset sekä opiskelun ja urheilun suhde.....	37
5.1.1	Jalkapallon kokonaisvaltainen merkitys.....	37
5.1.2	Opiskelut tulevaisuuden turvaajana ja vastapainona jalkapalloseuralle .....	43
5.1.3	Urheilun ja opintojen suhde - tavoitteena tasapaino .....	47
5.2	Kaksoisuran tuki naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä .....	52
5.2.1	Opiskeluympäristö .....	53
5.2.2	Urheilu ympäristö.....	58
5.2.3	Henkilökohtainen ja sosiaalinen ympäristö .....	61

5.3	Yhteenveto tuloksista .....	63
6	Pohdinta.....	66
6.1	Pohdinta tutkimuksen tuloksista.....	66
6.2	Tutkimuksen toteutuksen tarkastelu .....	73
6.3	Jatkotutkimusehdotukset.....	75
	Lähteet.....	78
	Liitteet.....	87

# 1 Johdanto

Naisjalkapalloilu on ollut viime vuosina nosteessa Suomessa ja kansainvälisesti. Kotimaassa esimerkkinä on naisten ylimpien sarjojen kokonaisvaltainen uudelleenbrändäys osana huippuseurojen kehitysohjelmaa, jossa tavoitteena on kehittää seurajoukkueita kaupallisesti, urheilullisesti ja taloudellisesti. Naisten Liiga muuttui Kansalliseksi Liigaksi vuonna 2020, ja Naisten Ykkönen on vuodesta 2025 eteenpäin Kansallinen Ykkönen (Kansallinen Liiga 2023a). Lisäksi naisten ja tyttöjen harrastajamäärät ovat olleet vahvassa nousussa 2000-luvulla kotimaassa (Vehviläinen & Itkonen 2009, 104–106; Suomen Palloliitto 2023a). Kansainvälisesti naisjalkapallon näkyvyys on ollut kasvussa ja esimerkiksi vuoden 2023 MM-kisat Australiassa ja Uudessa-Seelannissa rikkoivat katsojaennätyksiä naisjalkapalloilussa (FIFA 2023).

Vaikka naisjalkapallon suosio on kasvanut, kotimaisilla jalkapallokentillä täyden ammattilaisuuden saavuttaminen voi olla vaikeaa. Sama koskee muitakin lajeja: huippu-urheilun instituutti KIHU uutisoi vuonna 2018, että Suomessa ammattilaisurheilijoista vain alle kaksi prosenttia oli naisia (KIHU 2018). Myös Suomen Palloliiton kehityspäällikkö Heidi Pihlaja arvioi, että vain alle 20 kotimaan pääsarjassa pelaavaa naisjalkapalloilijaa tienaa vähintään 12 550 euroa vuodessa (Murtomäki 2023). Näin ollen iso osa naisurheilijoista ja naisjalkapalloilijoista joutuu tekemään erilaisia ratkaisuja yhdistäessään urheilua muuhun elämään, esimerkiksi työhön tai opiskeluun. Korkeakoulussa opiskelevien naisjalkapalloilijoiden elämä voikin olla usein tasapainoilemista opintojen ja urheilun sekä mahdollisesti muun työn asettamien vaatimusten välillä. Kansainvälisessä tutkimuksessa on nostettu esiin tärkeimpiä syitä, miksi naisjalkapalloilijat pohtivat jalkapallon ennenaikaista lopettamista. Näitä olivat esimerkiksi perheen perustaminen, taloudelliset syyt, siviiliuran tai opiskelumahdollisuuksien tavoittelu, tasapainon löytäminen työhön tai elämään ja väsyminen rakenteen puuttumiseen jalkapallossa. (FIFPRO 2017, 18–19.)

Urheilijan kaksoisuralla tarkoitetaan urheilu-uran yhdistämistä opiskeluun tai muuhun työhön (Nikander ym. 2021, 78; Ryba 2016, 88). Urheilu-ura näyttäytyy tyypillisesti suhteellisen lyhyenä



ajanjaksona yksilön elämänculussa, joten vaikka ammattilaisuus olisi mahdollista saavuttaa tietyksi ajaksi, on urheilijan pohdittava myös urheilun jälkeistä elämää. FIFPROn tuottaman kansainvälisen kyselyn mukaan yli 90 % prosenttia tutkimukseen osallistuneista naisjalkapalloilijoista pohti jalkapallouran päättämistä ennenaikaisesti. Suurimpana yksittäisenä lajin ja sen pelaajien kehityksen estävänä tekijänä mainitaan se, etteivät pelaajat päässeet toteuttamaan lajia ammattimaisesti. Lisäksi lähes puolet kyselyyn osallistuneista kertoi opiskelevansa ja kolmasosa tekevänsä muita töitä pelaamisen ohessa. (FIFPRO 2017, 19, 44.)

Urheilijoiden kaksoisurien tutkiminen ja niistä uuden tiedon luominen on Euroopan Unionin päättäjille tarkoitettujen suuntaviivojen mukaista. Suuntaviivoissa esitetään urheilijoiden kaksoisuriin liittyvinä päähaasteina: 1) kehityksen turvaaminen nuorille urheilijoille, erityisesti aikaisen erikoistumisen lajeissa, nuorille ammatillisessa koulutuksessa ja paraurheilijoille, 2) tasapainon turvaaminen opiskelun tai työn sekä urheilemisen yhdistäville ja 3) urheilijoiden uran loppuvaihe, tai ennenaikainen siirtyminen pois urheilusta. (Euroopan Komissio 2012, 4) Suomessa urheilijoiden kaksoisuraan liittyvää tutkimusta on tuettu Opetus- ja Kulttuuriministeriön toimesta viime vuosina. Jyväskylän Yliopiston (2018) "Voitto pitkällä aikavälillä: kohti psykososiaalista kestävyttä kaksoisuralla" ja "Nuorten hyvinvoinnin, oppimisen ja huippu-urheilijana kehittymisen optimointi kaksoisuraympäristöissä (WeLive DC)"- hankkeiden tarkoituksena on ollut tuottaa tietoa päättäjille ja toimijoille kaksoisuria tukevia käytännön ratkaisuja varten. Huippu-urheilun edellytysten tukeminen on ollut myös osa Suomen opetusministeriön strategiaa, jossa kiinnitettiin huomiota esimerkiksi huippu-urheilun eettisyyteen ja urheilijoiden tasa-arvoiseen ja elämänuraa tukevaan koulutukseen ja valmennukseen (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2010).

Saavuttaakseen holistisen kehityksen, lahjakkailta urheilijoilla ja huippu-urheilijoilla olisi oltava oikeus yhdistää urheilu-ura ja koulutus. Urheilijat voivat kuitenkin kohdata haasteita kaksoisurallaan intensiivisestä kilpailusta, urheilu-uran lyhyydestä ja urheilun kansainvälisestä ulottuvuudesta johtuen. Tasapainoinen kaksoisura auttaa urheilijaa tuomaan oman kontribuutionsa yhteiskunnalle sekä auttaa urheilijaa hyödyntämään urheilu-uran aikana kerrytettyjä tietoja ja taitoja. (Nikander 2021, 4.) Naisjalkapalloilijoiden kaksoisuratutkimusta on tehty Suomessa melko vähän ja aikaisemmat tutkimukset ovatkin lähinnä opinnäytetöitä.

Selvittämällä naisjalkapalloilijoiden omakohtaisia kokemuksia ja heidän kohtaamia haasteita, voidaan saada tärkeää tietoa oppilaitoksille, seuroille, urheiluakatemioiden, pelaajayhdistykselle ja lajiliitoille kaksoisuran kehityskohdista. Tutkimuksen tuloksia voi hyödyntää tarkastellessa aihetta muidenkin lajien näkökulmasta, joissa on samankaltaisuuksia harjoittelun, pelirytmien ja urheilijan jokapäiväisen elämän suhteen. Näin ollen näemme naisjalkapalloilijoiden, sekä ylipäätään urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen, yhteiskunnallisesti ajankohtaisena ja perusteltuna.

Kiinnostuksemme urheilijoiden kaksoisuriin on syntynyt aiemmasta opinnäytetyöstämme ja keskittyminen erityisesti jalkapalloilijoiden tutkimiseen taas omasta lajitaustastamme. Päätimme rajata tutkimuskohteen pääsarjatason naisjalkapalloilijoihin juuri niiden suurten taloudellisten erojen takia, joita nais- ja miesjalkapallon välillä esiintyy nykypäivänä. Taloudellisten erojen syinä voivat toimia mies- ja naisjalkapalloilun väliset eroavaisuudet vetovoimaisuudessa ja yleisessä arvostuksessa, jotka vaikuttavat muun muassa sponsoreihin, tv-sopimuksiin ja lipputuloihin. Jalkapalloilevien naisten urheilu-urat ovat myös kestoaltaan keskimäärin lyhyempiä kuin miesten sekä suurin osa naisjalkapalloilijoista pohtii uran ennenaikaista lopettamista, kuten FIFPRON kansainvälisestä tutkimuksesta (2017) selviää. Suomessa naisten pääsarjassa pelaavien pelaajien voikin olla pakko tehdä erilaisia kaksoisuraratkaisuja pelaamisen mahdollistamiseksi huipulla.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella korkeakoulussa opiskelevien naisjalkapalloilijoiden kaksoisuraa, eli urheilun ja opintojen yhdistämistä. Tarkastelemme heidän kaksoisuransa toteuttamiselle asetettuja merkityksiä opintojen ja urheilun näkökulmasta, sekä kuinka he kokevat näiden välisen suhteen. Lisäksi tutkimme, kuinka kaksoisuran tuki näyttäytyy naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä. Kaksoisuran tuella tarkoitetaan kokonaisvaltaisia tuen muotoja naisjalkapalloilijoiden elämän kentällä. Tuki voi olla niin opiskeluympäristön, urheiluympäristön kuin urheilijan sosiaalisen ympäristön tarjoamaa ja sen tarkoitus on edistää urheilijan kaksoisuran toteutusta. Toimintaympäristöllä tarkoitamme holistista urheilijan sosiaalisesta ympäristöstä ja erilaisten instituutioiden, kuten koulun ja urheiluseuran muodostamaa kokonaisuutta. Tämä tutkimus toteutetaan laadullisen, eli kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmin.

Tutkimuksen toisessa luvussa esittelemme tutkimuksen taustaa, luomalla katsaus naisjalkapalloilun historiallisiin kehitysvaiheisiin Suomessa. Tämä mahdollistaa pohjan tutkimuksen nykykontekstin ymmärtämiselle. Kolmannessa luvussa esittelemme tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen. Keskitymme ensin urheilijoiden ura- ja kaksoisuratutkimukseen, sekä tarkemmin kaksoisuratutkimukseen naisjalkapalloilijoista. Tarkastelemme myös, millaista tukea urheilijat saavat kaksoisurallaan Suomessa sekä esittelemme kaksoisuran toimintaympäristöjen ja kehitysympäristöjen käsitteet. Teoriaosuuden lopussa käymme läpi kokemuksellisuuden tutkimista ja kognitiivisen dissonanssin teoriaa urheilijakontekstissa. Kognitiivisella dissonanssilla tarkoitetaan psykologisesti epämukavaa tilaa, jolloin yksilön elämässä syntyy konflikti (Vuolle 1977). Konfliktitilanne voi syntyä esimerkiksi silloin, kun urheilija joutuu tekemään vaikean päätöksen urheilun ja opiskelujen välillä. Dissonanssi taas vähenee esimerkiksi silloin, kun urheilua ja opiskelua voi tehdä samaan aikaan ilman, että kumpikaan osa-alue kärsii.

Kolmannessa luvussa avaamme tutkimusongelman ja tutkimuskysymykset sekä esittelemme tutkimusmenetelmät. Tutkimus on luonteeltaan laadullinen tutkimus, jossa aineisto on kerätty teemahaastattelujen avulla. Haastateltavat koostuvat naisjalkapalloilijoista, jotka ovat yhdistäneet pääsarjatason jalkapalloilua korkeakouluopintoihin samanaikaisesti viimeisen kahden vuoden aikana. Näin ollen kaksoisuran kokemukset ovat haastateltavilla vielä tuoreessa muistissa. Teemahaastattelut toteutettiin etänä kesän 2023 aikana. Saimme yhteyshenkilöltämme Aku Tervaniemeltä Jalkapallon Pelaajayhdistyksestä (JPY) apua tutkimuksen kohdejoukon hankinnassa. Analysoimme haastatteluista nousseita tuloksia käyttäen laadullista aineistolähtöistä sisällönanalyysia, jossa on myös teoriaohjaavan sisällönanalyysin piirteitä. Avaamme luvun lopussa ajatuksia tutkimuksen luotettavuuteen, uskottavuuteen ja etiikkaan liittyen. Viidennessä luvussa raportoidaan tutkimuksen päätulokset. Viimeinen luku sisältää pohdintaa tutkimukseen liittyen. Peilaamme tutkimustuloksia aiheesta aiemmin julkaistuun tutkimukseen ja teoriaan. Lisäksi arvioimme tutkimuksen toteutuksen heikkouksia ja vahvuuksia sekä esitellemme aiheeseen liittyviä jatkotutkimusehdotuksia.

## 2 Naisjalkapalloilun kehitysvaiheet Suomessa

Tässä luvussa esittelemme tutkimuksen taustaa naisjalkapalloilun kehitysvaiheista Suomessa 1970-luvulta nykypäivään saakka. Tämän pro gradu -tutkielman kannalta on oleellista hahmottaa suomalaisen naisjalkapalloilun historiallisia kehitysvaiheita sen yhteiskunnallisen aseman ja tutkimuksen kontekstin ymmärtämiseksi. Vehviläinen ja Itkonen (2009, 11) ovat jakaneet Suomalaisen naisjalkapalloilun kehitysvaiheet karkeasti neljään muutoskauteen. Kehitysvaiheet on jaoteltu alkuinnostuksesta organisoitumiseen 1971–1981, vakiintumisvaiheeseen 1982–1991, tyttöjalkapalloilun nousuun 1992–2000 sekä loikkaukseen suosituksi 2001–2006. Naisjalkapalloilun kehitys on jatkunut sittemmin nousujohteisena 2000-luvulla esimerkiksi harrastajamäärien kasvussa ja maajoukkueiden menestyksessä.

Suomessa oli pienimuotoista naisten jalkapallotoimintaa jo 1920–1940 luvuilla, mutta pelaaminen ei ollut helppoa esimerkiksi siihen kohdistuneiden negatiivisten asenteiden vuoksi (Tuunainen 2007, 237). Isossa Britanniassa 1920 luvulla suosiota kerännyt naisjalkapallon pelaaminen kiellettiin vuonna 1921 jalkapalloliiton alaisilla kentillä. Päätöksellä oli vaikutusta myös muualla Euroopassa, ja naisjalkapallo hiipuikin seuraavaksi viideksi vuosikymmeneksi toiminnan viritessä uudelleen 1960- ja 1970-luvun vaihteissa. Käyttökielto kumottiin Isossa Britanniassa vasta vuonna 1972. (Hjelm 2007, 235.) Naisjalkapallo alkoi kuitenkin nostaa päätään ja Euroopan jalkapalloliitto UEFA totesi vuonna 1970, että jo puolessa jäsenmaista pelataan naisjalkapalloa. Jotta toiminta ei kehittyisi epäorganisoiduna UEFA kehottikin kansallisia jäsenliittoja johtamaan ja järjestämään naisten kilpailutoimintaa. (Tuunainen 2007, 237.)

Naisjalkapalloilun organisoituminen alkoi myös Suomessa alkuinnostuksen myötä. Mikkelissä pelattiin vuonna 1970 ennen miesten mestaruussarjan ottelua MP-KuPS esiottelu, jossa kohtasivat samojen seurojen pelaajien vaimot ja tyttöystävät. Kyse oli paljon julkisuutta saaneesta markkinointitempauksesta, mutta ottelua pidetään eräänlaisena lähtölaukauksena naisjalkapalloilun kilpailutoiminnalle. Kesällä 1971 Iltasanomat järjesti kutsukilpailun kuudelle joukkueelle ja Palloliitto organisoi samana vuonna cup-muotoisen kilpailun, johon osallistui peräti

51 joukkuetta. Suomen naisten maajoukkueen toiminta alkoi 1973, jolloin Suomi pelasi myös ensimmäisen maaottelunsa. (Suomen Palloliitto 2021; Tuunainen 2007, 239; Virolainen 2007, 228.)

Suomen Palloliitto otti naisten jalkapallon kilpailutoiminnan johtaakseen vuonna 1971. Naisten jalkapallon kilpajärjestelmä etsi kuitenkin muotoaan vielä 1970-luvulla. Mestaruussarjaan osallistui ensimmäisinä vuosina jopa 84 joukkuetta, minkä jälkeen sitä on laajennettu ja supistettu. 1974 Mestaruussarjan oheen luotiin perussarja, minkä seurauksena mestaruussarjassa pelasivat ainoastaan Suomen kahdeksan parasta naisjoukkuetta. Kaudeksi 1978 tehtiin päätös SM-sarjan laajentamisesta kymmeneen joukkueeseen ja kolmen vuoden päästä sarja laajeni 24 joukkueeseen. Alkusysäyksen jälkeen naisjalkapalloilun kehitystyö oli kuitenkin vielä vähäistä ja hidasta, eikä harrastuksen levittämiseen juuri panostettu. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 48–49, 58–60.)

Palloliitossa huomattiin 1980-luvulle tultaessa, että toiminta on jäänyt jälkeen monista muista maista, jossa naisjalkapallo on alkanut kehittymään samoihin aikoihin. Ongelmina tunnistettiin arvostuksen puute, suppea harrastajamäärä, lajin painottuminen Etelä-Suomeen, valmennuksen taso, jalkapallon heikko kärkitaso sekä tyttöjalkapalloilun toiminnan käynnistyminen yskähdellen. Vuonna 1983 perustettiin naisvaliokunta kehittämään naisten jalkapallon asemaa Suomessa. Kehityksen kohteena olivat esimerkiksi naisten ja tyttöjen jalkapallon kehityksen seuraaminen ja valvominen, ideointi naisjalkapallon aseman parantamisen ja tunnetuksi tekemisen eteen sekä esitysten luominen naisten ja tyttöjen kilpailutoiminnan kilpailutavoista. Valiokunta kokoontui aina vuoteen 1991 asti useasti vuodessa. Valiokunnan lopetettua toimintansa tilalle perustettiin nais- ja tyttöjalkapallon kehittämistyöryhmä jatkamaan kehitystyötä. Kehitystyö alkoi siirtyä yhä enemmän tyttöfutiksen kehitykseen. (Tuunainen 2007, 245, 248; Vehviläinen & Itkonen 2009, 90.)

Tyttöfutisvuosi 1991 kohdensi naisjalkapallon kehitystyötä tyttöjen jalkapalloon. Keskeisimpiä tavoitteita juhluvuodella olivat harrastajamäärien lisääminen, harrastamisen lisääminen kouluissa sekä tunnettavuuden ja imagon kohentaminen. Myös naisten jalkapallosarjat kokivat muutoksia 1990-luvulla. Vuonna 1993 naisten Mestaruussarjan ja divisioonan järjestäminen siirtyi Palloliitolta Sarjaseurat ry:n vastuulle. Taustalla oli tavoite arvostuksen nostamisesta, ottelutapahtumien

kehittämisestä sekä seurojen osallistamisesta suunnittelutyöhön. Toiminnan organisointi sarjaseurojen alaisuudessa jatkui kauden 2003 loppuun asti. 1990-lukua on kuvattu aikakautena, jolloin oli paljon hyviä suunnitelmia, jotka eivät kuitenkaan edenneet puheita pidemmälle. Tyttöjen harrastajamäärät tuplaantuivat 1990-luvun aikana naisten harrastajamäärien noustessa vain hieman, minkä vuoksi tyttöjäkappalloilun nousu kuvaakin hyvin kyseisen ajan kehitysvaihetta. (Vehviläinen & Itkonen 2009, 11, 126; Tuunainen 2007, 248–249.)

Suomen Palloliitossa toteutti vuosina 2001–2004 FUN-projektin (Futaa, unelmoi, nauti), jonka tarkoituksena oli tyttö ja naisjäkappalloilun lujittaminen. Projekti jatkui vuosina 2005–2006 osana Kaikki Pelaa -ohjelmaa. 2000-luvulla toteutetun FUN-projektin aikana vuoteen 2006 mennessä rekisteröityjen tyttö- ja naispelaajien määrä kasvoi 13 770 pelaajasta 22 364 pelaajaan. Projektin tavoitteina olivat esimerkiksi harrastajamäärien kasvattaminen ja harrastusmahdollisuuksien vahvistus niin kouluissa kuin seuroissa. Toimenpiteitä tavoitteiden saavuttamiseksi olivat tyttöfutiskoulut, kohdennetut koulutustilaisuudet, koulujen jalkapallo-opetuksen tukeminen ja panostus viestinnän laatuun. (Tuunainen 2007, 250; Vehviläinen & Itkonen 2009, 104–106.)

Naisten SM-sarjan määrätietoinen kehittäminen alkoi vuonna 2006 tarkoituksenaan kasvattaa sarjan näkyvyyttä ja parantaa imagoa. SM-sarjan nimi vaihtui vuonna 2007 Naisten Liigaksi ja sarjassa pelaamiselle tuli edellytykseksi liigalisenssi. Lisenssivaatimukseen lukeutuivat seuran nuorisotoiminta, valmentajien tarvittava valmennuskoulutustaso, laadukkaat peli- ja harjoitusolosuhteet sekä seuran tasapainoinen taloustilanne. (Tuunainen 2007, 250; Vehviläinen & Itkonen 2009, 113.)

Merkittävää 2000-luvulla oli myös naisten maajoukkueen pääsy arvokisoihin ensimmäistä kertaa vuoden 2005 EM-kisoissa sekä naispelaajien kasvava edustus maailman kovimmissa seurajoukkuesarjoissa, muun muassa Yhdysvalloissa ja Ruotsissa (Tuunainen 2007, 250). Myös nuorten maajoukkueet menestyivät hyvin etenkin 2010-luvulla, jolle syyksi on nähty esimerkiksi seurojen ja pelaajien työskentely arjessa (Palloliitto 2018). Vuonna 2020 Suomessa oli 5 100 rekisteröityä naisjäkappalloilijaa ja 27 304 tyttöjäkappalloilijaa (Suomen Palloliitto 2020b). Keväällä

2023 nais- ja tyttöjalkapalloilijoiden kokonaismäärä oli jo noin 38 000, mikä kertoo pelaajamäärien tasaisesta kasvusta (Suomen Palloliitto 2023a).

Naisjalkapallo on kehittynyt ja saanut nostetta viime vuosina niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Suomessa esimerkkeinä on naisten pääsarjan uudelleenbrändäys Naisten liigasta Kansalliseksi liigaksi vuonna 2020 ja kokonaisvaltainen sponsoriyhteistyö Subwayn kanssa (Kansallinen Liiga 2023b; Soininen 2021, 6). Myös toiseksi korkein sarjataso Naisten Ykkönen on tarkoitus uudelleen brändätä Kansalliseksi Ykköseksi osana Kansallinen-brändin laajentamista. Syksyllä 2020 julkaistiin myös naisten ja tyttöjen jalkapallon kehitysstrategia "Kestävää kasvua", toteutettuna yhteistyössä UEFA:n kanssa. Strategian painopisteinä ovat tyttöjen pelaajamäärien kasvattaminen, näkyvyyden, mielikuvien ja kaupallisuuden parantaminen, huippujalkapallon kilpailukyvyyn kehittäminen sekä naisten osallistumisen vahvistaminen. (Suomen Palloliitto 2020a.)

Kansainvälisestikin naisten jalkapallon näkyvyys on ollut suuressa nousussa viime vuosina. Naisten jalkapallon MM-kisat Ranskassa 2019 nousivat globaalisti erittäin seuratuksi tapahtumaksi ja Suomessa MM-kisojen finaalia seurasi noin 1,1 miljoonaa ihmistä (STT 2019). Vuoden 2023 MM-kisoja Australiassa ja Uudessa-Seelannissa seurasi paikan päällä stadioneilla lähes 2 miljoonaa ihmistä, mikä oli kaikkien aikojen suurin paikan päällä käyneiden katsojien määrä naisten MM-kisoissa (Statista 2024). Kotimaassa naisten pääsarjan katsojaluvut nousivat vuonna 2019 edellisvuodesta 30 %, mutta katsojakeskiarvo (282 per ottelu) jäi silti kymmenesosaan miesten pääsarjan keskiarvosta (2620 per ottelu) (Myllyaho 2020).

### 3 Teorettinen viitekehys

Tutkielmamme teoriaosuus on jaettu osiin ja se koostuu katsauksesta urheilijan ura- ja kaksoisuratutkimukseen, kaksoisuran tukemiseen Suomessa sekä kaksoisuran toiminta- ja kehitysympäristöihin. Lisäksi tarkastelemme kokemuksellisuutta ja kognitiivista dissonanssia urheilukontekstissa. Urheilu-urien, urheilijoiden urasiirtymien ja kaksoisuran alalukujen tarkoituksena on esitellä tutkimuksen kannalta oleellisia teoreettisia käsitteitä sekä hahmottaa urheilijan elämäntulkua ja uran eri vaiheita. On tärkeää ymmärtää, että urheilu-ura on holistinen kokonaisuus, joka linkittyy myös elämän muihin osa-alueisiin. Lisäksi esittelemme aikaisempaa urheilijoiden ja naisjalkapalloilijoiden kaksoisuratutkimusta.

Tutkimuksen ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena on selvittää naisjalkapalloilijoiden kaksoisuralle antamia merkityksiä ja opiskelujen ja urheilun välistä suhdetta. Tätä tutkimusta varten haastateltujen naisjalkapalloilijoiden antamat merkitykset ja kokemukset ovat vahvasti linkittyneitä heidän sisäisen maailmansa kokemuksiin urheilu -ja opiskeluympäristön kontekstista. Siksi on oleellista esitellä ensinnäkin kokemuksellisuuden ja merkityksien käsitettä sekä toiseksi kognitiivisen dissonanssin käsitettä urheilukontekstissa. Toisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena on tutkia kaksoisuran tuen näyttäytymistä naisjalkapalloilijoiden kaksoisuran toimintaympäristöissä. Tämän vuoksi esittelemme kaksoisuran toiminta- ja kehitysympäristöjen käsitteet sekä kartoitamme, millaista tukea Suomessa tarjotaan urheilijan kaksoisuran eri vaiheissa perusasteelta aina korkea-asteelle saakka.

#### 3.1 Urheilijoiden urat ja urasiirtymät

Urheilijoiden uralla tarkoitetaan yleisesti pitkäjänteistä harjoittelun prosessia, johon sitoutumalla pyritään saavuttamaan oma huipputaso (Lämsä ym. 2018). Urheilu-uralla voidaan tarkoittaa kaikenlaista kilpailullista urheilua sen tasosta riippumatta. Urheilija voi olla amatööri tai ammattilainen, ja ura voi ulottua tasoltaan paikallisesta, alueellisesta ja kansallisesta aina kansainväliseen asti. Kansainvälisellä tason uria pidetään yleisesti huippu-urina. (Stambulova ym.

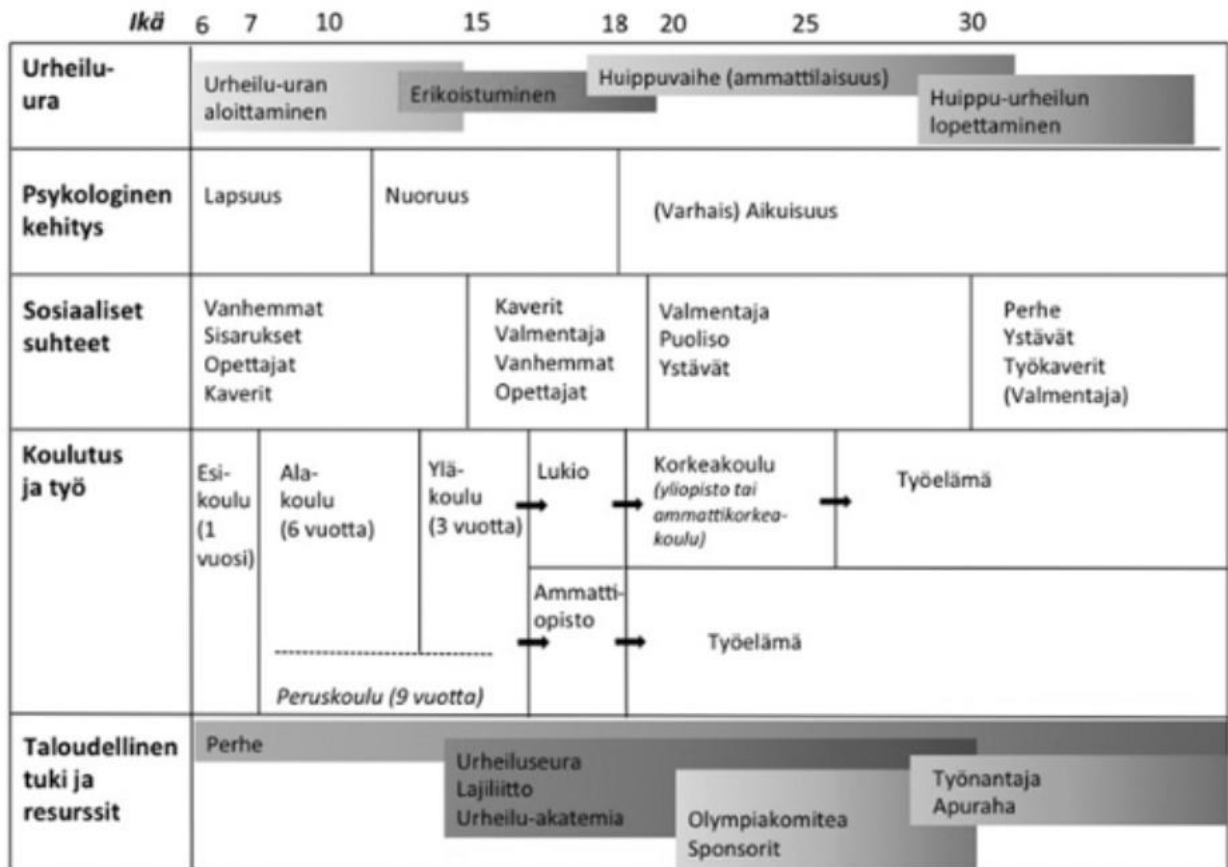


2009.) Urheilijoiden uraa voidaan kuvata kehitysprosessiksi, joka sisältää erilaisia siirtymiä niin urheilu-uran kuin siviilielämän puolella. Urheilun puolella siirtymät voivat tarkoittaa esimerkiksi juniorisarjoista aikuisten sarjaan siirtymistä, seuran vaihtoa, maajoukkueeseen pääsyä tai urheilu-uran lopettamista. Urheilun ulkopuoliset siirtymät voivat liittyä esimerkiksi opiskeluihin, työhön tai sosiaalisiin suhteisiin (Ryba ym. 2016, 90–91.) Siirtymät urheilu-uralla voidaan jakaa normatiivisiin ja ei-normatiivisiin siirtymiin. Normatiivisilla siirtymillä tarkoitetaan odotettuja siirtymiä, eli esimerkiksi siirtymistä junioreiden sarjoista aikuisten sarjoihin tai peliuran lopettamista. Ei-normatiivisilla siirtymillä taas voidaan tarkoittaa odottamattomia siirtymiä kuten vamman äkillistä vaikutusta peliuraan. Ei-normatiivisten siirtymien ennakoimattomuus voi tehdä niistä haastavampia urheilijalle verrattuina odotettuihin normatiivisiin siirtymiin. (Wylleman ym. 2013, 161.)

Nykypäivän kansainvälinen urheilijakehitystutkimus (athlete development) on jaettu kahteen eri traditioon, lahjakkuuden kehittymisen (talent development) ja urheilu-urien siirtymien (career transitions) tutkimukseen. Urheilu-urien siirtymien tutkimus ulottuu aina 1960-luvulle saakka. Tutkimus keskittyi aluksi pääosin urheilu-urien loppumiseen liittyviin seikkoihin, mutta sittemmin on kiinnostuttu urheilu-uran tarkastelusta holistisena kokonaisuutena, joka sisältää monia siirtymävaiheita, ja johon vaikuttaa myös urheilijan muun elämän psykologiset, kulttuuriset, sosiaaliset ja akateemiset muutokset. (Bruner 2009, 24.)

Tyypillistä huippu-urheilijan uran kehityksellistä rakennetta Suomessa on kuvattu Ryban ym. (2016, 90) mallissa (kuvio 1.), joka ottaa holistisesti huomioon urheilijan elämän eri osa-alueet. Malli on sovitettu suomalaiseen kontekstiin mukaillen Coten ym. (2003, 2007) DMSP - Developmental Model of Sports Participation-mallia ja Wyllemanin ym. (2013) urheilijan elämänsäkaaren mallia, joka huomioi kaksoisuran ja muiden elämänsäkaarten merkityksen urheilijan urakehityksessä. Ryban ym. mukaan Coten DMSP-mallissa urheilijan ura jaetaan neljään tyypilliseen eri vaiheeseen, jotka ovat a) urheilun aloittamisvaihe (noin 6–7-vuoden ikäisenä), b) erikoistumisvaihe (noin 12–13-vuotiaasta alkaen), c) huippu-urheiluvaihe (noin 18–19-vuotiaasta alkaen) ja huippu-urheilun lopettamisvaihe (noin 30-vuotiaasta eteenpäin). Siirtymät ovat huippu-urheilijoilla säännönmukaisia, mutta ajanjaksot voivat vaihdella lajikohtaisesti paljonkin.

Wyllemanin mallissa urheilijan uran kehitys kietoutuu viiteen elämänalueen eri tasoon, eli urheilu-uraan, psykologiseen-, psykososiaaliseen-, ammatilliseen/akateemiseen- ja taloudelliseen tasoon, jotka ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. (Ryba ym. 2016, 90.) Huomioitavaa on, että uramalli ottaa huomioon vain normatiiviset siirtymät, eli odotetut siirtymät urheilijan uralla kussakin kehitysvaiheessa, eikä ei-normatiivisia siirtymiä.



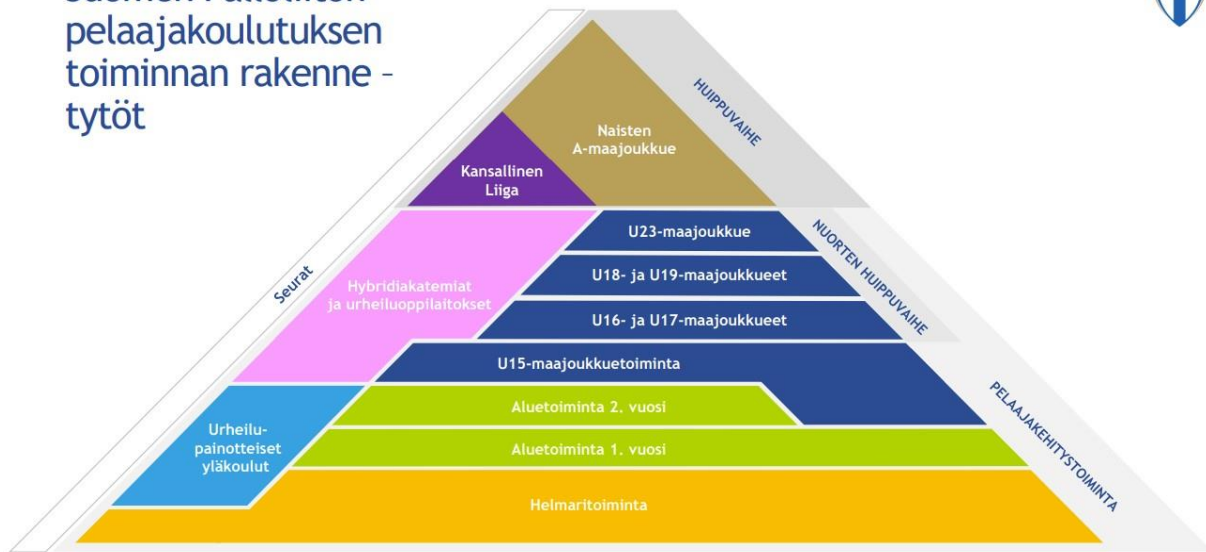
Kuvio 1. Suomalainen versio huippu-urheilijan uramallista. (Ryba ym. 2016, 90)

Torregrossan ym. mukaan (2017) toisen asteen jälkeen urheilijat valitsevat kolmesta eri polusta: 1) lineaarinen polku (fokus urheilussa), 2) konvergentti polku (urheiluun panostaminen ja opintojen ylläpitäminen) tai 3) rinnakkainen polku (urheilu ja opinnot ovat yhtä tärkeitä). Lineaarinen polku valitaan usein niissä lajeissa, joissa on mahdollisuus täyteen ammattilaisuuteen. Tämä voi johtua siitä, että ammattilaisuuteen liittyvät vaatimukset, pelaajasopimukset ja valmentajien asenne estävät samanaikaisen opiskelun tai työn tekemisen.

Konvergentti polku valitaan usein puoliammattilaislajeissa, joissa urheiluun panostaminen on ykkösasia, mutta opintoja tehdään samanaikaisesti, sillä täysi ammattilaisuus ei ole mahdollista. Rinnakkainen polku on puolestaan tyypillistä esimerkiksi olympialajeille, sillä urheilijat eivät saa toimeentuloa urheilusta. Torregrossan ym. (2017) tutkimuksen mukaan naisjalkapalloilijoille normatiivinen polku oli rinnakkainen polku, jossa urheilu ja opinnot ovat yhtä tärkeitä. Konvergentti polku nähtiin seminormatiivisena ja lineaarinen polku epänormatiivisena naisjalkapalloilijoilla.

Tätä tutkimusta varten on haastateltu Suomen naisten jalkapallon pääsarjassa, eli Kansallisessa Liigassa, aktiivisesti pelaavia tai pelaamisen vastikään lopettaneita pelaajia. Pääsarja on kansallisesti korkein sarjataso, joten siellä pelaavat pelaajat voidaan määritellä kilpaurheilijoiksi. Kilpaurheilijalla tarkoitetaan henkilöä, joka harjoittelee ja kilpailee tavoitteellisesti. Ammattilaisurheilija taas saa elantonsa kokonaan tai osittain urheilusta. Jalkapallon pelaajayhdistyksen (JPY) määritelmän mukaan suomalaisiin naisten huippusarjoihin kuuluu Kansallinen Liiga ja Naisten ykkönen (Jalkapallon Pelaajayhdistys 2024). Haastateltavien voidaan nähdä olevan tai olleen omalla urheilu-urallaan huippuvaiheessa, vaikka he eivät pelaisikaan ammatikseen. Myös Suomen Palloliiton (2020a) hahmottelemassa tyttöjen pelaajakoulutuksen rakenteessa (kuvio 2.) huippuvaiheeseen luetaan Kansallisen Liigan ja Naisten A-maajoukkueen tason saavuttaminen. Pelaajakoulutuksen toiminnan rakenteessa on kuvattu tyttö- ja naisjalkapalloilijoiden pelaajapolkua juniori-ikäisestä aina naisten A-maajoukkueeseen asti. Tasot on jaettu pelaajakehitystoimintaan, nuorten huippuvaiheeseen ja huippuvaiheeseen.

## Suomen Palloliiton pelaajakoulutuksen toiminnan rakennetytöt



Kuvio 2. Suomen Palloliiton pelaajakoulutuksen toiminnan rakenne. (Suomen Palloliito 2020a)

### 3.2 Urheilijoiden kaksoisurat

Suomen Olympiakomitean määritelmän mukaan kaksoisuralla tarkoitetaan sitä, kun urheilija yhdistää tavoitteellisen urheilun- ja opiskelu- tai työuransa. Suomalaiset kaksoisurat alkavat yläkouluvaiheesta ja jatkuvat huippuvaiheen jälkeiseen urasiirtymään. Kaksoisurassa tavoitteena on se, että urheilun ja muiden elämän osa-alueiden yhdistäminen toteutuisi mahdollisimman mutkattomasti. (Suomen Olympiakomitea 2023.) Useimmille urheilijoille kaksoisura on välttämättömyys ja tämä korostuu etenkin amatööri- ja puoliammattilaisurheilijoilla sekä niillä urheilijoilla, joilla on matala palkkataso, tai urheilu-uran kesto on lyhyt (Debois ym. 2015; Pink ym. 2018).

Ryban (2016) mukaan huippu-urheilijat laittavat kaksoisurallaan urheilu-uransa koulutuksen ja työn edelle enemmissä määrin, ja tasapainoilu riittävien kurssisuoritteiden ja työnteon kanssa on haastavaa. Tilanne voi olla myös päinvastainen, jolloin urheilu-ura kärsii, koska voimavarat eivät riitä opiskelu- ja työkiireiden vuoksi. Kaksoisura vaatii huippu-urheilijalta omistautumista ja priorisoimista. Arki vaatii suunnittelua ja aikataulutusta sen suhteen, että eteneminen omalla

urheilu-uralla on mahdollista samalla, kun riittävät koulu- ja työsuoritteet on tehtävä. Tämä jatkuva epävarmuus ja tasapainoilu voi johtaa niin fyysisiin kuin psyykkisiin ongelmiin. Riittävän tuen puuttuessa kaksoisuralla, urheilijoiden paineet voivat herkästi johtaa loppuun palamiseen sekä kohonneeseen ahdistuneisuuteen stressiin ja levottomuuteen. Tutkimusten mukaan parhaaseen mahdolliseen tulokseen yltäminen molemmilla osa-alueilla voi olla hyvin vaativaa. (Ryba 2016, 88–89.) Aiemmissa urheilu-uraan liittyvissä tutkimuksissa on myös havaittu, että koska urheilu-ura on suhteellisen lyhyt aika elämästä, se priorisoidaan usein muita elämän osa-alueita korkeammalle ja siihen halutaan panostaa täydellä teholla (Ryba ym. 2015, 48).

Aquilinan (2013) mukaan yhä harvempi urheilija pystyy elättämään itsensä pelkästään urheilemalla. Tämä johtaa siihen, että elanto on hankittava joko luomalla uraa opiskelujen kautta tai töitä tekemällä. Myös Aquilinan tutkimuksessa korostuu se, että urheilijoiden tulee aloittaa urheilun ulkopuolisen uransa suunnittelu jo hyvissä ajoin kaksoisuransa aikana, jotta taloudellinen turva on varmistettu. Tämä voi toisaalta syödä voimavaroja urheilu-uraan keskittymisestä, mutta tutkimus osoittaa, että se myös opettaa urheilijoille elämännäköntaitoja ja tuo vastapainoa urheiluarkeen. Opiskelu ja työ auttavat viemään ajatuksia muualle, kunhan niiden suhde urheiluun pysyy ajallisesti sopivalla tasolla. (Aquilina 2013, 384, 388.)

Aquilinan tutkimuksessa (2013, 388) listataankin opiskelijaurheilijoiden kokemia molemminpuolisia hyötyjä niin urheilussa kuin opinnoissa kaksoisuran toteutuksesta, joita ovat:

1. Tarve keskittyä enempään kuin yhteen osa-alueeseen elämässä vähentää painetta molemmista, niin urheilusta kuin akateemisesta suorituksesta.
2. Uskomus, että kaksoisuran eri osa-alueilla opitut taidot ovat siirrettävissä ja niitä arvostetaan.
3. Älyllinen stimulaatio yhdistettynä fyysisiin haasteisiin harjoittelussa ja suorituksissa auttaa ylläpitämään kiinnostusta ja sitoutumista, mikä on kestävämpää pitkällä aikavälillä.
4. "Tasapainon" saavuttaminen, kun tunnustetaan, että elämässä on muutakin kuin urheilu.
5. Turhautumisen kokemus siitä, että menneisyydessä on panostettu aikaa pelkästään huippu-urheilulle laiminlyömällä koulutusta, saavuttamatta kuitenkaan merkittävää parannusta urheilullisessa suorituskyvyssä.
6. Koulutusten hankkimisen sekä tuleviin elämänvaiheisiin ja työuriin valmistautumisen luoma "turvaverkko" tuo turvallisuudentunnetta ja parempaa suorituskykyä. (Aquilina 2013, 384 & 388.)

Kotimaisen kaksoisuratutkimuksen mukaan eniten haasteita kaksoisuran toteutuksessa aiheuttaa ajanpuutteesta johtuvat ongelmat. Urheilijat, jotka opiskelevat yliopistoissa ovat kokeneet, että oppilaitoksen tuki urheilu-uraa kohtaan on loistanut poissaolollaan. Korkeakoulujärjestelmän ei olla myöskään koettu tarjoavan opastusta ammatillisen ja urheilullisen kehityksen tueksi. Lisäksi urheilun ja opiskelun yhdistäminen on aikaisemman tutkimuksen mukaan ollut helpompaa toisella-asteella kuin korkea-asteella. (Ryba 2016.)

Tutkimustieto urheilun ja koulunkäynnin yhdistämisestä voidaan tiivistää Lämsän ym. (2018) esittelemään kahteen teemaan. Ensimmäinen liittyy urheilun ja kouluttautumisen yhdistämisen haastavaan yhtälöön. Kaksoisura on monimutkainen kysymys niin urheilijoille itselleen, kuin koulutus- ja urheiluinstituutioille. Nuorten huippu-urheilun tavoittelua koulunkäyntiä laiminlyömällä pyritään hälventämään erilaisilla kansallisilla urheilun ja koulutuksen erityisjärjestelyillä, jotka mahdollistavat molempien toteuttamisen samanaikaisesti. Esimerkkinä voidaan mainita erityistehtävän saaneet urheiluoppilaitokset. Näiden urheilukoulujen tehokkuudesta suhteessa normaaliin koulutukseen on sekä positiivisia että kriittisiä tutkimustuloksia. Toinen teema liittyy urheilun ja koulunkäynnin rinnakkaisiin hyötyihin. On osoitettu, että huipulle tähtäävä urheilu ja koulunkäynti voivat myös tukea toisiaan. Näin ollen esimerkiksi urheilussa opittuja taitoja ja pääomia voidaan hyödyntää muilla elämänalueilla. (Lämsä ym. 2018.) Urheilijan kaksoisuralla urheilun ja siviilielämän onnistuneessa yhdistämisessä ihannetilanteessa nämä kaksi rinnakkaista uraa voisivatkin tukea toisiaan.

Kaksoisuratutkimus on ottanut viime vuosina askeleita eteenpäin. Kun vuosien 1992 ja 2013 välillä kaksoisuratutkimuksia julkaistiin vain kourallinen määrä, on kaksoisuraan liittyvien julkaisujen määrä kasvanut vuodesta 2013 ja varsinkin vuodesta 2015 alkaen huomattavasti. Tähän löytyy kaksi keskeistä syytä, jotka ovat vuonna 2022 julkaistut Euroopan Komission suuntaviivat kaksoisuralle ja Erasmus+ -ohjelma. Jäsenvaltioiden poliittisen kiinnostuksen sekä Erasmus+ -ohjelman tuoman rahoituksen myötä kaksoisuraan liittyvää tutkimusta on alettu tekemään aikaisempaan verrattuna paljon. (Vidal-Vilaplana, 2022.)

Urheilijoiden kaksoisuratutkimusta on tehty Euroopassa ja Suomessa yhä enenevässä määrin viime vuosina (Vidal-Vilaplana 2022). Vertaisarvioitua kaksoisuratutkimusta naisjalkapalloilijoista ei ole kuitenkaan juuri tehty Suomessa ja aikaisemmat tutkimukset ovatkin lähinnä opinnäytetöitä. Totro (2020) tutki pro gradu -tutkielmassaan Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden kaksoisurien vaikutusta heidän uratavoitteisiinsa. Torpo (2022) taas tutki pro gradu -tutkielmassaan kvantitatiivisin metodein Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran keston, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttaneita tekijöitä. Rannankari (2022) tarkasteli toisella asteella opiskelevien kaksoisuralla toimivien tyttöjalkapalloilijoiden toimintahorisontteja. Lisäksi Suomalaisten miesjalkapalloilijoiden kaksoisuraa on tutkinut pro-gradu tutkielmassaan Tervaniemi (2020) sekä opinnäytetyössään Nurmos (2023), jossa hän tutki lopettaneiden ammattijalkapalloilijoiden suunnitelmia ja valmiuksia tulevaisuuden työuralle.

Kansainvälisen jalkapallon pelaajayhdistys FIFPROn (2017) tutkimuksessa tarkasteltiin muun muassa naispelaajien peliuria, kaksoisuria, palkkoja, sopimuksia ja syrjinnän kokemuksia kansainvälisellä tasolla. Tutkimuksen mukaan yli 90 % prosenttia tutkimukseen osallistuneista naisjalkapalloilijoista pohti jalkapallouran päättämistä ennenaikaisesti. Suurimpana yksittäisenä lajin ja sen pelaajien kehityksen estävänä tekijänä mainitaan se, etteivät pelaajat päässeet toteuttamaan lajia ammattimaisesti. Lisäksi lähes puolet kyselyyn osallistuneista kertoi opiskelevansa ja kolmasosa tekevänsä muita töitä pelaamisen ohessa. Tutkimuksessa luetellaan keskeisimpiä tekijöitä, jotka aiheuttavat naisjalkapalloilijoilla uran päättämisen harkitsemista. Epävarmuutta uran jatkamisen suhteen aiheuttaa perheen perustaminen, taloudelliset tekijät, siviiliuran tavoittelu, opiskelu-uran tavoittelu, työelämän tasapainon tavoittelu, kyllästyminen rakenteen puuttumiseen jalkapallossa ja stressi. Lisäksi epävarmuustekijöinä voivat toimia monenlaiset peliuran aikana esiintyvät vastoinkäymiset, kuten terveydelliset seikat, ongelmat opiskelussa tai töissä ja sosiaalisissa suhteissa. (FIFPRO 2017, 19, 44.) Torpon pro gradu -tutkielman tulosten mukaan suomalaisten naisjalkapalloilijoiden yleisimmät peliuran lopettamisen syyt olivat samansuuntaisia: motivaation puute, loukkaantumiset, työelämään liittyvät syyt, pelitason heikkeneminen ja jalkapallon aikaa vievyys muilta elämän osa-alueilta (Torpo 2022, 55).

Harrison ym. (2022) tutkivat englantilaisten huippujalkapalloilijoiden kaksoisurasuunnitelmia, heidän kohtaamia kaksoisuran vaatimuksia eri kehitystasoilla niin opiskelun ja töiden sekä jalkapallon näkökulmasta, ja sitä miten globaalien ja makrotason järjestelmät voisivat rohkaista pelaajia kaksoisuran toteuttamiseen. Tutkimuksen löydösten mukaan kaksoisuran toteuttamiseen ohjaa esimerkiksi opiskelun tärkeyden tunnistaminen ja sen takaama turvaverkko sekä jalkapallouran epävarmuus. Lisäksi mitä korkeammalla tasolla opinnot olivat, sitä enemmän haasteita jalkapalloilijat kohtasivat, joka taas näkyi jalkapalloon panostamisen vähentymisenä.

Andersson ja Barker-Ruchti (2018) ovat tutkineet ruotsalaisten naisjalkapalloilijoiden kaksoisuria. Myös ruotsalaisten naisjalkapalloilijoiden kokemuksista heijastui urheilu-uran ja koulutuksen sekä työnteon yhdistämisen vaikeus. Varsinkin urheilu-uran huippuvaiheessa lisääntynyt harjoittelu ja panostus urheilupuoleen lisäsi loukkaantumisia sekä verotti panostusta opiskeluihin, sillä aikataulut tuntui urheilijoista mahdottomalta. Naisjalkapalloilijoiden urapolkua heijastaa myös taloudellinen epävarmuus. Tutkimukseen osallistuneista seitsemästä naisesta kolme pystyi elättämään itsensä pelkästään jalkapalloa pelaamalla ja neljä ei. Edellä mainitut kolme itsensä jalkapallolla elättävää naisjalkapalloilijaa olivat pelanneet ammattikseen myös jossain muussa maassa kuin Ruotsissa, jossa palkkataso on korkeampi. On tärkeää huomioida, että tutkimukseen osallistuneet ruotsalaiset naisjalkapalloilijat edustavat lajinsa huippua, sillä he pelaavat korkeimmalla sarjatasolla ja ovat lisäksi edustaneet tai edustavat Ruotsin jalkapallomaajoukkuetta. (Andersson & Barker-Ruchti 2018, 9 & 11–12.) Ruotsin naisten pääsarjan keskimääräinen pelaajabudjetti oli vuonna 2017 keskimäärin 185 tuhatta euroa, eli noin 10 000 euroa per pelaaja vuositasolla (Sporting Intelligence 2017, 20). Tämä on yli puolet enemmän kuin Suomen Kansallisen Liigan pelaajabudjetti vuonna 2023, eli 73 000 euroa (Kansallinen Liiga, 2023a). Tämän kaltainen tutkimustulos ja tilastotieto kielii sitä, että harva suomalainen naisjalkapalloilija pystyy elättämään itsensä täysin pelkästään ammattilaisjalkapalloilijana.

Lämsä (2022) hahmottelee erilaisia ammattilaisuuden muotoja urheilussa. Urheilija voi olla suoraan työsuhteessa, hän voi toimia elinkeinonharjoittajana, saada apurahaa, tehdä kaksoisuraa tai kilpaurheilla harrastajana (emt. 2022). Kansallisen liigan kauden 2023 pelaajabudjettien perusteella vain yksittäisissä joukkueissa on mahdollista pelata ammattilaisena joukkueiden



pelaajabudjetittien vaihdellessa 11 tuhannen ja 250 tuhannen välillä ja keskiarvobudjetin ollessa kaikkien kymmenen joukkueen välillä 73 100 euroa per kausi (Kansallinen Liiga 2023b). Ottaen huomioon, että joukkueeseen kuuluu yleensä yli 20 pelaajaa, joiden välille budjetti jakautuu, voi todeta, että vain harvoilla pelaajilla on mahdollisuus täyteen ammattilaisuuteen Kansallisessa liigassa. Suomen Palloliiton kehityspäällikkö Heidi Pihlaja arvioi haastattelussa, että noin 40 % Kansallisen liigan pelaajista tienaa vähintään 2 000 euroa vuodessa sekä vain alle 20 vähintään 12 550 euroa vuodessa (Murtomäki 2023). Vuoden 2023 lopulla Suomen naisten A-maajoukkueen 32 pelaajan ringistä vain seitsemän pelaajaa edusti kotimaista seuraa, eli suomalaisten naispelaajien kansallinen kärki pelasi suurimmaksi osaksi ulkomailla (Suomen Palloliitto 2023b). Tämä viitanee siihen, että ulkomaille siirrytään pelaamaan jalkapalloammattilaisuuden vuoksi. Voidaan siis olettaa, että suurin osa Kansallisen Liigan pelaajista tekee erilaisia kaksoisuraratkaisuja urheiluurallaan, kuten opiskelee tai käy töissä pelaamisen ohessa.

### **3.3 Kaksoisuran tukeminen suomalaisessa urheilussa ja jalkapallossa**

Lämsän (2014, 11) mukaan Amara ym. (2004) ovat hahmotelleet eurooppalaisessa tarkastelussa erilaisia valtion suhtautumismalleja urheilun ja opiskeluiden yhdistämiseen korkeakoulussa, joita ovat: 1) Valtiokeskeinen järjestelmä, jossa huippu-urheilijoiden asema turvataan lainsäädännöllä. 2) Valtion tukema järjestelmä, jossa huippu-urheilijoille mahdollistetaan erityisjärjestelyjä. 3) Järjestelmä, jossa urheilujärjestöt toimivat urheilijoiden etujen ajajina sekä 4) "Laisser-faire" -järjestelmä, jossa urheilijoiden asemaa ei turvata minkäänlaisilla virallisilla rakenteilla. Lämsän (2014, 11–12) mukaan suomalaisessa huippu-urheilun käytössä oleva järjestelmä muistuttaa eniten valtion tukemaa järjestelmää, jossa huippu-urheilulle mahdollistetaan erityisjärjestelyitä. Toisen asteen oppilaitoksille on esimerkiksi annettu urheiluun liittyviä erityistehtäviä, ja muilla koulutustasoilla lainsäädäntö mahdollistaa urheilijoiden tarvitsemia joustoja. Valtio tukee huippu-urheilijoita urheilija-apurahoilla sekä rahoittamalla Urheilijoiden ammatin edistämissäätiötä (URA). Päävastuu urheilun ja opiskelun yhdistämisestä on kuitenkin mukaan urheilijoilla ja paikallisilla toimijoilla. (emt. 2014, 11–12.)

Suomalaisten kaksoisurajärjestelmien ja -ohjelmien tarkoituksena on tukea urheilijaa urheilun ja opiskeluiden sekä muiden elämän osa-alueiden yhdistämisessä. Suomessa on pyritty edistämään urheilijoiden opintojen etenemistä kansallisesti jo 1980-luvulta lähtien ja Suomea pidetäänkin pioneerina joustavien ratkaisujen kehittäjänä urheilijoille. Toiselle asteelle rakennettu urheiluoppilaitosjärjestelmä on muotoutunut ja laajentunut urheiluakatemiaverkostoksi, joka luo edellytykset urheilun ja opiskelun yhdistämiselle perusasteelta korkea-asteelle saakka. Urheiluakatemioiden kehittämisen taustalla oli toisen asteen kaltaisen tukiverkoston puuttuminen korkea-asteella opiskelevilta urheilijoilta. Kehittämisen tarkoitus on helpottaa kriittiseksi nähtyä siirtymävaihetta, jossa siirrytään toiselta asteelta pois vakiintuneesta urheilijakoulutusjärjestelmästä sekä parantaa opiskelun ja urheilun yhdistämisen edellytyksiä korkea-asteella. (Nikander 2021, 34; Lämsä 2014, 12.)

Suomen Olympiakomitean alainen urheiluakatemiaohjelma käsittää laajan kirjon toimijoita yläkoulukäisistä nuorista huippu-urheilijoihin sekä heidän taustallaan toimivia valmentajia ja muita taustahenkilöitä. Ohjelman tavoitteena on mahdollistaa jäsenilleen urheilu-ura, jossa taataan kehitys ja kasvu sekä urheilijan kaksoisuran mahdollisimman hyvä tukeminen. Yläkouluvaiheessa nuorille pyritään tarjoamaan tukea niin, että he pystyisivät yhdistämään koulunkäynnin, tavoitteellisen urheilun ja vapaa-ajan mahdollisimman hyvin arjessaan. Tavoitteena on saavuttaa riittävät valmiudet ja edellytykset, joilla luodaan vakaa pohja urheilu-uralle ja toiseen asteen opintoihin. Samalla urheilijan kasvua ja hyvinvointia pyritään tukemaan niin, että urheilun ja opiskelun yhdistäminen olisi mielekästä ja innostavaa sekä tavoitteellisuus ja kehittyminen urheilussa ja elämän eri osa-alueilla olisi mahdollista. Suomessa on 150 verkostoyläkouluu, joista 33 on urheiluyläkouluja. Lisäksi yläkouluvaiheen urheiluakatemian urheilijoille tarjotaan yläkoululeiritystä 11 urheiluopistolla. Suomessa yläkouluvaiheen urheiluakatemian urheilijoita on tällä hetkellä noin 10 900. (Suomen Olympiakomitea 2024b.)

Toisella asteella opiskelun ja tavoitteellisen urheilun yhdistäminen onnistuu parhaiten urheiluoppilaitoksissa. Urheiluoppilaitoksissa opinnot suunnitellaan urheilun vaatimuksen huomioon ottaen ja urheiluvalmennuksiin osallistuminen on osa tutkintoa. Toisen asteen urheiluoppilaitoksissa luodaan pohja niiden nuorten urille, joiden tavoitteena on saavuttaa

kansallista ja kansainvälistä menestystä sekä ammattilaisuus lajissaan. Suomessa on yhteensä 31 toisen asteen urheiluoppilaitosta, joista 15 on erityisen koulutustehtävän urheilulukioita ja 16 erityisen koulutustehtävän ammatillista oppilaitosta. Toisella-asteella urheiluakatemiaan urheilijoita on suomessa noin 6 600. (Suomen Olympiakomitea 2024a; Suomen Olympiakomitea 2024b.)

Huippuvaiheessa pyritään keskittymään opintojen tai työn ja urheilun yhdistämisen tukemiseen sekä urheiluammattilaisuuden ja huippu-urheilun kokonaisvaltaiseen tukemiseen. Huippuvaiheen urheilijoita pyritään myös tukemaan urasiirtymävaiheissa tarjoamalla uraohjausta, vertaistukea ja tukea urheilu-uran päättyessä. Suomessa on 19 alueellista urheiluakatemioita sekä 9 huippu-urheilun valmennuskeskusta. Korkea-asteella oli vuonna 2022 urheiluakatemioiden noin 1 750 urheilijaa. Alueellisten urheiluakatemioiden opiskelijoille on tarjolla kumppanikorkeakoulujen kautta esimerkiksi erillisiä urheilun opintojaksoja ja joustavia opintoratkaisuja. Lisäksi urheiluakatemit tarjoavat esimerkiksi valmennusta ja ohjausta. (Olympiakomitea 2024a.)

Suomessa on toteutettu huippu-urheilijamyönteisten korkeakoulujen arviointimallia Suomen Olympiakomitean strategian 2021–2024 mukaisesti yhteistyössä urheiluakatemieverkoston kanssa. Strategian tavoitteena on muodostaa korkea-asteelle urheiluyläkoulujen ja toisen asteen urheiluoppilaitosten tapainen valtakunnallinen verkosto ja toimintamalli huippu-urheilijoiden opiskelun tueksi. Huippu-urheilijamyönteisiä korkeakouluja arvioidaan laatumallin mukaan, joka koostuu kuudesta tekijästä. Nämä kuusi tekijää ovat opiskelun tuki urheilulle, joustavien opintopolkujen rakentaminen, urheilusta hankitun osaamisen tunnustaminen osana opintoja ja urheilijoille räätälöidyt opintokokonaisuudet, siirtymävaiheiden toimenpiteet, viestintä ja yhteistyö urheiluakatemiaan sekä Olympiakomitean kanssa ja urheilun tuki. Tällä hetkellä Suomessa auditointiprosessiin on hakenut 12 ammattikorkeakoulua ja 4 yliopistoa. Kahdelle ammattikorkeakoululle on jo myönnetty laatutunnukset. (Suomen Olympiakomitea 2024d.)

Suomen Palloliiton (2020c) Jalkapallon ja futsalin strategiaan 2020–2024 kuuluu hybridiakatemiaympäristöjen rakentaminen 16–20-vuotiaille pelaajille. Akatemiaympäristöllä

tarkoitetaan toimintaympäristöä, jossa koulunkäynti, valmennustiimin monipuolinen osaaminen, muu asiantuntijaverkosto ja olosuhteet on järjestetty huippu-urheilun ehdoilla. Hybridiakatemiaoissa seuran, Palloliiton ja urheiluakatemian kesken tehtävän kolmikantasopimuksen turvin rakennetaan nuorille pelaajille laadukasta toimintaympäristöä, joka mahdollistaa huippu-urheilun, opiskelun ja tasapainoisen muun elämän yhteensovittamisen. Projekti on tällä hetkellä pilottivaiheessa ja mukaan on valittu kolme seuraa eri alueilta. (Suomen Palloliitto 2024e.)

Olemme olleet pro gradu -tutkielmaamme liittyen yhteydessä Jalkapallon pelaajayhdistys ry:n (JPY) pelaajakehityksen koordinaattoriin Aku Tervaniemeen ja keskustelleet Pelaajayhdistyksen roolista naisjalkapalloilijoiden kaksoisuran tukemisessa. Jalkapallon Pelaajayhdistykseen kuuluu noin 1 200 jalkapalloilijaa, jotka pelaavat Suomessa tai ulkomailla. Pelaajayhdistys tekee monipuolisesti töitä jalkapalloilijoiden peliurien ja kaksoisurien edistämiseksi, ja esimerkiksi käytössä olevan Job4Player-palvelun tavoitteena on tukea pelaajien työnsaantia ja ammatillista kehittymistä pelikenttien ulkopuolisella työuralla. JPY tekee yhteistyötä oppilaitosten kanssa, jotka tarjoavat erilaisia opintopolkuja jalkapalloilijoille uran aikana. Esimerkkeinä liikunnanohjaajan tutkinto Vierumäellä, erilaiset valmentajakoulutukset ja Haaga-Helian tarjoama jalkapalloilijan opintopolku. (Jalkapallon Pelaajayhdistys 2023.) Jalkapalloilijan opintopolku on maksullinen kokonaisuus, johon kuuluu esimerkiksi opetusta ja ohjausta joustavasti urheilijan omiin tarpeisiin mukautettuna. (Haaga-Helia 2024)

### **3.4 Kaksoisuran toimintaympäristöt ja kehitysympäristöt**

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen (KIHU) asiantuntijatyössä on esitelty valintavaiheessa olevien nuorten 13–19-vuotiaiden urheilijoiden toimintaympäristöä. Urheilijan valintavaiheella tarkoitetaan lapsuusvaiheen ja huippuvaiheen välille sijoittuvaa ajanjaksoa. Urheilijan kaksoisuraa tukeva toimintaympäristö on ikään kuin kattokäsite, joka koostuu urheilijan sosiaalisesta ympäristöstä sekä erilaisten instituutioiden kuten koulun ja urheiluseuran muodostumasta kokonaisuudesta. Toimintaympäristön tarkoituksena on urheilijan

kokonaisvaltainen tukeminen ja kannustaminen huippu-urheilijana kasvamisessa ja kehittämisessä. Toimintaympäristössä urheilija on toiminnan keskiössä ja tukiverkoston muodostavat valmennus, urheiluseurat, perhe, ystävät sekä oppilaitokset. Urheilijan taivalta pyritään helpottamaan myös suomalaisella urheilujärjestelmällä, johon kuuluvat lajiliitot, urheiluakatemit sekä puolustusvoimien urheilukoulut. Toimintaympäristön keskiössä on yksilöllisen huippu-urheilupolun hahmottaminen ja löytyminen. Toimivassa toimintaympäristössä huippu-urheilijalla on mahdollisuus oman identiteetin, minäkuvan sekä maailmankuvan rakentamiseen. Toimintaympäristö linkittyy vahvasti sosiaaliseen ympäristöön, joka käsittää urheilijan lähimmät ihmissuhteet sekä eri instituutiot ja kulttuuriset yhteisöt. (KIHU 2014, 13, 57.) Vaikka tässä tutkimuksessa kohdejoukkona on huippuvaiheessa olevat naisjalkapalloilijat, tarkoitetaan kaksoisuran toimintaympäristön käsitteellä samaa asiaa kuin edellä määritelty valintavaiheen urheilijoiden toimintaympäristö. Täytyy huomioida, että kaksoisuran toimintaympäristö on jokaisella urheilijalla yksilöllinen.

Kehitysympäristöllä (Dual Career Development Environment, DCDE) tarkoitetaan "tarkoituksella kehitettyjä systeemejä", jotka tukevat urheilun ja koulutuksen/työn yhdistämisessä urheilijan kaksoisuralla. (Morris., ym. 2020) Termi on peräisin Nikanderin ym. (2021) tutkimuksessa esitellystä Erasmus+-projektin Ecology of Dual career (ECO-DC) tutkimusryhmän määritelmästä. Nikander ym. esittelevät tutkimuksessaan Suomessa tunnistetut 12 erilaista kehitysympäristöä, jotka voidaan jakaa a) koulutuspohjaisiin, b) urheilupohjaisiin ja c) työelämäpohjaisiin kehitysympäristöihin. Koulutuspohjaisia kehitysympäristöjä ovat peruskoulujen liikuntapainotteiset luokat, yläkoulujen urheiluluokat, toisen asteen urheilumyönteiset oppilaitokset, urheilulukiot, ammatilliset urheiluoppilaitokset ja kolmannen asteen urheilumyönteiset oppilaitokset. Urheilupohjaisia kehitysympäristöjä ovat yläkoululeiritys, urheiluakatemit, urheiluopistot/valmennuskeskukset, pelaajayhdistykset ja huippu-urheilijoiden uraohjelma. Työelämäpohjaiseen kehitysympäristöön lukeutuu Puolustusvoimat. Seuraavassa kuviossa 3 kehitysympäristöt (DCDE) on sijoitettu urheilijan urapolun eri vaiheisiin aiemmin esitellyn urheilijan kokonaisvaltaisen ura-kehityksen mallissa. (Nikander ym. 2021, 77–81.)

<i>Ikä</i>	6	7	10	12	15	18	19	20	25	30	
<b>Psykologinen kehitys</b>	Lapsuus		Nuoruus			(Varhais) Aikuisuus					
<b>Sosiaaliset suhteet</b>	Vanhemmat Sisarukset Opettajat Kaverit			Kaverit Valmentaja Vanhemmat Opettajat			Valmentaja Puoliso Ystävät		Perhe Ystävät Työkaverit (Valmentaja)		
<b>Urheilu-ura</b>	Urheilu-uran aloittaminen				Erikoistuminen				Huippuvaihe (ammattilaisuus)		Huippu-urheilun lopettaminen
<b>Koulutus ja työ</b>	Esi-koulu (1 vuosi)	Ala-koulu (6 vuotta)	Ylä-koulu (3 vuotta)	Lukio Ammattiopisto			Korkea-koulu	Armeija/ siviilipalvelus (6-12kk)	Työelämä		
<b>DCDE</b>	Liikuntapainotteinen peruskoulu (9 vuotta)			Yläkoulun urheiluluokka		Yläkoululeiritys		Urheilulukio Ammatillinen urheiluoppilaitos		Urheilumyönteinen korkeakoulu Puolustusvoimien urheilukoulu	
						Urheiluyönteinen oppilaitos		Urheiluopisto/ valmennuskeskus		Uraohjelma	
										Puolustusvoimat	
										Pelaajajyhdistys	
										Urheiluakatemia	
<b>Taloudellinen tuki ja resurssit</b>	Perhe			Urheiluseura Lajiliitto Urheiluakatemia			Olympiakomitea Sponsorit		Työnantaja Apuraha		

Kuvio 3. Suomalaiset kaksoisuran kehitysympäristöt (DCDE) sijoitettuna urheilijanpolun eri vaiheisiin urheilijan kokonaisvaltaisen urakehityksen mallissa (mukauteltu Ryba ym. 2016, 90) (Nikander ym. 2021, 81)

Nikanderin (2021) tutkimuskatsauksessa tarkastellaan ECO-DC (2017) -projektia, jonka keskiössä oli sen tutkiminen, millaisia kaksoisuran kehitysympäristöjä Euroopassa on. Projektissa on vertailtu eri Euroopan Unionin maiden koululaitosten vuorovaikutusta urheiluorganisaatioiden kanssa ja tutkimukset osoittavat, että urheilijan koululaitoksen tuki urheilulle saattaa olla esimerkiksi joissain yliopistoissa olematonta. Eroavaisuus johtuu siitä, että jotkin urheilijat saattavat opiskella urheilustipendeillä tai olla urheiluakatemioiden jäseniä, jolloin yhteistyö urheiluseurojen ja oppilaitosten välillä on parempaa. Euroopassa ja Suomessa koulutus- ja urheilyympäristöt ovat perinteisesti olleet toisistaan erillään. Urheiluseurojen vastuulla on ollut tavoitteellisen kilpaurheilun organisointi ja koulutusympäristöjen vastuulla opinnot. Eurooppalaisessa kaksoisuratutkimuksessa onkin tunnustettu keskeiseksi kysymykseksi se, kuinka taata nuorten urheilijoiden urheilullinen kehitys, yksilöllinen kasvu, hyvinvointi ja yhtäläiset

oikeudet niin koulutukseen kuin urheiluun heidän erilaisilla kaksoisurapoluillaan. (Nikander ym. 2021.)

ECO-DC-projektissa kehitysympäristöt on eroteltu erilaisiin luokituksiin. Näitä luokituksia olivat urheilu-uran vaihe, koulutuksellinen taso, ympäristön luonne, tuen tarjoaminen, laji, valtion rooli sekä se, onko ympäristön järjestelmä keskitetty vai keskittämätön. Yksinkertaisesti jako voi tarkoittaa esimerkiksi sitä onko kyseessä urheiluympäristö, joka tarjoaa koulutusta tai opiskeluympäristö, joka tarjoaa tukea urheiluun. Projektin tutkimuksen mukaan korkea-asteen keskeisimmät kaksoisuran kehitysympäristöt olivat urheiluakatemit, urheiluopistot, pelaajayhdistykset ja urheiluystävälliset yliopistot. Tutkimukset osoittavat, että kaksoisuran kehitysympäristöt vaikuttavat menestyksekkäästi urheilijoiden kaksoisuraan varsinkin erikoistumis- ja huippuvaiheissa. Tätä perustellaan sillä, että näissä vaiheissa urheilijan tukena ovat erikoistukea, -valmennusta ja -palveluita. Tukiverkostoon kuuluvat valmentajat, fysioterapeutit, hierojat, lääkärit sekä akateemiset tukiverkostot. Resurssit ovat riippuvaisia siitä, kuinka hyvin oppilaitokset, urheiluseurat sekä valtio rahoittavat kaksoisuran tukiverkostoja. (Nikander ym. 2021.)

Seuraavan sivun kuviossa 4, on koottu ECO-DC -projektin keskeisimmät tutkimustulokset niistä urheilijan kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteistä, jotka auttavat urheilijaa parhaiten kehittymään urheilu-urallaan, edistymään opinnoissaan sekä kehittymään henkilökohtaisella tasolla. Menestyspiirteitä on listattu 10, ja ne ovat hyvä työkalu erilaisten kaksoisuraympäristöjen tutkimiseen ja ymmärtämiseen. Kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteet ovat tekijöitä, jotka auttavat ja ohjaavat menestyksekkään kaksoisuraympäristön rakentamisessa ja toiminnan ylläpitämisessä. Taulukossa on esitetty menestyspiirteen nimi vasemmalla. Keskellä on kuvattu, kuinka tietty menestyspiirre esimerkiksi kaksoisuran tukiryhmä toimii ihanteellisesti kaksoisuran tukijana ja oikealla taulukossa on esitelty kuinka tämän kehityspiirteen toimimattomuus voi ilmetä kaksoisuralla (Nikander 2021 13–14.)

Taulukko 1. Kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteet ECO-DC tutkimusryhmän mukaan.

Piirre	Kuvaus	Vastakkainen puoli
Kaksoisuran tukiryhmä	Nimetty työntekijä tai työryhmä, joka on vastuussa urheilun ja opiskeluiden koordinoinnista. Tukiryhmällä on yhteyspiste, jotta opiskelijaurheilijat tietävät mistä saavat tukea.	Useat yhteyspisteet saavat opiskelijaurheilijat epävarmoiksi mistä hakea tukea ja heitä neuvotaan ottamaan yhteyttä useaan henkilöön.
Yhteistyö ja työnjako ympäristössä	Urheilun ja koulun toimijat kommunikoivat ja tekevät yhteistyötä koordinoitusti. Kun urheilijaopiskelijat kohtaavat vaikeuksia, asiaankuuluvat henkilöt (esim. valmentajat, opettajat, kaksoisuran tukiryhmä) käyvät jatkuvaa keskustelua sopivien ratkaisujen löytämiseksi.	Kommunikaation puute. Ristiriitaiset tavoitteet. Opiskelijaurheilijat kokevat ristiriitaisia vaatimuksia – esimerkiksi, valmentajat neuvovat urheilijoita keskittymään urheiluun ja opettajat opintoihin.
Selkeä ymmärrys kaksoisuran ongelmakohtista ja tukemisesta	Ympäristö mahdollistaa urheilijaopiskelijoille urheiluun ja opiskeluun keskittymisen eri ajankohtina. Perhe, valmentajat, opettajat, vertaiset ja muut ymmärtävät, tunnistavat ja tukevat urheilun ja koulun yhdistämistä.	Laajempi ympäristö ei ymmärrä kaksoisuriin liittyviä vaatimuksia. Koulun toimijat ilmaisevat, että urheilu on este opinnoille, ja urheilun toimijat sekä joukkuekaverit pitävät opintoja esteenä urheilusaavutuksille.
Roolimallit ja mentorointi	Ympäristöstä löytyy sopivia roolimalleja ja mentoreita. Oppimismahdollisuudet muilta opiskelijaurheilijoilta, jotka ovat valmiita jakamaan tietoa. Kaksoisuran tukiryhmä jakaa inspiroivia kaksoisuratarinoita.	Eri tason ja koulutuksen opiskelijaurheilijoilla on läpäisemättömiä rajoja. Urheilijat eivät jaa tietoa tai kokemuksia. Toimivia ratkaisuja kaksoisurien haasteisiin ei käytetä inspiraation lähteinä.
Asiantuntijapalveluiden saatavuus	Opiskelijaurheilijalla on käytettävissään asiantuntijoita ja palveluita liittyen ravitsemukseen, urheilupsykologiaan, fysioterapiaan ja lääketieteeseen. Palvelut voivat olla järjestettyjä urheilun tai koulun toimesta.	Opiskelijaurheilijoilla ei ole käytössään asiantuntijoita. Opiskelijaurheilijat, jotka tarvitsevat asiantuntijoiden tukea, eivät tiedä miten saada apua.
Kokonaisvaltainen lähestymistapa	Ymmärrys eri toimialojen vaikutuksesta urheilijoiden elämään ja keskittyminen urheilijan holistiseen kehitykseen riippumatta minkä polun he valitsevat.	Urheilun toimijat keskittyvät vain urheiluun ja koulun toimijat keskittyvät vain opiskeluun.
Voimaannuttava lähestymistapa	Opiskelijaurheilijoilla on mahdollisuus kehittää osaamistaan ja resurssiaan, jotta he voivat suoriutua kaksoisuristaan ja tulla omatoimisiksi. Keskittyminen henkilökohtaiseen kehittymiseen.	Keskittyminen on vain urheilussa ja opiskelutaidoissa, ei kaksoisuraosaamisessa. Liiallinen kontrolli. Opiskelijaurheilijoita ei oteta mukaan päätöksentekoon.
Joustavat kaksoisuraratkaisut	Tunnustetaan, että eri urheilijaopiskelijat ovat erilaisia yksilöitä ja tarvitsevat erilaisia ratkaisuja tukemaan heidän kaksoisuriansa. Tämä saattaa tarkoittaa opintojen tai urheilun joustavuutta sekä joustavuutta esimerkiksi opintojen arvioinnissa.	Urheilijaopiskelijoilla ei ole käytettävissään yksilöllisiä palveluita, vain vakioratkaisuja. Koulun ja urheilun toimijat kilpailevat opiskelijaurheilijoiden rajallisesta ajasta.
Opiskelijaurheilijoiden mielenterveydestä ja hyvinvoinnista huolehtiminen	Kaksoisuria toteutetaan sosiaalisesti vastuullisesti. Kaksoisuraympäristön toimijat tunnistavat vastuunsa urheilijoiden hyvinvoinnista ja mielenterveydestä. Ympäristön käytänteet pitävät sisällään eettiset ohjeet urheilijoiden suojelemisesta ja tukisysteemeistä.	Ympäristö ei tunnista vastuutansa opiskelija-urheilijoiden tasapainoisesta elämästä tai mielenterveydestä. Opiskelijaurheilijat piilottelevat heikkouksiaan. Toimijat eivät puutu tilanteisiin huomattessaan epäasiallisia käytänteitä.
Avoin ja ennakoiva lähestymistapa ympäristön kehittäminen	Kaksoisuran tukihenkilöt pyrkivät jatkuvasti kehittämään omaa ympäristöään ja osaamistaan, esimerkiksi kouluttautumalla, tutustumalla tieteellisiin julkaisuihin, osallistumalla palveluiden arviointiin.	Jatkuvalle ammatilliselle kehitykselle ja arvioinnille ei ole aikaa. Tietoa saatetaan jakaa tiimin sisällä, mutta pyrkimystä horisontin laajentamiseen ei ole.

Kuvio 4. Kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteet ECO-DC tutkimusryhmän mukaan (Nikander 2021, 13–14)



### **3.5 Kokemuksellisuuden ja annettujen merkitysten tutkiminen**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on urheilijoiden kokemusmaailman ja merkityksenantojen tutkiminen. Kokemus käsitteenä voidaan ymmärtää kaksijakoisena. Se on samalla yksilöllistä ja ainutkertaista subjektiivista kokemusmaailmaa, mutta myös linkittyy vahvasti yleisesti hyväksyttäviin tietoihin ja käsityksiin, jotka muodostuvat ympäröivässä yhteisössä. Merkitykset näyttäytyvät yksilöille niin mahdollisuuksina kuin rajoituksina. Eroavaisuudet yksilöiden välillä syntyy siten, kuinka he asettuvat näihin merkityssuhteisiin ja millaiseen kantaan he asennoituvat merkityksiä luodessaan.

Tässä tutkimuksessa tutkittavan joukon antamat merkitykset ja kokemukset ovat vahvasti linkittyneitä sisäisen maailman kokemuksiin ja siihen, kuinka tässä tapauksessa urheilu- ja opiskeluympäristön kontekstit muovaavat näitä kokemuksia ja merkityksiä. Naisjalkapalloilijoiden tapauksessa kokemusmaailman muovautuminen on seurausta kasvusta kaksoisuraympäristössä ja siitä, kuinka tämä kasvu ja kokeminen ovat muovanneet heidän käsityksiään ja asennoitumistaan tutkittavaan ilmiöön. Lisäksi tutkimuksen kannalta merkittäviä seikkoja ovat naisjalkapalloilijoiden kokemukset tuen tarpeesta sekä saadun tuen laadusta. (Toikkanen & Virtanen 2018, 9.)

### **3.6 Kognitiivinen dissonanssi urheilijan uralla**

Kognitiivisella dissonanssilla tarkoitetaan Festingerin (1962) kehittämää teoriaa, jolla viitataan psykologisesti epämukavaan tilaan yksilön elämässä. Festingerin mukaan kognitiiviseen dissonanssiin linkittyy vahvasti Heiderin (1946, 1958) tasapainoteoria. Tasapainoteorian mukaan yksilön pyrkimyksenä on saavuttaa tasapaino itsensä ja ympäristönsä kanssa. Kognitiivinen dissonanssi on seurausta jonkin uuden tiedon tai tapahtuman synnyttämästä konfliktista, jossa uusi tieto, päätös tai tilanne ovat ristiriidassa yksilön aikaisemman tietämyksen, päätösten, mielipiteiden tai käytöksen kanssa. Uusi tieto tai tapahtuma synnyttää jännitystä ja psykologisesti epämiellyttävää oloa, joita helpottaakseen yksilö pyrkii tietoisesti muuttamaan käytöstään. (Vuolle

1977, 23–25.) Vuolle on soveltanut kognitiivisen dissonanssin käsitettä urheilututkimuksessa. Vuolteen mukaan dissonanssi näyttäytyy urheilijoiden elämässä siten, että urheilu on hallitseva osa-alue ja muista osa-alueista, kuten perheestä, koulutuksesta tai sosiaalisista suhteista joudutaan karsimaan pois.

Päätöksentekoa seuraavan dissonanssin voimakkuus riippuu useista eri tekijöistä. Ensinnäkin mitä tärkeämpi tehdyn päätöksen merkitys on, sitä voimakkaampi on valinnan aiheuttama dissonanssi. Myös, mitä tärkeämpi valitsematta jäänyt vaihtoehto on, sitä voimakkaampi dissonanssi on. Valittujen ja valitsematta jääneiden vaihtoehtojen samanlaisuus on toisaalta dissonanssia vähentävä tekijä verrattuna tilanteeseen, jossa valinnat ovat toisistaan etäisiä. Jos esimerkiksi urheilun piirissä tehtävät valinnat palvelevat myös opiskelua tai työuraa, vähenee valinnan aiheuttama dissonanssi. Vuolle kuvailee tätä huippu-urheilun positiivisella siirtovaikutuksella elämän muille osa-alueille. Myös urheilijan vapaus ja itsenäisyys päätöksenteossa vähentävät valinnan aiheuttamaa dissonanssia, kun taas ulkopuolisen tekijän aiheuttama paine tai pakko tiettyyn valintaan lisää dissonanssia. (Vuolle 1977, 28.)

Dissonanssikokemukset huippu-urheilijalla voivat näyttäytyä tilanteissa, joissa urheilija on joutunut luopumaan muille elämänalueille asettamista tavoitteista urheilussa asettamiensa tavoitteiden saavuttamiseksi. Urheilija voi esimerkiksi valmentautumisen tai kilpailutoiminnan vuoksi laiminlyödä opiskelua, ammattiaan tai velvollisuuksiaan perheen ja yhteisön suhteen, jonka kautta syntynyt kognitiivisten elementtien ristiriita voi ilmetä esimerkiksi urheilun haittavaikutusten tiedostamisena liittyen koulutukseen, ammattiin tai persoonalliseen elämään. Dissonanssi ei välttämättä ilmene heti, vaan välillisesti toisen ilmiön kautta. Opiskeleva urheilija ei esimerkiksi välttämättä koe poissaoloja suoraan ongelmallisena, mutta jos ne alkavat vaikuttaa opintomenestykseen negatiivisesti, voi dissonanssin kokemus kasvaa. (Vuolle 1977, 26–27.) Lavalleen (2019, 5) tutkimuksen mukaan huippu-urheilijoiden osallistumisella urheilu-uran jälkeisen uran suunniteluun jo uran aikana nähtiin yhteys vähentyneeseen dissonanssin kokemukseen ja parantuneeseen suoritukseen urheilussa.

## 4 Tutkimuksen toteutus

Tutkimuksen luonne on laadullinen. Laadullinen tutkimus sopii piirteiltään tutkimukseemme, koska tutkittavana ilmiönä ovat ihmiset ja heidän antamansa kokemukset ja merkitykset tutkittavalle ilmiölle, emmekä pyri tekemään tutkittavasta aiheesta tilastollisia yleistyksiä. Laadullinen tutkimus eroaa määrällisestä tutkimuksesta siten, että tutkimuksen tulokset ovat vaikeammin yleistettäviä, mutta saadut tulokset ovat kokonaisvaltaisempia ja syvällisempiä. Laadullisen tutkimuksen peruseriaatteita ovat, kuinka tutkittavat yksilöt luovat käsityksiä ja merkityksiä tutkittavasta ilmiöstä ja kuinka nämä havainnot vaikuttavat tutkimuksen tuloksiin. Koska kyseessä on naisjalkapalloilijoiden antamat merkitykset ja kokemukset urheilijan kaksoisurasta, tutkittava joukko antaa tutkittavasta ilmiöstä oman subjektiivisen kokemuksensa. Tämä pätee myös meihin tutkimuksen tekijöinä, koska myös tutkijat toimivat oman subjektiivisen ymmärryksensä johdattamina. Puhdas objektiivinen lähestyminen tutkimusasetelmaan on täten lähes mahdoton. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 1.1.2.)

Tutkimuksemme on tieteenfilosofisesti fenomenologinen, sillä tutkimme naisjalkapalloilijoiden kokemuksia kaksoisurasta ja näistä kokemuksista muodostuvia merkityksiä. Fenomenologialla tarkoitetaan ihmisen suhdetta siihen todellisuuteen, jossa tämä elää (Laine, 2010, 29). Tutkimuksessa päädyimme valitsemaan kasvatuspsykologinen lähestymistavan kokemuksen ja merkityksen määrittelyyn, koska siinä keskitytään tutkimaan niin yksilön sisäistä kokemusmaailmaa kuin yksilön ja ympäristön välistä vuorovaikutusta, mikä on tutkimuksemme kannalta olennaista (Suorsa 2018, 96). Valintaa perustelemme myös sillä, että fenomenologia ei muodosta vain yhtä yhtenäistä suuntausta, vaan kokemuksia ja merkityksiä voidaan tutkia, tulkita ja tarkastella soveltaen monin eri tavoin (Tökkäri 2018, 65).

## 4.1 Tutkimustehtävä

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tutkia korkeakoulussa opiskelevien naisjalkapalloilijoiden kaksoisuria. Kiinnostuksen kohteena on tarkastella kaksoisuran toteuttamiselle asetettuja lähtökohtia sekä kaksoisuran toimintaympäristön tarjoamaa tukea kaksoisuralle. Haastatteleamalla naisjalkapalloilijoita kartoitamme, millaisia merkityksiä kaksoisuran toteuttamiselle annetaan, sekä kuinka opintojen ja urheilun suhde koetaan. Lisäksi tarkastelemme naisjalkapalloilijoiden näkemyksiä kaksoisuran tuesta ja sen ilmenemisestä heidän toimintaympäristössään.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisia merkityksiä naisjalkapalloilijat antavat kaksoisuran toteuttamiselle ja kuinka naisjalkapalloilijat kokevat opiskelun ja urheilun välisen suhteen?
2. Kuinka kaksoisuran tuki näyttäytyy naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä?

## 4.2 Tutkimuksen aineisto

Tätä tutkimusta varten haastateltiin kymmenentä korkeakoulussa opiskelevaa tai maksimissaan kaksi vuotta sitten korkeakoulusta valmistunutta kilpailullisesti urheilevaa tai maksimissaan kaksi vuotta sitten urheilu-uransa lopettanutta naisjalkapalloilijaa, joilla on kokemusta naisten pääsarjatason jalkapalloilun sekä korkeakouluopiskelun samanaikaisesta yhdistämisestä. Kahden vuoden aikaikkunaa opiskeluun ja kilpaurheiluun perustellaan sillä, että kaksoisura olisi haastateltavilla vielä suhteellisen tuoreessa muistissa. Näin tutkimuksemme kohdejoukon kokemukset ajoittuisivat viimeisten muutaman vuoden ajalle yhdenmukaisesti. Pääsarjatason pelaajien valinta perustuu siihen, että tällä tasolla jalkapalloilu on mahdollisimman kilpailullista ja ammattimaista. Naisten pääsarja Kansallinen liiga määritelläänkin naisjalkapalloilijan uran huippuvaiheeseen (Suomen Palloliito 2020a). Päätös rajata haastateltavat pelkästään

naisjalkapalloilijoihin liittyy niihin taloudellisiin eroihin, joita esiintyy kansallisesti miesten ja naisten pääsarjojen välillä. Näemme, että jos kohdejoukko olisi sisältänyt sekä miehiä että naisia, tällä olisi voinut olla liian suuri vaikutus kohdejoukon erilaisiin kokemuksiin kaksoisurasta.

Tutkimuksemme kohdejoukon saimme kerättyä Jalkapallon Pelaajayhdistyksen yhteyshenkilön Aku Tervaniemen kautta. Tapasimme yhteyshenkilön kanssa muutamaa otteeseen etäyhteyksin ja kävimme läpi tutkimuksen luonnetta, tavoitteita sekä aikatauluja. Sovimme, että yhteyshenkilömme ehdottaa meille tutkimukseen kiinnostuneita osallistujia, joihin voimme sitten itse olla yhteydessä. Yhteydenotot osallistujille tapahtuivat pääasiassa sähköpostitse, mutta yhden haastateltavan saimme mukaan puhelimitse. Yhteydenotossa lähetimme kaikille haastateltaville saman sähköpostirungon, jossa avattiin tutkimuksemme luonne, tavoitteet, haastattelun kesto sekä tietosuojaseloste. Haastateltavan joukon kriteerit olivat melko löyhät. Tärkeimmät kriteerit olivat, että haastateltavat naisjalkapalloilijat pelaavat tai ovat pelanneet jalkapalloa ammattimaisesti samalla, kun he opiskelevat tai ovat opiskelleet korkea-asteella. Lisäksi peliuran lopettamisesta tai opiskelujen lopettamisesta sai olla yhteydenoton hetkellä kulunut maksimissaan kaksi vuotta, jotta kaksoisuran toteuttaminen olisi vielä tuoreessa muistissa.

Tutkimusaineiston keräsimme haastatteluiden muodossa. Aineistomme koostui kymmenestä yksilöhaastattelusta, jotka toteutimme etäyhteyksin Microsoft Teamsin kautta. Päädyimme valitsemaan etähaastattelut, koska joustavuutensa myötä ne tuntuivat käytännöllisemmiltä vaihtoehdoilta kontaktihaastatteluihin nähden mahdollisten välimatkojen ja aikatauluhaasteiden vuoksi. Haastatteluiden kesto vaihteli noin 30 ja 45 minuutin välillä riippuen etenemisvauhdista ja vastausten pituudesta. Jaoimme haastattelutilanteet kahteen eri osioon, joista ensimmäinen käsitteli haastateltavien kokemuksia ja merkityksiä kaksoisurasta sekä urheilun ja opiskelun yhdistämisen suhdetta. Toinen osio käsitteli kaksoisuran toimintaympäristöjä ja tukea, sekä niiden vaikutuksia ja näkyvyyttä haastateltavien kaksoisuralla.

Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluin, joissa ideana on se, että haastattelurunko sekä käsiteltävät teemat ovat etukäteen suunniteltuja. Tämän myötä saimme kysytyä tutkimuksen

kannalta merkityksellisiä ja tutkimustehtävän mukaisia kysymyksiä. Teemahaastattelun etuna on myös se, että haastateltavien vastauksista riippumatta haastattelussa voidaan esittää tarkentavia ja syventäviä kysymyksiä. Teemahaastattelu sopi myös tutkimuksemme luonteeseen, sillä teemahaastattelussa haastateltavat antavat vastauksissaan merkityksille ja kokemuksille aina oman tulkintansa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 3.1.1.)

Halusimme pitää haastattelut mahdollisimman käytännönläheisinä ja osallistujaystävällisinä. Aloitimme jokaisen haastattelun esittäytymällä, kertomalla tutkimuksestamme ja käymällä tietosuojaselosteen läpi. Haastatteluissa pyrimme etenemään haastattelurungon mukaisesti napakasti, kuitenkin niin, että haastateltavat saivat vastata rauhassa ja omin sanoin kysymyksiimme. Näin haastateltavat pystyivät kertomaan kokemuksistaan ja antamistaan merkityksistään omin sanoin. Haastatteluissa pyrimme välttämään päälle puhumista sekä epäirrallista keskustelua, vaikka sitäkin haastatteluissa ilmeni, niin kuin normaaleissa keskustelun konteksteissa voi tapahtua. Koimme haastatteluiden haasteeksi sen, että satunnaisesti haastateltavilla oli vaikeuksia ymmärtää kysytyjä kysymyksiä ja kysymyksiin saatettiin vastata ohi aiheen.

Äänitimme haastattelut ja litteroimme haastatteluaineiston analyysia varten hyödyntäen Microsoft Teamsin omaa litterointityökalua. Haastatteluiden äänittämisestä ja videotallenteesta ilmoitimme haastateltaville etukäteen ja kysyimme heiltä suullisen luvan kunkin haastattelun alussa haastattelujen äänittämiseen ja videokuvan tallentamiseen, kuten hyvän tutkimushaastattelukäytännön mukaan on tehtävä (Eskola & Suoranta 1998, luku 2.2.4). Litterointityökalun litteroima aineisto ei ollut täydellistä, joten kävimme aineistoa lävitse ja korjasimme virheellistä suomen kieltä ja työkalun väärin ymmärtämiä sanoja. Litteroimme aineiston sana sanalta, mutta poistimme siitä ylimääräisiä ja paljon esiintyneitä täytesanoja sekä toistoa. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä noin 38 sivua ja aineisto tullaan poistamaan asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua.

Haastattelu on laadullisessa tutkimuksessa yleisesti käytetty aineistonkeruutapa. Se soveltui tutkimuksemme luonteeseen hyvin, koska siinä ei ole tarpeen valita laajoja tutkimusyksiköjä

(Alasuutari 2011, luku 2.2). Haastattelu aineistonkeruutapana on luonteeltaan myös hyvin joustava verrattuna kyselytutkimukseen tai lomaketutkimukseen, sillä haastattelijat voivat toistaa kysymyksensä tarvittaessa sekä päättää kysymysjärjestyksen. Laadullisessa tutkimuksessa haastateltavat käsitetään tutkimusyksikkönä, mutta tämä ei tarkoita, että tutkimuksessa keskitytään yksilöllisten eroavaisuuksien löytämiseen, vaan pikemminkin hahmottamaan aineistosta löytyviä kokonaisuuksia. Tätä kautta voimme yhdistää haastatteluista nousseita yksilöllisiä kokemuksia laajempaan kontekstiin ja saamme vastauksia tutkimuskysymyksiimme. Haastattelututkimus myös auttaa jäsentämään toivottua urheilijoiden kokemusmaailmaa sen narratiivisen luonteen takia, sillä haastateltavat pääsevät omien kertomustensa ja tarinoidensa myötä kertomaan omia ajatuksiaan ja näkökulmiaan. (Eskola & Suoranta 1998, luku 1.8.) Haastateltavien anonymiteetin vuoksi pro-gradu -tutkielmassamme ei nosteta esille naisjalkapalloilijoiden taustatietoja, kuten ikää, asuinpaikkakuntaa, opiskelupaikkaa tai seuraa, emmekä näe tätä muutenkaan relevantiksi tutkimuksemme kokonaisuuden kannalta (Alasuutari 2011, luku 2.2).

### **4.3 Aineiston analyysi**

Aineiston analyysissä käytimme laadullista sisällönanalyysia. Laadullisen sisällönanalyysin etuna on ennen kaikkea sen joustavuus ja on tärkeää ottaa teoreettinen viitekehys sekä tutkimuskysymykset mahdollisimman hyvin huomioon. Laadullisessa tutkimuksessa aineistoa kertyy yleensä paljon ja aineistoa tulee käydä läpi, pureskella, purkaa sekä havainnoida useaan otteeseen. Analyysin toteutuksessa pyrimmekin tekemään paljon muistiinpanoja sekä muodostamaan aineistosta sekä eriteltyjä havaintoja että laajempia kokonaisuuksia, jotta purku ja ymmärtäminen olisivat helpompaa. Tutkijoina meidän on tärkeää olla oman aineistomme asiantuntijoita ja aineiston perusteellinen purku ja läpikäynti on tärkeää. Perusteellisen käsittelyn ja purun myötä aineistosta nousee esille ne tutkimuksen kannalta tärkeät havainnot, käsitteet, johtopäätökset ja tulokset. (Puusa & Juuti 2020, luku 4.9.)

Laadullisen tutkimuksen sisällönanalyysi voidaan jakaa aineistolähtöiseen, teorialähtöiseen ja teoriaohjaavaan analyysiin. Aineistolähtöinen eli induktiivinen analyysi etenee aineiston ehdoilla ja perustuu tulkintoihin ja päättelyihin. Vastaukset tutkimustehtävään saadaan aineistosta syntyneitä teoreettisia käsitteitä yhdistelemällä. Teorialähtöisessä eli deduktiivisessa sisällönanalyysissä analyysi perustuu aikaisempaan teoreettiseen viitekehykseen. Aineistosta etsitään teorialähtöisessä analyysissä merkityksiä ja käsitteitä teorian ohjaamana. Syntyneitä käsitteitä ja merkityksiä verrataan aikaisempaan teoreettiseen malliin tai tietoon. Teoriaohjaava sisällönanalyysi on abduktiivista päättelyä, jossa analyysi- ja ajatteluprosessiin vaikuttavat sekä aineistolähtöisyys että aiempi teoriapohja ja -tietämys. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108–114.)

Tämän tutkimuksen aineiston laadullinen sisällönanalyysi on aineistolähtöistä, jossa on teoriaohjaavuuden piirteitä. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin valintaa perustelemme sillä, että analyysivaiheessa on aineiston perusteella mahdollista muodostaa uusia teoreettisia käsitteitä tai muokata aikaisempia teoreettisia käsitteitä uuteen muotoon vastaamaan tämän tutkimuksen tutkimuskysymyksiin. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä havainnot ja teoreettiset käsitteet muodostuvat aineistosta. Sisällönanalyysin teoriaohjaavat piirteet tulevat sen myötä, että tunnistamme aikaisemman teoretietämyksen vaikuttavan taustalla ajattelussamme, havainnoissamme ja päätelmissämme. Osa tutkimuksessamme käytettävistä käsitteistä on peräisin aiemmista tutkimuksista ja teorioista, joten tämä lisää sisällönanalyysin teoriaohjaavuutta. Teoreettisen taustan ja aineiston vuoropuhelun voidaan kuitenkin ajatella rikastuttavan analyysityötä ja avaavan mahdollisuuksia tehdä ja muodostaa monipuolisempia ja syvällisempiä päätelmiä ja teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 4.2.)

Aineistolähtöisen laadullisen sisällönanalyysiprosessi voidaan jakaa Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan kolmeen vaiheeseen. Analyysin ensimmäinen vaihe on redusointi, eli havaintojen pelkistäminen. Aineiston pelkistämässä pyrimme karsimaan aineistosta, eli tässä tapauksessa haastatteluaineistosta epäolennaiset seikat pois sekä rajaamaan aineistoa hallittavampaan muotoon. Aineistoa pyritään tarkastelemaan ja rajaamaan tutkimuskysymysten ja teoreettisen viitekehyksen mukaan, jotta voidaan löytää ne itseä kiinnostavat, tutkimustehtävän kannalta relevantit ja olennaiset seikat. Pyrimme yhdistelemään pelkistyksestä syntyneitä raakahavaintoja



Excel-taulukoon allekkain aihepiirin ja erilaisten ilmauksien mukaan. (Alasuutari 2011, luku 2.3.) Tämän jälkeen taulukoihin koottujen havaintojen rajausta tapahtui värikoodaamisen kautta, jossa tietty väri tarkoitti tiettyä tutkimuksen kannalta tärkeää teemaa. Koodaus ja taulukointi toimivat meille ikään kuin muistiinpanovälineinä, ja ne auttoivat jäsentämään analyysia. Näin aineisto oli myös käsittelyn kannalta hallittavampi, selkeämpi ja miellyttävämpi työskentelyyn (Eskola & Suoranta 1999, 157). Aineistonkeruutapana toteuttamamme teemahaastattelun hyvä puoli oli se, että aineisto oli valmiiksi jo melko jäsenneilty, sillä haastateltavat olivat vastanneet aika lailla samoihin kysymyksiin samassa järjestyksessä ja teemoja oli helppoa alkaa muodostaa sen pohjalta (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 4.4.3).

Eri teemojen mukaisia värikoodeja oli viisi ja aineiston läpi käytyämme kokosimme kustakin värikoodatusta teemasta alaluokkia Excel-taulukoon. Tämä aineiston toinen analyysivaihe klusterointi eli ryhmittely, teemoittelu ja tyyppittely mielletään usein varsinaiseksi analyysiksi. Aineiston klusteroinnissa pyrimme luomaan alaluokkia, jotka olivat aika yleistettyjä ja osa koodatuista ilmaisuista menivät vielä tässä vaiheessa ristiin eri taulukoiduiden alaluokkien kesken. Pyrimme kuitenkin ryhmittelemään samoja asioita tarkoittavat käsitteet mahdollisimman tarkasti, jotta ne eivät menisi myöhemmin enää sekaisin. Alaluokkien muodostuessa edessä oli kolmantena ja viimeisenä vaiheena abstrahointi, jossa ryhmitellyistä alaluokista alettiin muodostaa yläluokkia ja lopuksi pääluokkia. Tässä vaiheessa jouduimme palaamaan takaisin tarkastelemaan aineistoa, sillä tutkimuskysymykset muovautuivat hieman erilaisiksi. Tämä ei ollut haitaksi, sillä abstrahointiprosessin ideana onkin erotella aineistosta tutkimukselle keskeinen tieto, jonka myötä muodostetaan teoreettiset käsitteet. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luvut 4.4.2 & 4.4.3.)

Tutkimuskysymysten varmennuttua aineistosta muodostui kaksi lopullista pääteemaa, jotka olivat kaksoisuralle annetut merkitykset ja urheilun ja opiskelun suhde sekä kaksoisuraympäristön tuki naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä. Pääteemojen alle yläteemoiksi muodostuivat jalkapallon kokonaisvaltainen merkitys, opiskelut tulevaisuuden turvaajana ja vastapainona jalkapallolle, urheilun ja opintojen suhde sekä kaksoisuran tuki opiskeluympäristössä, urheiluympäristössä ja sosiaalisessa ympäristössä.

#### 4.4 Tutkimuksen luotettavuus, uskottavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuutta tarkastellessa keskeisessä roolissa on tutkijan ja tutkittavan kohteen välinen vuorovaikutus. Tieteen ihanteissa tutkijalla tulisi olla mahdollisimman objektiivinen lähestymistapa tutkimukseen, eikä tämän omat subjektiiviset mielipiteet, ajattelutavat tai toimet saisivat vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 6.1.) Tutkijan on myös myönnettävä, että tämä on itse myös osa tutkimuksen tutkimusvälineistöä (Eskola & Suoranta 1999, 211). Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että tutkijat ovat tietoisia omista rajoittuvuuksistaan objektiivisuuden suhteen ja pyrkivät nostamaan sitä esiin. Itselfreflektiolla on tässä keskeinen rooli ja pyrimme huomiomaan tutkimuksessamme omat puutteemme ja tuomaan ne esille.

Koemme, että huolellinen tutkimuksen suunnittelu, toteutus ja raportointi sekä niiden avaaminen vaiheittain lisää tutkimuksemme läpinäkyvyyttä ja näin myös uskottavuutta ja luotettavuutta. Tutkimuksen luotettavuutta käsitellessä keskeiseksi sudenkuopaksi voi muodostua se, että ovatko havaintomme oikeasti puolueettomia. Riskinä voi olla se, että tutkijoina tarkastelemme tutkittavaa kohdetta liiallisesti oman kehyksemme läpi. Tunnistamme tässä omat rajoituksemme ja näemme, että paras keino luotettavuuden tukemiseen on selkeästi tutkia sitä, mitä on luvattu ja noudattaa sitoutuneesti hyviä tieteellisen käytännön periaatteita läpi tutkimuksen.

Aineiston luotettavuutta tarkastellessa voidaan käyttää myös erilaisia luotettavuusnäkökulmia. Tutkimuksemme luonteeseen sopii luotettavuuden tarkastelu faktanäkökulmasta, sillä haastattelututkimusta tehdessä voidaan olettaa, että tutkimusjoukolla on ennakkotietoa ja käsityksiä tutkittavasta aiheesta. Tutkimusaiheemme koskettaa myös kohdejoukkoamme henkilökohtaisella tasolla, joten voimme olettaa heidän antamansa kokemukset ja merkityksen ovat faktaan perustuvia, eikä haastatteluissa ole tarkoituksenmukaisesti valehdeltu tai liioiteltu vastauksissa. Faktanäkökulman peruseriaatteena on, että tutkimuksen kohteena oleva joukko puhuu avoimesti ja rehellisesti, kuten tätä odotetaan myös tutkijalta. Faktanäkökulma sopii erityisesti haastatteluaineiston luotettavuuden tarkasteluun ja siinä on keskeistä tehdä eroa ei halutun ja halutun tiedon välille. Faktanäkökulmassa keskitytään asioihin ja informaatioon

tosimaailmasta, eikä esimerkiksi kielen tutkiminen ole niin keskeistä. Faktanäkökulma perustuu empiiriseen tutkimusaineistoon ja tutkijoiden tulee sivuuttaa omat mielipiteensä ja tulee pohtia aineiston todenmukaisuutta puhtaasti aineisto edellä. (Alasuutari 2011, luku 5.)

Tutkimuksen uskottavuutta voidaan mallintaa hyvän tieteellisen käytännön pohjalta. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan tutkimuksen uskottavuus ja eettisyys kulkevat käsi kädessä ja hyvän tieteellisen käytännön perusteella tutkijoiden tulisi noudattaa tiedeyhteisön hyväksymiä toimintatapoja. Tällaisia toimintatapoja ovat tarkkuus ja rehellisyys tutkimustyössä, tuloksissa sekä arvioinnissa. Myös tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmien tulisi olla eettisiä sekä kriteerit täyttäviä. Tutkijan on ilmoitettava käyttämänsä lähdeviitteet asianmukaisesti ja annettava aiemmalle tutkimukselle sen ansaitsema huomio. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 5.3.)

Tutkimusta tehdessä on otettava huomioon eettisiä näkökulmia. Hyvän etiikan mukaisesti tutkittavalle joukolle on tärkeää kertoa tutkimuksen luonne, tavoitteet, käyttökohteet sekä ketkä tutkimusta mahdollisesti lukevat. Osallistujille on myös painotettava, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Aloitimme jokaisen haastattelun kertomalla nämä seikat, pyytämällä suullisen suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen. Haastateltavat olivat saaneet myös etukäteen sähköpostitse viestinä sekä tietosuojaselosteen että tiivistelmän tutkimuksesta. Tutkimuksen hyvän etiikan mukaisesti myös haastatteluaineisto säilytettiin salasanojen takana tietokoneillamme sekä muistitikuilla. Haastateltavien anonymiteettia suojellaan poistamalla litterointiaineistosta kaikki tunnistettavuustiedot, kuten nimi, oppilaitos, seura, paikkakunta ja muut asiat, joista haastateltavan voisi tunnistaa. (Alasuutari 2011, luku 2.2; Eskola & Suoranta 1999, 52–57.)

## **5 Tutkimuksen tulokset**

Tutkimuksen tuloksissa käymme läpi haastatteluaineistosta nousseita löydöksiä vastaten tutkimuskysymyksiimme, jotka olivat seuraavat: "Millaisia merkityksiä naisjalkapalloilijat antavat kaksoisuran toteuttamiselle ja kuinka naisjalkapalloilijat kokevat opiskelun ja urheilun välisen suhteen?" ja "Kuinka kaksoisuran tuki näyttäytyy naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä?" Tulokset olemme jakaneet kahteen osaan, joista ensimmäinen osa käsittelee kaksoisuralle annettuja merkityksiä sekä opiskelun ja urheilun välistä suhdetta. Toinen osa käsittelee kokemuksia kaksoisuraympäristön vaikutuksesta kaksoisuraan. Olemme koonneet alaotsikoita tarkentamaan ja konkretisoimaan aineistosta nousseita teemoja ja tuloksia.

### **5.1 Kaksoisuralle annetut merkitykset sekä opiskelun ja urheilun suhde**

Tämän luvun ensimmäisessä osassa avaamme tutkimuksen tuloksia liittyen ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, eli siihen millaisia merkityksiä naisjalkapalloilijat antavat kaksoisuran toteuttamiselle ja kuinka naisjalkapalloilijat kokevat opiskelun ja urheilun välisen suhteen. Olemme jakaneet luvun kolmeen alalukuun, jossa kahdessa ensimmäisessä käsittelemme jalkapallon pelaamisen kokonaisvaltaista merkitystä ja opinnoille annettuja merkityksiä. Koska kaksoisuran toteuttaminen koostuu jalkapallon ja opiskelujen yhdistämisestä, näemme mielekkäänä tarkastella kaksoisuraa erikseen näiden molempien näkökulmista. Kolmannessa alaluvussa kokoamme yhteen tuloksia naisjalkapalloilijoiden kokemuksia urheilun ja opintojen suhteesta sekä siitä, millaisia haasteita kaksoisuralla on kohdattu.

#### **5.1.1 Jalkapallon kokonaisvaltainen merkitys**

Tutkimusaineistoa tarkastellessa selkeäksi teemaksi hahmottui naisjalkapalloilijoiden kokemus jalkapallon kokonaisvaltaisesta merkityksestä heidän kaksoisurallaan. Kokonaisvaltaisuus näyttöä siten, että haastateltavien oma arki ja aikataulutukset rakentuivat vahvasti jalkapallon

ympärille. Jalkapallo näyttäytyi monessa haastattelussa elämän ensimmäisenä prioriteettina ja jalkapallon nähtiin olevan keskeinen osa omaa identiteettiä. Syyksi jalkapallon priorisoinnille näyttäytyi vahvasti tiedostaminen peliuran lyhydestä ja siitä, että tämä aika haluttiin maksimoida panostamalla siihen niin hyvin kuin mahdollista. Usealla haastateltavalla jalkapallon tärkeys on ollut läsnä aina lapsuudesta ja nuoruudesta saakka. Jalkapalloympäristöön on kasvettu ja sen mukana tulleet ihmissuhteet, ylä- ja alamäet sekä opit ovat olleet osanaan rakentamassa naisjalkapalloilijoiden identiteettiä. Stambulovan ym. (2015, 10) tutkimuksessa tarkasteltiin urheilija- ja opiskelijaidentiteettien voimakkuutta. Tutkimuksen mukaan on viitteitä siitä, että urheilijaidentiteetti koetaan usein vahvempana kuin opiskelijaidentiteetti ja tämä korostuu etenkin sellaisissa lajeissa, joissa ammattilaisuus on mahdollista. Alla olevissa sitaateissa esimerkkinä kahden haastateltavan nostama näkökulma jalkapallon tärkeyteen liittyen.

"Se on varmaan suurin osa mun elämää jalkapallon pelaaminen, että tärkeä asia ihan pienestä pitäen... Kaikista silleen isoimmat tavoitteet niin, kun jos miettii silleen koko ... tai kaikkeen elämässä." (H2)

"No sehän merkitsee koko elämän tai oikeastaan mun koko identiteetti on se, että mä oon jalkapalloilija." (H7)

Jalkapallon pelaaminen todettiin myös yhdessä haastattelussa olevan haastateltavan ammatti.

"No jalkapallo on ammatti ja mä haluan, että se tulee ole mun ammatti vielä tyylillä suunnilleen 10 vuotta." (H3)

Useimmat haastateltavat eivät puhuneet jalkapallosta ammattina, mutta kuitenkin asiana, johon panostetaan paljon ja mitä tehdään ammattimaisesti. Monella oli konkreettisia tavoitteita, jota he halusivat vielä saavuttaa urallaan, ja usea halusi nähdä kuinka pitkälle voi urallaan yleisesti päästä.

"Tavoitteena, että joskus pelaa jossakin ulkomailla." (H2)

“Mutta siis mä kyllä silleen panostan molempiin (opintoihin ja jalkapalloon), mutta totta kai mä panostan silleen kunnolla jalkapalloon. Mähän pistän paljon mun aikaani siihen ja haluan katsoa kuinka pitkälle vaan pääsee ja tälleen.” (H6)

Toisaalta uraan liittyi myös epävarmuuden kokemuksia. Urheilu-uran ei-normatiivisten siirtymien ennakoimattomuus voi tehdä niistä haastavampia urheilijalle kuin odotetut normatiiviset siirtymät (Wylleman ym. 2013, 161). Alla olevassa esimerkissä haastateltava ei ole aivan varma, mitä jalkapalloura voi hänelle tarjota. Kuten haastateltava kuvailee, uralla etenemisessä ratkaisee paljon se “mihin riittää”, eli kuinka pitkälle omilla taidoilla voi päästä.

“No en nyt ehkä sen enempää, että kun sitten mä en myöskään tiedä, että olisiko tää mun futisura nyt semmoinen, että tässä lähdetään ulkomaille ja oikeasti tavoittelemaan... Onko tää nyt se mihin mulla riittää vai. Kyllä sitä nyt on vähän silleen tietysti pohtinut, että kun sen niinku tiedostaa, että fudisura ei niin kun loputtomiin jatku. (H7)

Monessa haastattelussa nousi esiin se, että jalkapalloura on lyhyt aika, minkä vuoksi se halutaan nostaa ensimmäiseksi prioriteetiksi elämässä. Tämä on linjassa aiempien urheilu-uraan liittyvien tutkimusten kanssa. Koska urheilu-ura on suhteellisen lyhyt, siihen panostetaan täydellä teholla ja se priorisoidaan usein muita elämän osa-alueita korkeammalle. Urheilu-ura on ihmisen elämänselityksessä suhteellisen lyhyt ajanjakso huippuvaiheen ajoittuessa karkeasti aikuisuuden kynnykseltä noin 30-ikävuoden tienoille, jolloin huipputasoinen urheilu lopetetaan (Ryba ym 2015, 48; Ryba ym. 2016, 90). Tämä voi tietenkin olla yksilökohtaista ja osalla huippuvaiheen urheilu-ura voi jatkua joissain tapauksissa paljon pidempäänkin. FIFPROn tutkimuksen mukaan miesjalkapalloilijoista suurin osa lopettaa pelaamisen 30 ja 40 ikävuoden välillä, kun taas naisjalkapalloilijoiden uran lopettaminen ajoittuu aikaisemmalle ajankohdalle, todennäköisimmin 24 ja 33 ikävuoden välille. (FIFPRO 2017)

“Tää on niin lyhyt aika elämästä, kun sä pystyt tätä jalkapalloa tekemään niin mä en halua sellaista tunnetta, että joutuisi sitten myöhemmin vanhemmalla iällä sitä katumaan, että

no vitsi, että kun en pistänyt tarpeeksi paukkuja siihen jalkapalloon silloin nuorempana niin kyllä mulle futis on vielä tärkeämpää” (H4):

"Sitten oon myös samaan aikaan miettinyt, että tähänkin (jalkapallon pelaamiseen) on tietty, aikaikkuna milloin tätä voi tehdä ja sitten toisaalta taas muuta elämää voi sitten kyllä tehdä sitten myöhemminkin tai just vaikka mieltii töiden suhteen silleen, että minkä verran pystyy tehdä. Tavallaan niin sitten... Niitä pystyy aina tehdä sitten myöhemminkin, mutta oma kroppa ei välttämättä pysty pelaamaan ihan loputtomiin asti." (H8)

"No kyllä nyt kun vielä mä koen, että tässä pitäisi olla pelivuotia vielä jonkun aikaa jäljellä, niin kyllä mä jotenkin itselleni perustellut sen, että nyt saa ihan rehellisesti vielä keskittyä siihen jalkapallouraan." (H4)

Useilla haastateltavista oli kaksoisuraa tehdessä todennäköisesti käynnissä yksi urheilu-uran intensiivisimmistä vaiheista, jolloin panostus urheiluun halutaan maksimoida, koska he pelaavat kilpailullisesti kansallisesti korkeimmalla tasolla. Toisaalta myös kaikilla haastateltavista opinnot olivat siihenastisen elämän korkeatasoisimmassa vaiheessa, jolloin ne myös vaatinevat paljon panostusta. Haastatteluhetkellä kaikki haastateltavat opiskelivat korkeakoulussa tai olivat hiljattain valmistuneet sieltä. Näin ollen täysipainoinen panostaminen molempiin saatettiin kokea myös haastavana. Suurimmassa osassa haastatteluista korostuikin sopivan tasapainon löytäminen sekä se, että asiat ovat paljolti omasta itsestä kiinni. Lisäksi molempien toisiaan tasapainottava vaikutus huomioitiin.

"Sataprosenttia kummallekin (urheilu ja opiskelu) antaminen on haastavaa." (H1)

Usea haastateltava pyrki priorisoimaan jalkapalloa tekemällä erilaisia arjen ratkaisuja, joissa joustettiin tarvittaessa opinnoista. Tämä saattoi ilmentyä esimerkiksi pintapuolisena valmistautumisena tenttiin tai ei-pakollisten luentojen jättämisenä väliin. Opinnot saatettiin nähdä esimerkiksi hyvänä oheistekemisenä urheilu-uralla kuten alla olevassa Haastateltava 10:n

sitaatissa. Haastateltava 6 taas kuvailee, kuinka ei halua karsia jalkapallosta, vaikka ei olisi ehtinyt ollenkaan valmistautua tulevaan kokeeseen.

“No kyllä tällä hetkellä jalkapallo on se ykkös prioriteetti, ja opinnot on tulleet siinä sivussa. Vähän sillä asenteella justinsa, että ne etenee silleen kun etenee ja että se on semmoista mukavaa sivutekemistä.” (H10)

“No kyllä mä luento oon jättänyt väliin, mut sitten en mä oikeastaan koskaan jättänyt mitään treenejä. Mulla on aina siis ollut ihan alusta asti semmoinen tunne, että mikä tilanne olisikaan, niin mä en koskaan jätä treenejä väliin että se on vaan että mulla on pakko mennä sinne vaikka mä en edes ole lukenut yhtään silleen kokeeseen niin mä siltikin menen sinne treeneihin.” (H6)

Moni kuitenkin tiedosti sen, että joskus opinnoissakin tulee pakollisia asioita, joiden takia ei voida aina joustaa. Tämä riippuu myös paljon opiskeltavan alan käytännöistä ja opiskelutavoista. Pakollista läsnäoloa vaativat opintojaksot koettiin yleisesti haastavampana yhdistää jalkapallon pelaamiseen kuin ei-pakollista läsnäoloa vaatineet tai etäopiskelun mahdollistaneet opintojaksot.

“Jos piti jommasta kummasta karsia, niin kyllä mä sitten aina opiskeluista vähän niinkuin jätin. Mutta kyllä siinä mielessä halusin olla täsmällinen, että vaikka että jos oli joku tentti, joka saattoi olla vähän huonoon aikaan, niin en mä tavallaan halunnut valmistumistaan lykätä sen takia, että mulla on treenejä tai pelejä.” (H4)

Haastateltavien välillä vaihteli merkittävästikin se, kuinka he arvottivat sillä hetkellä jalkapalloa suhteessa opiskeluihin ja siviiliuraan. Kahdella haastateltavista siviiliura oli jo selkeästi arvotettu etusijalle. Lopuilla haastateltavista joko jalkapallo oli selkeästi etusijalla tai jalkapallo ja siviiliura arvotettiin tasapuolisesti. Toisaalta siviiliuran rakentamisen tärkeydestä peliuran jälkeen oltiin yksimielisiä. Yhteistä lähes kaikilla haastateltavista oli myös se, että arkea pyrittiin rakentamaan mahdollisimman hyvin nimenomaan jalkapallon ympärille, riippumatta siitä suhtauduttiinko pelaamiseen tavoitteellisena harrastamisena vai ammattimaisena toimintana. Moni haastateltava



koki opintojen ja urheilun yhdistämisen myös parhaimmillaan toisiaan täydentävinä, jossa saadaan esimerkiksi ajatuksia muualle toisesta. Osa haastateltavista oli myös välttänyt töiden tekemistä esimerkiksi kesäisin, jotta aikaa jäisi pelaamiselle. Taloudelliselta kannalta tämä aiheutti haasteita, sillä pelaamisesta saatavat palkkiot eivät ole kovin suuria. Lisäksi mahdollisesti tärkeä oman alan työkokemus jäi saamatta.

Mielenkiintoista oli se, kuinka monessa haastattelussa ilmeni myös jalkapallosta saatavat hyödyt siviiliuralla. Hyötyinä nimettiin esimerkiksi verkostoituminen, työmahdollisuudet, itseohjautuvuus, työmoraali ja joukkueurheilun tarjoamat erilaiset työelämätaidot. Osassa haastatteluja olikin viitteitä urheilun positiivisista siirtovaikutuksista siviiliuraan. Aquilinan (2013, 388) tutkimuksessakin haastatellut opiskelijaurheilijat kokivat yhtenä kaksoisuran hyötynä niin urheilun kuin opiskelujen näkökulmasta esimerkiksi uskomuksen, että eri osa-alueilla (urheilussa ja opinnoissa) opitut taidot ovat siirrettävissä ja hyödynnettävissä osa-alueelta toiselle. Tämä näyttäytyy esimerkiksi Haastateltava 4:n kuvauksessa urheilu-uran hyödyntämisestä työnhaussa. Lisäksi Haastateltava 1 nostaa esiin jalkapallosta opittujen sosiaalisten taitojen merkitystä opinnoissa.

“Futiksessakin me ollaan totuttu tekemään määrätietoisesti töitä ja sitten just opiskelujen yhdistäminen vaatii tietynlaista kurinalaisuutta ja suunnitelmallisuutta. Silloin kun mä hain valmistumisen jälkeen töitä, niin kun osaisi mainostaa oikein tätä jalkapallouraa, että heinä oon todistanut tällä asioiden yhdistämisellä sen, että pystyy olemaan säntillinen ja suorittaa useampaa asiaa samaan aikaan. Tosi monet rekryt sit oli ihan silleen, että vau että täähän on hieno juttu. (H4)

“Jalkapallosta saanut kaikki ryhmätyötaidot kaikki erilaisten ihmisten kanssa olemisen taidot ja kaikki tommoiset, joka on helpottanut sitten taas koulussa äärettömän paljon.”  
(H1)

Vastaukset liittyen positiivisiin siirtovaikutuksiin urheilusta siviiliuralle ovat linjassa Deboisin ym. (2015, 22) tutkimuksessa nousseisiin vastauksiin, joissa jo siviiliuralle siirtyneet urheilijat nostivat

esiin tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet heidän ammatilliseen kehitykseensä. Yksi tekijä liittyi siirtovaikutukseen, jossa urheilusta saadut taidot kuten omistautuneisuus, tiimityötaidot, muiden kunnioittaminen, nöyrä asenne työskentelyyn ja tavoitteiden asettaminen helpottivat ammatillista kehitystä siviiliuralla. (Debois 2015, 22.) Jos urheilun piirissä tehtävät valinnat palvelevat myös opiskelua tai tulevaa työuraa, vähenee valinnan aiheuttama dissonanssi. Vuolle (1977, 28) kuvailee tätä huippu-urheilun positiivisella siirtovaikutuksella elämän muille osa-alueille. Tuloksienne mukaan osa haastateltavista näkikin jalkapalloilun enemmänkin rikkautena ja tietynlaisena kilpailuvalttina työmarkkinoilla.

### **5.1.2 Opiskelut tulevaisuuden turvaajana ja vastapainona jalkapallolle**

Vaikka usealla haastateltavalla elämän ensimmäisenä prioriteettina oli jalkapallo, keskeinen haastatteluista esille noussut havainto oli, kuinka yksimielisesti kaikki haastateltavat tunnustivat opiskeluiden ja siviiliuran tärkeyden. Tämä on linjassa Aquilinan (2013, 386) aiemman tutkimuksen kanssa, jossa 18:sta opiskelijaurheilijasta 17 oli sitä mieltä, että he tarvitsevat molemmat urat elämässään. Erityisesti amatööri- ja puoliammattilaisurheilijoilla sekä niillä urheilijoilla, joilla on matala palkkataso, tai urheilu-uran kesto on lyhyt, kaksoisura voi olla muutenkin välttämättömyys (Debois ym. 2015; Pink ym. 2018.)

Opiskelujen ja siviiliuran tärkeyden korostamiselle nousi monia syitä. Yhtenä yleisimpänä syynä nostettiin opiskeluiden taloudellinen merkitys, niin nykyhetkessä kuin tulevaisuudessa peliuran jälkeen. Opiskelut eivät tarjonneet pelkästään taloudellista turvaa tulevaisuudessa edessä olevan työuran muodossa, vaan myös varavaihtoehtona tarjoamaa henkistä turvaa. Taloudellinen turva näkyi toisaalta jo nykyhetkessä: Suomessa korkeakouluopiskelijoilla on melko kattavat sosiaalietuudet, mikä tuo helpotusta opiskelijaurheilijan talouteen opiskeluiden aikana. Tämä myös vähentää riippuvuutta esimerkiksi töissä käymisestä, mikä taas mahdollistaa pelaamiselle enemmän aikaa. Haastateltava 10 nostaa esiin alhaiset pelaamisen palkkiot, jotka eivät tuo täyttä toimeentuloa sekä sosiaalietuudet, jotka taas mahdollistavat osaltaan pelaamista.

“No kyllähän sekin on silleen, että omalta osaltaan kun opiskelen niin se myös mahdollistaa sen, että pystyy pelaamaan, kun ne pelaamisen palkkiot eivät ole kuitenkaan niin suuria. Sitten taas saa kuitenkin opintotukea ja ihan asumistukea.” (H10)

Opiskelut ja siviiliura nähtiin tulevaisuudessa tärkeänä turvaverkon luojana. Usea haastateltava nostikin esiin niin sanotun “plan b”-ajattelun, jolla tarkoitetaan varavaihtoehtoa urheilu-uralle. Opiskelemista tehtiin nimenomaan tulevaisuuteen suuntautuvalla pitkällä tähtäimellä, kun taas peliuraa suunniteltiin lyhyemmällä tähtäimellä. Edellisessä alaluvussa kuvasimmekin, miten usea haastateltava piti jalkapallon pelaamista elämänkulussa suhteellisen lyhyenä ajanjaksona. Urheilu sisältää myös siviiliuraan verrattuna enemmän epävarmuustekijöitä, kuten loukkaantumiset, kiinnostuksen loppumisen tai sopivan urheiluseuran löytymättömyyden. Työura taas nähtiin pidemmän tähtäimen panostuksena. Loukkaantumiset ja tieto, että ne voivat aiheuttaa urheilu-uran päättymisen, voivatkin saada urheilijan tiedostamaan kaksoisuran tärkeyden (Debois ym. 2015, 23).

“Tavallaan on niin kuin back up plan myös sitten silleen, että jos mä nyt päätän että ei enää kiinnosta pelaa tai tunnu hyvältä tai loukkaantuu pahasti tai jotain, niin sitten voi lähteä taas edistämään sitten sitä uraa eri lailla.” (H8)

“Mä kanssa haluan opiskella ... haluan suunnitella mun elämää silleen, että mulla on niin sanotusti joku plan b. Ja siis se on vaan fakta, että ei nyt naisjalkapalloilijana saa niin paljon (palkkaa).” (H6)

“Sitten kun se jalkapalloura jossain vaiheessa loppuu, niin on hyvä asia, että on joku back up plääni siinä jo valmiina.” (H2)

Useimpien haastateltavien puheissa erottui muutenkin yleinen kiinnostus ja arvostus koulutusta kohtaan. Monella arvostus koulutukseen oli peräisin esimerkiksi perheestä ja mahdollisimman korkealle kouluttautuminen nähtiin tietyllä tavalla itseisarvona. Yhdessä haastattelussa nostettiin

esiin koulutuksen yhä kasvava yhteiskunnallinen tärkeys. Useimmilla haastatelluista motiivina omalle alalle hakeutumiseen oli sisäisen motivaation synnyttämä aito kiinnostus alaa kohtaan. Haastateltavat tiedostivat vahvasti urheilu-uran jälkeisen elämän, ja kuinka tärkeä siihen on valmistautua. Pienellä osalla haastatelluista opiskelut ja siviiliura olikin jo asetettu kaksoisuran aikana tietoisesti ensimmäiseksi prioriteetiksi, vaikka jalkapalloa pelattiin vielä mahdollisimman tavoitteellisesti. Taustalla oli esimerkiksi se, ettei urheilullisia tavoitteita koettu enää niin vahvoina suhteessa tavoitteisiin akateemisella uralla, että oltaisiin valmiina laittamaan urheilua etusijalle. Yksi haastatelluista oli jo lopettanut kilpatasolla pelaamisen, jotta voisi panostaa enemmän opintoihin.

Tutkimusten mukaan urheilu-uran jälkeiseen elämään valmistautumisella urheilu-uran aikana voi olla edistävä vaikutus urheilussa suoriutumisessa (Aquilina 2013, 388; Lavallee 2019, 5). Aiemman tutkimuksen mukaan opiskelijaurheilijoiden kokemia molemminpuolisia hyötyjä kaksoisuran toteuttamisesta niin urheilun kuin opintojen puolella ovat esimerkiksi tasapainon saavuttaminen ja turvallisuuden tunteen saaminen. Useassa haastattelussa nousi esiin juuri opiskeluista saatava tasapainon tunne sen tarjoaman vastapainon myötä, kuten haastateltava 4:n ja 2:n esimerkeissä.

“Mä en tiedä miten mä olisin jaksanut sitä, että jos pelkästään tavallaan elämä pyörisi sen jalkapallon ympärillä ja ei taas koskaan saisi vaihdettua ajatuksia johonkin muuhun asiaan.”  
(H4)

“Mä ajattelen sen niin, että on tärkeitä, että on nyt sitten jotain muutakin elämässä kuin pelkkä se jalkapallo vähän kuin vastapainona.” (H2)

Myös opiskeluiden tuoman älyllisen stimulaation yhdistämisellä urheiluun on koettu olevan tasapainottava vaikutus urheilijan elämässä (Aquilina 2013, 388). Muutama haastateltava nosti tämän esiin. Esimerkiksi harjoituksiin meneminen pitkän opiskelupäivän jälkeen koettiin palauttavana, jolloin ajatuksia saatiin muualle opinnoista. Sama teema nostettiin esille päinvastoin, eli opiskellessa urheiluun liittyvät ajatukset saatiin nollattua. Se, että elämässä on

muutakin kuin jalkapallo, koettiin voimaannuttavana. Alla olevassa haastateltava 4:n sitaatissa kuvataan hyötyjä siitä, että urheilija pääsee tekemään aivotyötä urheilun ulkopuolella.

“Toisaalta sitten, kun aivot taas pääsee painimaan ihan erilaisten asioiden kanssa, kun on sitten erilaisia kursseja ja muuta opiskelua sitten koulun puolella, niin musta se oli jotenkin todella hyvä, että sain välillä heittää aivot ihan erilaisten haasteiden pariin.” (H4)

Myös opiskeluiden tuoma sosiaalinen ulottuvuus nostettiin esille. Moni haastateltavista korosti identifioituneensa vahvasti jalkapalloilijaksi. Jalkapalloa on pelattu lapsesta asti ja laji on pysynyt vahvasti mukana koko elämän ajan. Toisella asteella on saatettu opiskella urheiluoppilaitoksessa, ja ystäväpiiri on kietoutunut vahvasti urheilun ympärille. Tilanne on voinut muuttua korkea-asteelle tultaessa, kun opiskelukavereita on alkanut olla entistä erilaisemmista taustoista. Deboisin ym. (2015, 22) tutkimuksen mukaan urheilun ulkopuoliselle siviiliuralle siirtyneet urheilijat ovat nostaneet esiin haasteellisena sen, että työelämässä uusi sosiaalinen ympäristö voi olla hyvin erilainen, mihin on tottunut aiemmin urheilu-uralla. Haastatteluiden perusteella toimiminen erilaisten ihmisten kanssa opiskeluympäristössä urheilu-uran aikana nähtiin kuitenkin enemmänkin rikastuttavana tekijänä, mikä helpottanee myös myöhemmällä siviiliuralla toimimista, kun on tottunut toimimaan monipuolisissa sosiaalisissa ympäristöissä. Haastateltava 4 kuvailee opiskelun tuomia uusia ystäväpiirejä rikkautena. Haastateltava 8 taas nostaa esiin näkökulman siitä, että erilaiset ystäväpiirit mahdollistivat ajatusten siirtämisen pois urheilusta.

“No jos puhutaan vaikka tuosta sosiaalisesta elämästä, niin mun mielestä se on hirveän iso rikkaus, että on tavallaan ystäväpiirejä sekä sieltä koulumaailmasta ja sitten taas sieltä jalkapallomaailmasta, että ne on kuitenkin niin erilaisia piirejä, että se mun mielestä kasvattaa ihan hirveästi että pääsee olemaan erilaisten ihmisten ympäröimänä.” (H4)

“Mä ainakin koin myös se, että kun meni yliopistoon, niin oli tosi niin kuin ... ihmiset oli tosi erilaisia ja mielenkiintoisia ja että, jos jossain määrin se ehkä myös rikastutti sitä omaa sosiaalista ympäristöä ja toisaalta mun mielestä on ihanaa, että on ihmisiä kenen kanssa ei tarvitse jauhaa sillee urheilusta.” (H8)

Tässä alaluvussa on kuvattu kuinka opinnot tuovat urheilijalle turvaa ja tasapainoa kaksoisuralla mahdollistaen jalkapallouran jälkeisen siviiliuran menestyksekkään rakentamisen. Usea jalkapalloilija myös tunnistaa kouluttautumisen tärkeyden yleisesti nyky-yhteiskunnassa.

### **5.1.3 Urheilun ja opintojen suhde - tavoitteena tasapaino**

Edeltävissä alaluvuissa on kuvailtu naisjalkapalloilijoiden antamia merkityksiä niin jalkapalloseuralle kuin opiskelulle heidän kaksoisurallaan. Tässä alaluvussa hahmotellaan, kuinka haastateltavat kokivat urheilun ja opintojen välistä suhdetta. Urheilun ja opintojen yhdistämisestä oli paljon positiivisia kokemuksia, mutta sitä ei kuitenkaan koettu aina helppona. Aineistossa esiintyi myös runsaasti negatiivisia kokemuksia ja etenkin arjen jaksamisen haasteet tulivat esille suurimmassa osassa haastatteluja. Urheilun ja opiskeluiden yhdistäminen vaatii urheilijalta aktiivisuutta, sujuvaa ajanhallintaa ja motivaatiota. Urheilija tarvitsee myös tukea ympäriltään.

Kaksoisuralla kehitysympäristön menestyspiirteiden mukaisesti kaksoisuralla tukiryhmällä, johon kuuluvat perhe, valmentajat, opettajat, vertaiset ja muut toimijat, tulisi olla selkeä ymmärrys kaksoisuralla haasteista, ongelmakohtista ja vaatimuksista. Urheilijoita tulisi tukea urheilun ja opintojen yhdistämisessä niin, että molempia osa-alueita voitaisiin toteuttaa ja molemmissa voitaisiin kehittyä samanaikaisesti ilman, että toinen osa-alue kärsii suhteessa toiseen (Nikander 2021, 13-14). Haastateltavat kokivat pääosin, että kaksoisuralla on mahdollisuus kehittyä sekä urheilussa että opinnoissa. Yleinen kokemus oli, että kaksoisuralla sujuva toteutus on ensisijaisesti itsestä kiinni. Suurin osa haastateltavista pyrki rytmittämään arkeaan jalkapallo edellä, vaikka pieni osa oli jo tehnyt tietoisesti valinnan siviiliuralla priorisoinnista. Osa haastateltavista olisi myös kaivannut enemmän tukea kaksoisuralleen.

Linnérin ym. (2019) tutkimuksessa eritellään ruotsalaisten opiskelijaurheilijoiden kokemia haasteellisia kaksoisuralla skenaarioita ja keinoja, kuinka niistä selvitään. Yleisimmin koettuja haasteellisia kaksoisuralla skenaarioita olivat esimerkiksi tärkeiden opiskelupäivien jättäminen välistä, urheilun ulkopuolisen sosiaalisen elämän yhteensovittamisen hankaluus, muutto muualle

opintojen tai urheilun takia sekä haastavien opiskelupäivien ja tärkeiden urheilupäivien osuminen päällekkäin. Tärkeitä kompetensseja haasteiden selättämisessä olivat esimerkiksi priorisointi, suunnittelu etukäteen, itsekuri ja valmius tehdä uhrauksia. (Linnér ym. 2019, 8–12.) Naisjalkapalloilijoiden haastatteluissa esiintyi samansuuntaisia näkemyksiä kaksoisuran haasteista selviämiseen. Haastatteluissamme korostui etenkin ajanhallinnan ja etukäteen suunnittelun taidot, mistä esimerkkinä alla oleva Haastateltava 10:n sitaatti.

“Niin kyllä, se siis on sumplimista välillä ... voi olla, että kurseja pitää vähän vaihdella tai tällä tavalla, että pystyy niitä suorittaa, että kyllä se vaatii sitä, että itse suunnittelee ja katsoo ne aikataulut ja silleen, että se sen saa onnistumaan. On se tosi paljon myös itsestä kiinni, että ne saa toimimaan.” (H10)

Haastatteluissa nousi vahvasti esiin, että sujuvalla kaksoisuralla on tärkeää löytää sopiva tasapaino jalkapallon pelaamisen ja opiskelun välillä. Parhaimmillaan opiskelut ja pelaaminen toivat vastapainoa toisilleen. Haastateltavat kokivat opiskelun tuovan myös turvallisuuden tunnetta peliuralle, koska siviiliura takaa urheilijan uran jälkeisen työllistymisen. Tätä voisi myös pohtia kognitiivisen dissonanssin vähentymisen näkökulmasta. Mitä tärkeämpi tehdyn päätöksen merkitys ja mitä tärkeämpi valitsematta jäänyt vaihtoehto on, sitä voimakkaampi dissonanssi. (Vuolle 1977, 28.) Dissonanssin voidaan nähdä vähenevän, kun urheilijalla on tasapainoinen tilanne niin urheilun kuin opiskelujen näkökulmasta, eikä hänellä ole painetta valita pelkästään jompaakumpaa.

Yhtenä toimivan ja tasapainoisen kaksoisuran edellytyksenä nähtiin joustavat ratkaisut, erityisesti opintojen puolella. Jalkapallo on joukkuelaji, ja aikataulut ovat pääosin lukkoon lyötyjä, joten urheilija pääsee näin ollen tekemään joustavia ratkaisuja urheilupuolella lähinnä itsenäisen harjoittelun ajoittamisessa. Joukkueen yhteisistä harjoituksista ja peleistä ei haluttu karsia pois. Koska suurin osa jalkapalloilijoista pyrki toteuttamaan kaksoisuraa jalkapallon ehdoilla, joustavia ratkaisuja haettiin usein opintojen puolelta. Erityisesti mahdollisuus etäopiskeluun koettiin tärkeänä kaksoisuraa helpottavana tekijänä. Koronapandemian myötä lisääntynyt etäopiskelu ja itsenäinen työskentely nousikin esiin useassa haastattelussa positiivisessa valossa.

“Kun sä otat sängyssä kahdeksalta sen koneen, että tavallaan semmoiseen niinku palautumiseen se auttoi (etäopiskelu). Ja sitten, no korona siinä tavallaan auttoi jatkossakin, että ne luennot oli pitkälti niinku etänä, ettei tarvinnut olla enää läsnä.” (H5)

“Paljon silleen aikaa itsenäiseen opiskeluun niin sitten se on toiminut muutenkin mulle hyvin. Ja sitten myös tän yhdistämisen kannalta... Mä oon katsonut luentotallenteita jälkikäteen tai muuta tai sitten opiskellut muuten vaan sen materiaalin. Niin en kyllä oikein keksi milloin olisin... ehkä yhden kerran jättänyt treenit väliin, kun oli joku opiskelijatapahtuma ja silloin mulla ei ollut siihen seuraan sopimusta.” (H3)

Pieni osa haastateltavista oli jo siirtynyt opiskeluista työelämään haastattelujen aikaan. He kokivat opiskelun ja urheilun yhdistämisen olleen helpompaa opiskeluaikana kuin urheilun ja työn yhdistämisen sittemmin työelämässä. Syynä nähtiin juuri arjen aikataulutus, mikä oli opiskellessa joustavampaa. Työ saattaa olla taas sidotumpaa aikaan ja paikkaan, mikä voi rajoittaa osaltaan urheilua.

“Silloin kun mä valmistuin niin sitten mä aloitin sitten siinä sen jälkeen työt ja aluksi mä aloitin silleen, että ei täysipäiväisenä vaan vähän kevyemmin, mutta sitten se soppari vähän muuttui ja sitten yhtäkkiä se olikin vähän niinkuin täysipäiväinen ja sitten... No sitten siinä tuli ajankäytöllisiä haasteita erittäin isosti ja siinä oltiin aika ääri rajoilla sillä lailla, että miten niin kuin päivässä riittää tunnit jaa ... ja oma myös energia, jaksaminen ja semmoinen.” (H8)

Nykyään jo työelämässä oleva haastateltava 4 reflektoi opiskeluajan olleen toimivaa urheilun yhdistämiseen.

“Mä tykkäsin siitä kyllä ihan hirveästi, koska se oli niin vapaata, ja että mä pystyin just tietysti suunnittelemaan mun opiskelut sillä lailla, että kun mä tiesin, että jos joukkue vaikka tarjosi jotain aamutreenejä, niin mä en ota sitten vaikka tunteja just siihen aikaan, että mä pääsen niihin aamutreeneihin. Niin kyllä mä koen, että se oli jotenkin tosi hyvä kombo. En kokenut



millään tavalla, että olisin ollut jotenkin uupunut tai muuten, että kyllä mun mielestä se oli toimivaa yhdessä.” (H4)

Merkittävänä haasteena kaksoisuran toteuttamiselle nousi aikataulutukseen liittyvät tekijät. Ajoittain urheilijan arki saattaa muodostua raskaaksi, kun opiskelua ja urheilua on paljon samanaikaisesti. Tämä voi aiheuttaa kuormitusta, uniongelmia ja haasteita jaksamiseen. Aiemman tutkimuksen mukaan myös jo alle 18-vuotiailla toista astetta suorittavilla urheilijoilla voi esiintyä samanlaisia haasteita (Ryba 2017, 136). Lähes jokainen haastateltava kertoi kokeneensa jaksamisen haasteita jossain vaiheessa kaksoisuraansa. Haastateltava 2 mainitsee esimerkiksi ”pre-seasonin”, jolloin on paljon opiskelua ja urheilua samaan aikaan. Pre-seasonilla tarkoitetaan ajanjaksoa ennen varsinaista kilpailukautta, jolloin valmistaudutaan tulevaan kauteen ja harjoitellaan paljon. Suomessa tämä ajanjakso ajoittuu talveen ja alkukevääseen, kilpailullisen kauden alkaessa keväällä. Myös opintoja on paljon tänä ajanjaksona.

”Pre seasonilla, siinä on vähän raskaampi kun on paljon treenejä ja sitten siihen osuu aika paljon kouluakin niin silloin on raskaampaa ja musta tuntuu että silleen riippuu just aika paljon, että mitä opiskelee niin että miten pystyy vaikuttamaan siihen opiskelujen rytmitykseen.” (H2)

Kuten edellä mainittiin, joustavat opiskeluratkaisut, kuten etätyöskentely, helpottivat urheilijan arkea. Haasteita taas aiheutti pakollinen läsnäolo opinnoissa, missä opettajat eivät antaneet joustoa.

”Sitten, kun on joku leiri tulossa tai jotain vastaavaa ja sitten ne oli vähän silleen aijaa, no että ei voi olla kurssilla, jos tulee näin paljon poissaoloja tai silleen jotenkin vähän sellainen niin kun jäykkä suhtautuminen niin ehkä tietenkin se ymmärrys siihen (opiskelijan urheilu-uraan).” (H8)

Haastateltavien välillä oli paljon eroja opiskelualojen läsnäolokäytännöissä. Osa opiskeli käytännönläheistä alaa, joka sisältää paljon pakollista läsnäoloa. Toisilla taas oli enemmän

itsenäistä opiskelua ja mahdollisuuksia tehdä opintoja etänä. Koronapandemian myötä etäopiskelu lisääntyi runsaasti. Tämä mahdollisti jopa sen, että yksi haastateltava oli muuttanut eri paikkakunnalle pelaamaan toiseen joukkueeseen. Isona syynä tämän mahdollistamiselle hän mainitsikin koronapandemian aiheuttaman läsnäolopakon vähenemisen. Osassa haastatteluissa kuitenkin todettiin, että olisi mahdotonta muuttaa toiselle paikkakunnalle omien opintojensa ollessa vielä käynnissä.

Myös taloudellinen tilanne aiheutti haasteita osalle haastateltavista. Tämä liittyi osaltaan myös edellä mainittuihin ajankäytön ongelmiin, koska pelaajat eivät joko ehtineet käydä töissä tai eivät tietoisesti halunneet käydä töissä, jotta voisivat panostaa enemmän aikaa jalkapalloon. Toisaalta, kuten aiemmassa kappaleessa totesimme, opiskelut toivat taloudellista turvaa epäsuorasti, sillä haastateltavat kokivat, että tutkinnolla turvattiin tulevaisuuden työllistymistä. Tämä ei kuitenkaan poista opiskeluajan taloudellisia haasteita. Esimerkiksi haastateltava 7 oli tietoisesti päättänyt panostaa pelkästään jalkapalloon. Hän kuitenkin koki silloin saavansa pelaamisesta enemmän irti, vaikka rahatilanne kärsisi siitä. Hän nostaa vastakohtaisena esimerkkinä tuttunsa, joka pelaa, opiskelee sekä käy töissä, mutta on toisaalta samalla hyvin kuormittunut.

“Rahatilannehan on se, että muut mun opiskelukaverit on töissä ja koulussa ja sitten mä tuolla vedän ihan minimipalkalla mitä ei voi edes palkaksi kutsua ... Se on ehkä sellainen asia, mikä ei niin kuin toimi ... Mulla on kyllä myös yks frendi, joka pelaa ja on (oppilaitoksen nimi) koulussa ja sitten tekee vielä vähän töitä siihen. Ja kun mä oon sen kaa jutellut, nii se on tosi rikki. Oon miettinyt myös sitä, että onko se sitten kiva vetää tolleen itseään... Että on ihan viimeisillään ja yrittää vaan sinnitellä. Kyllä mä koen, että saan niistä treeneistä myös itse enemmän irti, kun oon silleen freshinä. Mä koen, että tänään on silleen energiaa ja treenata ja harjoitella. Niin kyllä siitä saa enemmän irti ja tulee kanssa semmoinen olo, että nyt voisi kehittyäkin.” (H7)

Yksi käänttöpuoli siinä, ettei ehdi käydä töissä opiskeluiden ja peliuran ohessa oli lisäksi tärkeän työkokemuksen menettäminen. Haastateltava 10 nosti esiin tilanteen, jossa hän vertasi itseään

muihin saman alan opiskelijoihin, jotka ovat ehtineet jo kerätä työkokemusta omalta alaltaan jo opiskeluaikana. Tämä aiheutti paineita ja epävarmuuden tunnetta.

“Sitten toki kyllä sitä välillä ottaa kanssa paineita, että jos muilla opiskelukavereilla etenee silleen nopeammin opinnot ja sitten on jossain harjoitteluissa ja tälleen mitä sitten itse välttämättä ei ihan ehdi samalla vauhdilla tekemään ja ei välttämättä ehkä ole sitä työkokemustakaan sieltä omalta alalta. Kyllä se vähän sekin vähän niinkun... Välillä siitä tulee semmoinen epävarma olo, että tuleeko tästä sitten mitään tästä opiskeluhommastakaan.” (H10)

Urheilijat kohtaavat siis monenlaisia haasteita opiskeluita ja urheilua yhdistäessä. Ratkaisuja haasteisiin tuo esimerkiksi tehokas aikataulutus, itseohjautuvuus, joustavat ratkaisut opinnoissa tai karsiminen joko opinnoista, työn tekemisestä tai urheilusta. Kuten Lämsä (2014, 11) nostaa esille, päävastuu urheilun ja opiskelun yhdistämisestä on Suomessa ollut pääosin urheilijoilla itsellään ja paikallisilla toimijoilla. Tämä on linjassa myös tämän tutkimuksen haastattelujen kokonaisuutta tarkastellessa. Kokonaisuudessaan tutkimuksessa haastateltujen jalkapalloilijoiden valitsemissa urapolkuja urheilun ja opiskelujen yhdistämisessä voidaan kuvailla Torregrossan ym. (2017, 106) hahmotelman mukaisesti konvergenteina tai rinnakkaisina. Konvergenteissa urapoluissa pääfokus on urheilussa, mutta opiskelua tehdään siinä sivussa, sillä ammattilaisuus ei ole mahdollista. Rinnakkaisissa urapoluissa taas urheilu ja opinnot ovat yhtä tärkeitä. Täytyy muistaa, että kotimaisilla kentillä urapolut voi olla pakko rakentaa yhdistämällä urheilu opiskeluun tai työhön. Jalkapallon naisten pääsarjassa vain hyvin harvoilla pelaajilla voi olla mahdollisuus saada pelaamisesta sellaista korvausta, että he voisivat keskittyä pelkästään jalkapallon pelaamiseen.

## **5.2 Kaksoisuran tuki naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä**

Tässä osiossa käymme läpi tarkemmin tuloksia, joita nousi esiin naisjalkapalloilijoiden näkemyksistä kaksoisuralla saatavasta tuesta heidän toimintaympäristöissään. Tutkimuksen

toisena tutkimuskysymyksenä oli tarkastella, kuinka kaksoisuran tuki näyttäytyy naisjalkapalloilijoiden kaksoisurilla. Naisjalkapalloilijoiden kokemuksia kaksoisuran tuesta heidän toimintaympäristössään on jaoteltu kolmeen alalukuun; opiskeluympäristöön-, urheiluympäristöön- ja henkilökohtaiseen sosiaaliseen ympäristöön liittyvään tukeen. Alla olevissa alaluvuissa avataan tarkemmin mitä näihin toimintaympäristöihin kuuluu ja millaista tukea urheilijat ovat saaneet näissä ympäristöissä. Tämä jaottelu on valittu, jotta lukija saisi mahdollisimman kattavan käsityksen niistä erilaisista tahoista, jotka ovat tukemassa urheilijan kaksoisuraa. Tiedostamme kuitenkin, ettei tämä jako ole välttämättä todellisuudessa näin rajattu. Esimerkiksi opiskelukavereilta saatu tuki voidaan lukea sekä opiskeluympäristöön, että henkilökohtaiseen sosiaaliseen ympäristöön kuuluvaksi.

### **5.2.1 Opiskeluympäristö**

Tässä osiossa tarkastelun kohteena on naisjalkapalloilijoiden kokemukset ja merkitykset kaksoisuran toteutumisesta opiskeluympäristöissä sekä opiskeluympäristöissä esiintyvät kaksoisuran tuen mallit ja muodot. Opiskeluympäristöllä tarkoitetaan naisjalkapalloilijoiden akateemisen ympäristön muodostamaa kokonaisuutta. Akateemiseen ympäristöön kuuluvat akateeminen henkilökunta, opiskelukaverit, akateeminen tuki eri muotoineen, oppilaitokset sekä opiskelumetodit ja -tavat. Vaikka osa haastateltavista oli jo haastatteluiden aikana siirtynyt työelämään, emme käsittele työympäristöä sen tarkemmin, koska tutkimus keskittyy tutkimaan kaksoisuravaihetta korkeakouluopintojen ja jalkapallon yhdistämisessä.

Opiskeluympäristöä tarkastellessa keskeisiksi teemoiksi muodostuivat tuen saanti ja sen muodot sekä kuinka paljon opiskeluympäristöltä saatiin joustoa ja ymmärrystä. Oppilaitoksilta saatu akateeminen tuki opintoihin liittyen näyttöä haastatteluaineistossa hyvin vaihtelevasti. Osa haastateltavista oli kokenut saaneensa tukea oppilaitokselta opintoihinsa liittyen, kun oli sitä tarvinnut. Osa haastateltavista ei tiedostanut, keneen oppilaitoksessa tulisi olla yhteydessä ja keneltä apua tulisi hakea opintoihin liittyen. Osaltaan vaikeuden loi se, että osa haastateltavista ei myöskään ymmärtänyt, mitä oppilaitoksen tuella konkreettisesti tarkoitettiin, jolloin

haastattelijoiden tuli täsmentää kysymystään antamalla esimerkkejä. Toisaalta haastateltavien joukosta löytyi myös niitä, jotka tiedostivat, etteivät juuri tarvitse tukea opiskeluunsa.

”Toisaalta mä tiedän, että mä en ole ihan hirveästi tarvinnut tukea.” (H3)

”Eikä mulla ole hajuakaan kehen mun pitäisi ottaa yhteyttä, jos mä haluaisin näin tehdä. Mä en olisi mitään tehnyt sen asian eteen, että mua ei edes kiinnostaisi. Mut mä oon yrittänyt ottaa vielä selvää ja mä en saa mitään selvää.” (H7)

Suurin osa haastateltavista kuitenkin koki, että tukea on saatavilla, jos sitä osaa itse hakea ja tietää mistä etsiä. Hankaluudeksi osoittautui se, että tuen hakeminen koettiin monimutkaiseksi, aikaa vieväksi ja haastavaksi sekä tuen hakeminen näyttäytyi olevan opiskelijan harteilla.

”Se tuntuisi niin pitkältä askeleelta (avun hakeminen korkeakoulussa). Mutta sitten muuten, jos mä nyt olen ihan rehellinen. Jos mun nyt silleen pitäisi lähettää jonnekin, mä en ehkä edes tiedä kenelle mä lähettäisin. Kyllä mä varmaan löytäisin koulun sivuilta kenelle mä lähettäisin.” (H6)

Osa haastateltavista ei myöskään osannut kuvailla, mihin tukea konkreettisesti voisi hakea, mikä viitanee siihen, että tuen tarvetta ei omalta osin tunnisteta. Mikään tuen muoto ei muodostunut erikseen kovin näkyväksi, mutta haastateltavat osasivat nimetä muutamia akateemisia tukihenkilöitä, kuten HOPS-ohjaajan ja opintoneuvojan, opintokoordinaattorin ja -suunnittelijan sekä ryhmän- ja vastuuohjaajan. Esimerkiksi opinto-ohjausta ei osattu nimetä korkeakoulukontekstissa ja sen koettiin olevan olematonta verrattuna toiseen asteeseen, jossa opinto-ohjaus taas näyttäytyi hyvin näkyvänä tuen mallina. Tulokset eivät tältä osin vastaa Nikanderin (2021, 13-14) kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteiden mallin tavoitteita toimivan kaksoisuran tukiryhmän osalta. Toimivassa kaksoisuran tukiryhmässä urheilijoilla on joku nimetty toimija tai työryhmä, joilta urheilija voi tarvittaessa saada tukea. Tuen tehokkuus kärsii ja urheilijan epävarmuus kasvaa, jos urheilijalla ei ole tietoa, kehen henkilöön tulisi olla yhteydessä, ja jos urheilijaa kehoitetaan olemaan yhteydessä useisiin eri henkilöihin

Wylleman ym. (2004, 7–20) nostavat esiin tutkimuksessaan, että varsinkin siirtymävaiheen tuki ja urheilijan ohjaus opinnoissa auttaa heitä tulemaan paremmin toimeen kaksoisuran aikana ilmenevien ongelmien ja muutosten kanssa. Tällöin urheilijan tuen ja ohjauksen on kuitenkin olla yksilöllisesti räätälöityä ja kunkin urheilijan tarpeet on tunnistettava riittävän hyvin. Ohjaus ja tuki voivat auttaa urheilijoita siirtämään akateemista osaamistaan ja ominaisuuksiaan urheiluun ja toisin päin urheilusta opiskeluun. Haastateltavat kokivatkin, että varsinkin korkeakoulun aloittamisvaiheeseen olisi tärkeää saada lisää tukea ja neuvoja, mikä sujuvoittaisi siirtymää toiselta asteelta korkea-asteelle ja orientoisi opintojen alkuun.

“Harmillinen asia mikä jäi puuttumaan silloin sitten, kun vaihto yliopistoon (opinto-ohjaus). Sitten tavallaan, niin kun se jäi puuttumaan, että sitten oli aika yksin sen kaiken, niin kun opiskelun suunnittelujen kanssa ja näin.” (H1)

“No oli joo, no siis olihan siellä niitä jotain opintoneuvoja ja näitäkin, mutta kun meilläkin silloin tapahtu se joku iso uudistus ja kaikki meni ihan miten sattuu. Ja kaikki korvaavuustaulukot ja kukaan ei tiennyt enää, mikä on missäkin ja sitten opintoneuvojakin. Niillekään ei saanut aikoja, kun oli niin silleen, tai alimitoitettu tietyllä tavalla... mä tapasin mun gradun ohjaajan ehkä kerran.” (H8)

Opintoihin saatu tuki konkretisoitui enemminkin joustona ja ymmärryksenä opintojen suhteen, mikä on paljolti alasta ja yksittäisestä opettajasta riippuvaa. Haastatteluaineistosta eniten esiin nousi etäopiskelun mahdollistama jousto niin aikataulutuksen kuin läsnäolon suhteen. Haastateltavien välillä oli kuitenkin eroavaisuuksia sen suhteen, mitä he opiskelivat. Ne alat, joilla ei ollut läsnäolopakkoa kursseilla, tai sitä oli hyvin vähän, koettiin joustavammiksi kuin ne alat, joilla läsnäolo oli pakollista. López de Subijana (2015) on tutkinut espanjalaisten urheilijoiden korkeakouluopintoihin liittyviä haasteita. Tutkimuksen tuloksissa ajanhallinnalliset ongelmat nousivat keskeisimmiksi ongelmiksi ja oppilaitosten joustamattomuus läsnäolopakon ja tentti- ja kurssiaikataulujen kanssa lisäsivät haasteita kaksoisuran toteuttamisessa (López de Subijana, 2015).

“Kun palattiin takaisin kampukselle... se teki siitä taas haastavaa (Opintojen aikataulutus)”  
(H1)

“Opinnoissa silleen on niitä pakollisia läsnäoloja” (H2)

“Tavallaan, kun oli niit Zoom-luentoja, niin mulla se helpottaa. Kun illalla oli myöhään treenit, niin sun ei tarvinnutkaan olla kahdeksalta yliopistolla osallistumassa.” (H5)

“Joo, se on kyllä, että varmaan just oma alakin on semmoinen, että mahdollistaa sen etänä tekemisen ja varmasti, jos ei pystyisi tekemään etänä niin ei olisi... Tai ei olisi samanlainen mahdollisuus.” (H10)

Opettajilta oli satunnaisesti saatu ymmärrystä ja joustoa läsnäolon ja kurssitehtävien suhteen. Keskeiseksi teemaksi muodostui myös se, että naisjalkapalloilijoiden kaksoisuraa sekä urheilun merkitystä ja tärkeyttä ei tunnistettu tai huomioitu korkeakouluissa haastateltavien mukaan juuri ollenkaan. Samankaltaisuutta oli havaittavissa Geraniosovan ja Ronkaisen tutkimuksessa, jossa on käsitelty slovakialaisten urheilijoiden kaksoisuria. Heidän tutkimuksensa mukaan korkeakoulujen henkilökunnan ymmärryksen puute kaksoisuraa kohtaan koettiin kaksoisuraa rajoittavana ja haittaavana tekijänä (Geraniosova & Ronkainen 2015, 62). Myös korkeakoulujen ja urheilutoimijoiden välinen yhteistyö näyttäytyi aineistossa vähäisesti. Poikkeuksen muodosti alat, jossa opiskellaan urheiluun liittyviä tieteitä ja urheilevia opiskelijoita on paljon. Haastateltavat kuitenkin kokivat, että heidän kaksoisuransa ei ollut juuri tullut esille heidän opinnoissaan, mutta he eivät olleet sitä myöskään välttämättä itse tuoneet ilmi. Kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteiden mukainen kokonaisvaltainen lähestymistapa, eli urheilijan holistisen kehityksen tukeminen sekä yhteistyö urheilu- ja opiskeluympäristöjen välillä eivät juuri ilmenneet aineistossa (Nikander 2021, 13–14). Edellä mainitulla tarkoitetaan sitä, että urheilu ympäristön toimijat keskittyvät vain urheilun osa-alueisiin ja opiskelu ympäristön toimijat akateemisiin osa-alueisiin.

“Suurin osa opettajista ja mitä kursseja mulla on ollut, niin on tosi hyvin ymmärretty.” (H3)

“Ei ehkä välttämättä ihan jokainen siellä (korkeakoulussa) ymmärrä silleen millä tasolla urheilee.” (H2)

“Että tuntuu kyllä, että ei oteta ehkä sitä urheilua aina niin silleen tärkeän asiana... Kyllä siinä on kuitenkin semmoinen, just vaikka miettii koulua, niin semmoinen fiilis, että kyllä ne siellä haluaa, että me valmistutaan.” (H9)

Opiskelukavereilta saatiin apua kurssitehtävien tekoon ja muistiinpanoja luennoilta, mikäli ei itse päästy paikalle luennolle. Opiskelukavereilta saatu henkinen vertaistuki koettiin myös tärkeäksi ja heidän antama tukensa nähtiin voimavarana.

“Mutta meillä oli onneksi ... tai mun koulukavereissa on muutama sellanen tosi aktiivinen jotenkin, että ne aina sitten jostain kaivoi jonkun tiedon esiin, että oikeastaan heiltä ehkä saada parhaat vastaukset kaikkiin asioihin, että ei ehkä sieltä opettajien puolelta. (H8)

“Joo opiskelukavereiltaki saa paljon paljon apua ja jos ei johonkin pääse joskus niin tieto liikkuu.” (H10)

“Sitten on tietenkin ne opiskelukaverit, joilta saan tukea siihen opiskeluun.” (H3)

Tulosten perusteella haastateltavien kokemus opiskeluympäristön tuen saannista kaksoisuraan, eli opiskeluiden ja urheilun yhdistämiseen liittyen koettiin vähäisenä, mutta pelkästään opiskeluihin saatavaa tukea koettiin olevan saatavilla vaihtelevasti. On otettava huomioon, ettei osa myöskään ollut tarvinnut juurikaan tukea opiskeluihin liittyen. Kaksoisuraan saatavan tuen puutetta voitaneen selittää sillä, että Suomessa ei ole vielä kattavaa huippu-urheilijan kaksoisuran tukijärjestelmää korkeakoulutasolla, jos verrataan esimerkiksi toiseen asteeseen (Suomen Olympiakomitea 2024d). Suomen Olympiakomitean huippu-urheilumyönteisten korkeakoulun laatutyö on alkanut muutama vuosi sitten. Huippu-urheilijamyönteisen korkeakoulun



edellytyksinä on esimerkiksi tiivis yhteistyö korkeakoulun ja urheiluakatemia välillä (Suomen Olympiakomitea 2023, 7). Vain pari haastateltavaa mainitsi haastatteluissa olevansa ylipäätään tietoinen korkeakoulunsa ja paikallisen urheiluakatemia yhteistyöstä ja mahdollisista tukimuodoista, joita voisi saada opintoihinsa tai kaksoisuralleen.

### 5.2.2 Urheiluympäristö

Kaksoisuran urheilun toimintaympäristöillä tarkoitetaan niitä ympäristöjä, joissa naisjalkapalloilijat toteuttavat urheilu-uraansa. Urheiluympäristöt käsittävät naisjalkapalloilijoiden urheiluseurat, valmennuksen ja muun seurahenkilöstön, joukkuekaverit sekä muut urheilun sidosryhmät ja tukiverkostot. Olemme sijoittaneet myös urheiluakatemit urheiluympäristöön, vaikka sen voisi myös sijoittaa opiskeluympäristöön.

Aineiston perusteella tuki ja ymmärrys kaksoisuraa kohtaan olivat pääosin hyviä urheilun toimintaympäristössä. Kaksoisuran tukeminen ja mahdollistaminen urheilun toimintaympäristössä rakentui enemmänkin seurojen toimintakulttuurin, valmentajien ymmärryksen ja joukkuekavereiden vertaistuen ympärille kuin konkreettisiin tukitoimiin.

”Meidän valmentaja kyllä aina kysyy, että just miten menee ja tälleen. Kyllähän se auttaa, että joku just siinä kanssa jalkapallon puolelta silleen... Tai et se tietää, että mä silleen teen paljon muuta, että mulla on paljon muuta tekemistä. Et on ymmärrystä, et mä joskus tuun vähän myöhässä ja silleen on paljon muuta menossa. Että on tärkeätä, että se vaa ymmärtää sitä.” (H6)

Urheilun toimintaympäristössä haastateltavat kokivat yhtä haastateltavaa lukuun ottamatta, että urheiluseurassa ja valmennuksen puolelta ymmärrettiin opiskelujen merkitys ja tärkeys hyvin heidän kaksoisurallaan. Valmentajia kiiteltiin hyvästä keskusteluyhteydestä ja esimerkiksi yhdessä tapauksessa valmentaja oli ehdottanut, että opiskelukiireiden vuoksi eräs haastateltavista oli saanut luvan ottaa kevyemmin jalkapallon suhteen. Valmennuksen ja seuran puolelta tuli myös ymmärrystä ja joustoa sen suhteen, että ymmärrettiin, jos haastateltaville tuli myöhästymisiä

harjoituksista ja, ettei kaikkiin harjoituksiin päästy osallistumaan. Haastateltavien kokemuksista välittyi kuitenkin sellainen kuva, ettei urheilutoiminnasta haluttu karsia kiireenkään keskellä paljoa, vaan treeneihin ja peleihin pyrittiin osallistumaan kiireestä huolimatta. Pinkin ym. (2018) haastattelemat australialaiset puoliammattilaisurheilijat olivat kokeneet saaneensa samankaltaista tukea ja joustoa valmennuksen ja seuran puolelta aikataulutuksen suhteen kaksoisurallaan. Australialaisurheilijat olivat tämän tutkimuksen haastateltavien tapaan saaneet tulla myöhässä harjoituksiin tai jättää harjoituksen välistä opiskelu- tai työkiireiden vuoksi (Pink ym. 2018, 166)

”Positiivisesti suhtauduttu...kun mä tyyliin kirjoitin mun kandia...niin, sitten voit ottaa vähän kevyemmin jonkun pari viikkoa, jos näyttää että tarvii.” (H3)

Urheiluseurojen eri toimijoiden nimeämisessä oli haastateltavien välillä vaihtelua. Joukkueen valmentaja ja joukkuekaverit tulivat haastatteluissa vahvasti ilmi, mutta esimerkiksi muita urheilujoukkueen taustahenkilöitä, kuten fysioterapeuttia, joukkueenjohtajaa tai huoltohenkilökuntaa ei juuri mainittu. Urheiluseuran taustatoimijoiden koettiin toimivan hieman etäällä ja maininnat tärkeimmistä tekijöistä kulminoitui läheisimpiin ihmissuhteisiin urheiluseuran toiminnassa. Yksi haastateltavista mainitsi vuosia kestäneen valmennussuhteen ja pelaaja-agentin olleen hänelle tärkeitä tukipilareita omalla uralla.

”No varmaan se olisi ollut silloin se valmentaja, että ne seuran taustat ja muut on ehkä sitten sen verran kaukana että.” (H5)

Joukkuekavereiden vertaistuki ja seuran ilmapiiri näyttäytyivät tärkeinä tukipilareina. Samassa tilanteessa olevien joukkuekavereiden kanssa voitiin samaistua, antaa neuvoja ja jakaa huolia. Urheilujoukkueen ilmapiirissä ymmärrettiin myös se, että on muutakin elämää kuin jalkapallo.

”Joo ja sitten mulla on siis yksi kaveri samalla tai on tässä samalla alalla ja on nyt kolmannella vuodella ja se pelaa myös Kansallista Liigaa. Niin sitten sieltä mä välillä kyselen.” (H7)

”Että ei se tämmöinen kombo kyllä myöskään toimisi varmaankaan missään joukkueessa (jos ei ymmärrettäisi kaksoisuran vaatimuksia).” (H9)

Pink ym. (2018) nostavat esiin varsinkin puoliammattimaisen urheilu ympäristön ongelman siitä, että urheilijat joutuvat tasapainoilemaan kahden uran välillä, koska urheilulla ei voida elättää itseään. Mikäli urheilu ympäristön tuki ja ymmärrys kaksoisuraa kohtaan on puutteellista, riskinä voi olla se, että puoli ammattilaiset urheilijat toteuttavat ajankäytöllisesti uraansa ammattimaisesti ilman ammattimaista palkkiota. Saman aikaisesti toisesta urasta muodostuu ”varaura tai vaihtoehtoinen ura”, jota toteutetaan urheilun ehdoilla. (Pink ym. 2018, 160) Haastateltavat tiedostivat, että jalkapallolla ei voida elättää itseään Suomessa paria urheiluseuraa lukuun ottamatta, joten taloudellinen toimeentulo tuli saavuttaa urheilun toimintaympäristön ulkopuolelta. Urheiluseuroilta saatu taloudellinen tuki ei näyttäytynyt haastatteluissa esimerkiksi palkkojen, sponsoreiden tai muiden taloudellisten tukitoimien muodossa.

”Suomen tasolla, siitä jalkapallosta ei kuitenkaan silleen rahaa saa.” (H1)

”Suomessahan nyt on se tilanne, että käytännössä, jos et sä pelaa sanotaan (seuran nimi poistettu) tai tota (paikkakunta poistettu) ... niin missä sä pystyt olemaan käytännössä aika lailla ammattilainen ja keskittyy ainoastaan jalkapalloon. Niin, jos et sä näissä kahdessa seurassa ole, niin sen lisäksi sun on vähän niin kuin oikeastaan pakko opiskella tai tehdä töitä.” (H4)

Urheilu- ja opiskelu ympäristöjen välisten sidosryhmien merkitys ja rooli kaksoisuraa tukevana tahoina näyttäytyivät aineistossa vähäisenlaisesti. Urheiluakatemiaverkosto sai osaltaan arvostelua, sillä sen tarjoamat tuen muodot jäivät osalle haastateltavista epäselviksi ja urheiluakatemian palveluita oli käytetty vähän tai ei ollenkaan. Ainoastaan yhdessä haastattelussa kävi ilmi, että haastateltava olisi hyödyntänyt tai mahdollisesti hyödyntämässä urheiluakatemian palveluita kaksoisuran toteuttamisessa korkea-asteella. Osa kuului paikalliseen urheiluakatemiaan, mutta ei ollut tietoinen akatemian hyödyistä itselleen. Jalkapallon

Pelaajayhdistyksen (JPY) kautta oli saatu hieman tukea opiskeluun esimerkiksi pro-gradu-aineiston muodossa ja Pelaajayhdistyksen kautta oli oltu myös mukana erilaisissa jalkapalloon liittyvissä hankkeissa.

Urheiluakatemia oli ollut näkyvämmässä roolissa toisella asteella opiskellessa, mutta korkeakouluyhteistyöstä huolimatta urheiluakatemiat toiminta näyttäytyi olevan korkea-asteella vähemmän läsnä urheilijoiden arjessa. Urheilu -ja opiskeluympäristön välinen vuorovaikutus oli myös melko näkymätöntä ja urheiluseuran puolelta mainittiin yhdessä haastattelussa toimija, jonka kautta voisi saada yhteyden oppilaitokseen tarvittaessa. Urheiluseurojen ja oppilaitosten sekä muiden tukiverkoston välisessä yhteistyössä nähtiin parantamisen varaa, jotta ne palvelisivat paremmin urheilijoiden tarpeita kaksoisuralla. Knight ym. (2018, 142–145) ovat tutkineet huippu-urheilijoiden tukiverkostoja eri maista kotoisin olevien urheilijoiden ja eri urheilulajien kesken. Knightin ym. mukaan urheilu- ja opiskeluympäristöjen tulee ensisijaisesti ymmärtää urheilijoiden tarpeet ja olla helposti tavoitettavissa, jotta tuki voi olla tehokasta. Lisäksi urheilu- ja opiskeluympäristöllä tulisi olla riittävän hyvä keskusteluyhteys keskenään sekä jakaa samat tavoitteet, toiveet ja uskomukset yhteistyön osalta, jonka myötä urheilu- ja opiskeluympäristö toimisivat ikään kuin ”tiiminä” urheilijan takana, eikä erillisinä toimijoina.

”Olisi niin kuin tosi tervetullutta, jos seurat tekisi enemmän yhteistyötä oppilaitosten kanssa.” (H4)

”Ja mulla ei ole mitään käsitystä, mitä mä hyödyn siitä, että mä olen (urheiluakatemian nimi poistettu):n urheilija ja opiskelija. Mulla ei ole mitään käsitystä. Mä oon yrittänyt sieltä netistä selata ja ei ole. Mulla ei ole mitään käsitystä.” (H7)

### **5.2.3 Henkilökohtainen ja sosiaalinen ympäristö**

Haastateltavat ilmensivät kertomuksissaan sosiaalisen ympäristön ja sosiaalisen tuen merkitystä kaksoisuralla. Sosiaalisella ympäristöllä tarkoitetaan niitä fyysisiä ympäristöjä, sosiaalisia suhteita sekä kulttuurisia miljöitä, joissa ihmiset ovat vuorovaikutuksessa ja toimivat keskenään (Barnett &

Casper 2001, 465). Naisjalkapalloilijoiden sosiaalinen verkosto rakentui perheen, ystävien sekä joukkue- ja opiskelukavereiden ympärille. Perheen tuki korostui selkeästi eniten haastateltavien vastauksissa ja perheeltä, varsinkin vanhemmilta, saatu henkinen ja taloudellinen tuki sekä ymmärrys nähtiin merkittävänä kaksoisuraa mahdollistavana ja tukevana tekijänä. Piispa ja Huhta (2013) ovat käsitelleet urheilijan elämänkulun vaiheita ja hänen tutkimuksessaan on havaittavissa samankaltaisia tuloksia, joiden mukaan merkittäviksi huippu-urheilun mahdollistaviksi tekijöiksi ovat muodostuneet yksinkertaisesti lähipiiriltä saatu henkinen ja taloudellinen tuki. (Piispa & Huhta 2013, 22–23, 26–27.)

Perheeltä, ystäviltä sekä opiskelu- ja joukkuekavereilta saatu tuki näyttäytyi ymmärryksenä, apuna ja myötätuntona kaksoisuran haasteiden kanssa. Opiskelukavereilta saatiin muistiinpanoja ja apua tehtävien kanssa, mikäli poissaoloja kursseilta oli kertynyt. Sosiaalisen elämän kärsiminen näyttäytyi aineistossa vahvasti ja haastateltavat olivat kokeneet, että he olivat joutuneet karsimaan sosiaalisista kontakteista ja tapahtumista, koska opinnot ja urheilu olivat vieneet paljon aikaa. Yksi haastateltavista kertoi jalkapallon pelaamisen rajoittaneen niin paljon opiskelijaelämää ja opintojen sosiaalista puolta, että oli tietoisesti priorisoinut opiskelut ykköseksi, jotta sosiaalista kanssakäymistä ihmisten kanssa olisi enemmän.

“Mun opiskelijaelämä kuoli...ei ole kolmeen vuoteen ollut mitään opiskelijaelämää. Se sosiaalinen puoli on jäänyt ja niin se on ehkä ollut suurin juttu.” (H3)

Perheen tukea kaksoisuralla korostettiin monessa haastattelussa.

“Äidiltä ja isältä (saanut tukea) ne on ollut sellainen ehkä isoin henkireikä siinä omassa jaksamisessa.” (H5)

“Mun omilta vanhemmilta sai pieniä sponsseja, että pystyn niin kuin elättämään itsensä sen opiskelujen ohella.” (H4)

Kaksoisuran koettiin onnistuvan keskimäärin hyvin. Vaikka sosiaalisen elämän koettiin osittain kärsineen, haastateltavat kokivat, että eivät kuitenkaan ole kaksoisuransa kanssa yksin. Vertaistuki

ja ymmärrys samassa tilanteessa olevilta joukkuekavereilta koettiin voimavaraksi. Haastateltavien ymmärrys kaksoisuran ongelmakohdista ja niiden kohtaamisesta näyttäytyivät vahvasti aineistossa. Haastateltavat kokivat varsinkin rajallisen ajankäytön ja kiireessä jaksamisen haasteelliseksi. Huippu-urheilijoilta vaaditaan Aquilinan (2013, 388) mukaan entistä enemmän urheiluympäristöissä ja tämä luo vaikeuksia ajan riittävyyteen muilla elämän osa-alueilla kaksoisuralla. Lisäksi Knightin ym. (2018, 137) mukaan kaksoisuran vaatimukset voivat aiheuttaa urheilijoille uupumusta, jolloin muu elämä urheilun ja opiskelun ulkopuolella kärsii, minkä seurauksena myös ylläpidon ja loukkaantumisen riski kasvaa. Haastateltavat olivat kuitenkin löytäneet ratkaisuksi huolellisen suunnittelun ja aikatauluttamisen. Myöskään unesta ja ravinnosta haastateltavat eivät halunneet karsia. Haastateltavat kokivat olevansa keskimäärin hyvin itseohjautuvia, ja keinot kaksoisuran haasteiden tasapainottamiseksi ovat muodostuneet pitkän kaksoisuran varrella. On muistettava, että kokemukset kaksoisurasta henkilökohtaisella tasolla ovat aina yksilöllisiä ja kokemukset voivat vaihdella huomattavastikin.

### **5.3 Yhteenveto tuloksista**

Tutkimustulokset jaoteltiin kahteen osaan tutkimuskysymysten mukaan. Nämä jaettiin kumpikin kolmeen alalukuun, jossa käsiteltiin tuloksia tarkemmin. Kaksoisuralle annettuja merkityksiä sekä opiskelun ja urheilun suhdetta käsiteltiin kolmessa alaluvussa; jalkapallon kokonaisvaltainen merkitys, opinnot vastapainona ja tulevaisuuden turvaajana sekä opiskelun ja urheilun suhde. Kaksoisuran tukea naisjalkapalloilijoiden toimintaympäristöissä taas käsiteltiin kolmessa alaluvussa, jotka jaettiin opiskeluympäristöön, urheiluympäristöön ja sosiaaliseen ympäristöön.

Tutkimustuloksemme osoittivat, että korkeakoulussa opiskelevat naisjalkapalloilijat arvottivat niin jalkapallouransa kuin siviiliuransa sekä opiskelun korkealle. Jalkapalloura koettiin yleisesti tärkeänä ja useat kokivat sen olevan keskeinen osa omaa identiteettiä. Elämäkulussa suhteellisen lyhyenä ajanjaksona näyttäytyvästä jalkapallourasta haluttiin ottaa kaikki irti, minkä vuoksi kaksoisuralla arkea pyrittiin rytmittämään jalkapallon pelaamisen ympärille ja joustoa haettiin tarvittaessa opiskeluista. Opinnot taas toivat urheilijalle turvaa ja tasapainoa

mahdollistaen jalkapallouran jälkeisen siviiliuran menestyksekkään rakentamisen. Usea jalkapalloilija myös tunnisti kouluttautumisen tärkeyden nyky-yhteiskunnassa. Opiskelijan kattavan sosiaaliturvajärjestelmän myötä opiskeleminen toi urheilijalle taloudellista turvaa jo opintojen aikana, vaikka toisaalta muusta työnteosta saatettiin joutua karsimaan urheilu-uran aikana. Kaksoisuran toteuttaminen oli sujunut haastateltavilta pääosin hyvin, mutta keskeisimmiksi haasteiksi muodostuivat ajankäytön haasteet, jaksaminen, opintojen joustamattomuus ja päällekkäisyydet eri elämän osa-alueilla. Kokemukset urheilun ja opintojen yhdistämisestä olivat pääasiallisesti sellaiset, että molemmissa voi kehittyä samanaikaisesti ja, että tämä on ensisijaisesti itsestä kiinni.

Naisjalkapalloilijoiden kaksoisuraa keskeisimmin tukeviksi tekijöiksi muodostuivat aineiston perusteella erityisesti perheen ja läheisten tuki henkisesti ja taloudellisesti, opiskeltavan alan etätyöskentelymahdollisuudet, urheiluympäristön ymmärrys ja jousto sekä vertaistuki vapaa-ajan ystävien ja joukkue- ja opiskelukavereiden kesken. Keskeistä oli naisjalkapalloilijoiden itseohjautuvuuden ja rutinoitunimisen merkitys, jonka myötä oli onnistuttu kehittämään itselle sopivat kaksoisuran toteuttamisen mallit. Lisäksi keskeinen löydös oli, että opiskeluista saatava jousto urheiluun liittyy paljon opiskeltavan alan opiskelutapoihin, eli mahdollisuuteen tehdä etänä ja omatoimisesti opintoja. Enemmän fyysistä läsnäoloa vaativat opinnot verottivat myös urheilusta aikaa ja loivat haastetta kaksoisuran toteutukselle. Haastattelemamme urheilijat opiskelivat toisistaan erilaisia aloja, ja heillä oli hyvinkin erilaisia kokemuksia opiskeltavan alansa opiskelutavoista.

Kaksoisuran haasteet ja sudenkuopat ymmärrettiin henkilökohtaisen kokemuksen myötä hyvin. Urheiluseurojen, oppilaitosten ja muiden kaksoisuraverkostojen kuten urheiluakatemioiden välisessä yhteistyössä ja erityisesti oppilaitosten ymmärryksessä kaksoisuraa kohtaan nähtiin parantamisen varaa. Opintojen suunnitteluun saatavaa tukea koettiin olevan saatavilla vaihtelevaksi: osa haastateltavista oli saanut tukea, osa ei tarvinnut tukea ja osalla oli ollut vaikeuksia saada tukea. Usea haastateltava oli sitä mieltä, että tukea varmasti saisi opiskeluympäristöstä, jos sille olisi kova tarve. Yhdessä haastattelussa nousi esiin myös selkeät ongelmat tuen saamisessa, mikä liittyi korkeakoulun organisaation sisäisiin ongelmiin, kuten

henkilökunnan vaikeaan tavoitettavuuteen. Vain muutama haastateltava nosti urheiluakatemiaverkoston esille. Tiedot paikallisen urheiluakatemian tarjoamista palveluista ja tuesta oli useimmalle haastateltavista epäselviä, eivätkä haastateltavat olleet juuri hyödyntäneet näitä palveluita korkea-asteella.

Tämän tutkimuksen aineiston perusteella korkeakoulussa opiskelevilta naisjalkapalloilijoilta puuttuu instituutioiden tarjoama kaksoisuran kokonaisvaltainen tukiverkosto. Monella haastateltavalla oli kokemusta opiskelusta urheiluoppilaitoksessa toisella asteella ja heillä oli positiivisia kokemuksia tästä ajanjaksosta. Päävastuun opiskeluiden ja urheilun yhdistämisestä korkea-asteella kantavatkin tutkimuksen perusteella urheilijat itse. Korkeakoulussa opiskelulle tyypillistä on itsenäisyys, jos verrataan opiskelua toisen asteen opintoihin. Itsenäisessä opiskelussa korostuu vastuunotto opintojen etenemisestä, oma aktiivisuus ja itseohjautuvuus. Tästä huolimatta urheilijat toivoisivat kattavampaa kaksoisuran tukijärjestelmää myös korkea-asteelle.



## 6 Pohdinta

### 6.1 Pohdinta tutkimuksen tuloksista

Tämän pro-gradu -tutkielman tavoitteena oli tarkastella korkeakoulussa opiskelevien naisjalkapalloilijoiden antamia merkityksiä kaksoisuran toteuttamiselle ja kuinka he kokevat opiskelun ja urheilun suhteen. Lisäksi tarkastelun kohteena oli, kuinka kaksoisuran tuki näyttäytyy naisjalkapalloilijoiden erilaisissa toimintaympäristöissä. Tutkimuksen kohteena olivat jalkapalloilijat, jotka pelaavat tai ovat pelanneet viimeisen kahden vuoden aikana Kansallisessa liigassa samaan aikaan kuin he opiskelevat tai olivat opiskelleet korkea-asteella. Tutkimuskohde rajattiin kansallisesti korkeimmalla tasolla pelaaviin huippuvaiheen jalkapalloilijoihin, jotta urheiluun panostaminen olisi mahdollisimman ammattimaista kaikilla haastateltavilla. Aineisto kerättiin teemahaastatteluilla, jotka toteutettiin etänä ja aihetta tutkittiin kvalitatiivisin metodein.

Kuten tuloksemme osoittavat naisjalkapalloilijat arvottavat jalkapallouransa korkealle. Peliura on elämäkulussa suhteellisen lyhyt ajanjakso, minkä vuoksi siihen halutaan panostaa täysillä. Toisaalta korkeakouluopinnot ja tulevalle siviiliuralle valmistautuminen asettavat naisjalkapalloilijoille omat vaatimuksensa. Lisäksi elämäkulussa voi tulla muita siviilielämän vaatimuksia eteen, kuten perheen perustaminen, mikä osaltaan vaikeuttaa kilpailullista pelaamista. FIFPROn tuottaman kansainvälisen kyselyn (2017) mukaan yli 90 % prosenttia tutkimukseen osallistuneista naisjalkapalloilijoista pohtii jalkapallouran päättämistä ennenaikaisesti. Naiset lopettavat myös yleensä pelaamisen keskimääräisesti miehiä huomattavasti aiemmin. Tämä herättää kysymyksen siitä, kuinka naisten urheilu-uria voitaisiin tukea siten, että urheilun ja siviiliuran yhdistäminen onnistuisi mahdollisimman mielekkäästi. Näin ollen on tärkeää tutkia ei pelkästään naisjalkapalloilijoiden, vaan myös muiden lajien naisurheilijoiden urheilu-uria ja kaksoisuria sekä sitä, kuinka niitä voitaisiin tukea mahdollisimman menestyksekkäästi.

Tutkimuksen teoriaosuudessa olemme käsitelleet Aquilinan tutkimuksessa (2013, 388) nousseita opiskelijaurheilijoiden kokemia molemminpuolisia hyötyjä niin urheilussa kuin opinnoissa kaksoisuran toteuttamisesta. Tutkimuksemme tuloksissa nousi paljon samankaltaisuuksia. Etenkin koulutusten hankkimisen sekä tuleviin elämänvaiheisiin ja työuriin valmistautumisen luoma ”turvaverkko” nousi useassa haastattelussa esiin. Myös tasapainon saavuttaminen, kun tunnistetaan, että elämässä on muutakin kuin urheilu nousi esiin. Moni haastateltava nosti myös kaksoisuran positiiviset siirtovaikutukset esiin. Kun urheilun piirissä tehtävät valinnat palvelevat myös opiskelua tai työuraa, Vuolle kuvailee tätä huippu-urheilun positiivisella siirtovaikutuksella elämän muille osa-alueille (Vuolle 1977, 28). Etenkin urheilu-uralta saatavat taidot koettiin hyödylliseksi opiskeluissa ja myöhemmällä työuralla. Kahden asian samanaikainen tekeminen koettiin ajoittain vähentävän painetta toisistaan joidenkin haastateltavan mukaan. Tasapaino nousi esiin tässäkin yhteydessä: fyysisen harjoittelun ja opiskelun yhdistäminen arjessa vei parhaimmillaan ajatuksia ja stressiä pois toisesta. Toki yhdistäminen ei ollut aina helppoa ja jokaisella haastateltavalla oli kokemuksia haasteista ajankäytön suhteen ja jaksamisen kanssa.

Torregrossan ym. (2017) mukaan toisen asteen jälkeen urheilijat valitsevat joko lineaarisen, konvergentin tai rinnakkaisen polun. Linearisessa polussa fokus on täysin urheilussa, konvergentissa polussa pääfokus on urheilussa, mutta opintoja tehdään sen rinnalla ja rinnakkaisessa polussa opinnot ja urheilu ovat yhtä tärkeitä. Haastatteluiden perusteella naisjalkapalloilijoiden valitsemat urapolut ovat pääosin konvergentteja ja rinnakkaisia. Jalkapalloa pelataan ammattimaisesti, vaikka se ei olisi välttämättä ammatti. Opintoja tehdään samanaikaisesti mahdollisimman tavoitteellisesti. Myös pienellä osalla haastateltavista opinnot nähtiin jalkapallouraa tärkeämpänä, mutta jalkapalloa pelattiin sivussa niin hyvin kuin mahdollista. Naisjalkapalloilun taloudellinen puoli ei mahdollista suurimmalle osalle kotimaan kentillä pelaavista ammattilaisuutta, mikä sulkeekin lineaarisen polun pois Suomessa pelaavilta naisjalkapalloilijoilta. Täysi jalkapallon mahdollistama ammattilaisuus voikin vaatia muuttoa ulkomaille. Näin ollen kotimaassa pelaavien naisjalkapalloilijoiden voi olla pakko tehdä opintoja tai töitä pelaamisen kanssa samanaikaisesti. Iso osa haastateltavista nostikin esiin kaksoisuran vääjäämättömän haasteen: sen että jalkapallosta ei makseta naisille riittävästi Suomessa.

Naisjalkapalloilijat korostivat opiskelujen ja siviiliuran tärkeyttä muuan muassa tulevaisuuden turvaajana, tasapainon tuojana sekä yhteiskunnallisesti tärkeänä asiana. On mielenkiintoista yhdistää haastateltujen esiin nostama tasapainon käsite Festingerin (1962) kognitiivisen dissonanssin teoriaan, sekä Heiderin (1946; 1958) tasapainoteoriaan, johon se pohjautuu. Tasapainoteorian mukaan yksilön pyrkimyksenä on tasapainon saavuttaminen itsensä ja ympäristön kanssa. Kognitiivista dissonanssia urheilijan elämässä voi aiheuttaa vastakkaiset ristiriidat, kuten se että urheiluun panostaminen on pois joltain toiselta elämän osa-alueelta. Näin ollen urheilija pyrkii tasapainoiseen tilaan, jossa dissonanssia pyritään vähentämään. Esimerkiksi onnistuneella opintojen ja urheilun yhdistämisellä on taas kognitiivista dissonanssia vähentävä vaikutus, koska urheilija kokee menevänsä molemmissa eteenpäin, ilman että kumpikaan osa-alue kärsii merkittävästi. Samalla tavalla naisjalkapalloilijoiden motiivit opiskeluun ja siviiliuran toteuttamiselle voivat perustua tasapainon ja turvallisuuden luomiselle epävarmuustekijöitä ja epänormatiivisia siirtymiä sisältävällä urheilu-uralla.

Urheilijalle tieto tulevaisuudessa edessä olevasta opintojen kautta saavutettavasta siviiliurasta, voi tuoda turvallisuuden tunnetta ja tietynlaista oikeutusta panostaa huippu-urheiluun. Kuten usea haastateltava totesi, urheilu-ura on suhteellisen lyhyt aika urheilijan elämässä. Näin ollen siihen haluttiin panostaa niin paljon kuin mahdollista. Vanha sanonta sopii hyvin tähän yhteyteen: ”pitää takoa silloin kun rauta on kuumaa”. Kansainvälisen tutkimuksen mukaan useimmat huippu-urheilijat pitävätkin koulutusta tärkeänä, mutta he useimmiten asettavat urheilu-uransa etusijalle yrittäessään sovittaa harjoittelun ja kilpailemisen asettamia vaatimuksia koulutusjärjestelmien asettamiin vaatimuksiin ja rajoituksiin. (Ryba 2016, 88) Olisikin tärkeää mahdollistaa urheilijalle mahdollisimman toimiva kaksoisuran toimintaympäristö, jossa urheilun ja opiskelun yhdistäminen onnistuisi mahdollisimman hyvin.

Olympiakomitean strategiaan 2021–2024 sisältyy laatumallin luominen huippu-urheilijamyönteisille korkeakouluille, jossa jatketaan urheilijoiden kaksoisurien kehittämistä yläkouluista aina urasiirtymävaiheeseen saakka. Huippu-urheilijamyönteisten korkeakoulujen laatumallin tavoitteena on ”parantaa huippu- ja ammattuurheilijoiden edellytyksiä suorittaa korkeakouluopintoja samalla urheilussa kehittymistä tukien”. Strategian mukaisesti

korkeakouluihin pyritään luomaan urheilijamyönteisiä rakenteita tarjoamalla tukea urheilun ja opiskelun yhdistämiseen. Strategian toteutus on kuitenkin vasta alkumetreillä ja suurin osa ohjelmaan osallistuvista korkeakouluista ovat vielä auditointivaiheessa, eikä niitä ole varsinaisesti hyväksytty huippu-urheilijaurheilijamyönteisiksi korkeakouluiksi. Prosessiin on hakeutunut 16 korkeakoulua ja kahdelle on myönnetty huippu-urheiluystävällisen korkeakoulun laatutunnus. (Suomen Olympiakomitea 2024d.)

Tutkimusaineistosta, ei noussut paljoakaan esimerkkejä, joissa haastateltavien korkeakoulut olisivat tukeneet urheilijan kaksoisuraa, eli opintojen ja urheilun yhdistämistä. Opintoihin itsessään oli vaihtelevasti tukea saatavilla, mutta kaksoisuraa ei juuri tunnistettu ja sitä oli tuettu vähäisesti. Urheilu-ura ja opiskelu tai siviiliura nähtiin enemmänkin toisista irrallaan, ja urheilija pyrki tasapainoilemaan parhaansa mukaan näiden välillä. Yhtenä selittävinä tekijänä korkeakoulujen puuttumisesta kaksoisuran tukijana lienee se, ettei osa urheilijoista ollut tarvinnut tai hakenut kaksoisuralleen tukea korkeakoulun taholta. Urheilijan kaksoisuran toteuttaminen, ei tule välttämättä esille missään yhteydessä opiskelukontekstissa. Monissa haastatteluissa viitattiin toiseen asteeseen ajanjaksona, jolloin kaksoisuran toteuttaminen oli toimivaa ja monella oli positiivisia kokemuksia toisella asteella kaksoisuraan saadusta tuesta. Syynä lienee se, että toisella asteella on jo valmiiksi sisään rakennettu kaksoisurajärjestelmä, jossa kaksoisuran yhteistyö toimii. Vastaavanlaiselle kaksoisurajärjestelmälle olisi aineistomme perusteella selvästi kysyntää myös korkeakoulussa. Urheiluakatemioiden tarjoama tuki ja palvelut eivät nousseet juurikaan esille tässä tutkimuksessa. Olisi mielenkiintoista tarkastella tätä syytä urheiluakatemioiden puuttumiseen puheenvuoroista tarkemmin. Olisi kiinnostavaa millaisia kokemuksia tulevaisuudessa huippu-urheilijaystävällisen korkeakoulun laatumallin ja korkeakoulujen ja paikallisten urheiluakatemioiden yhteistyön kehittyessä urheilijoilla olisi.

Tutkimuksen haastateltavien vastauksissa korostettiin itseohjautuvuuden, oman asennoitumisen ja tekemisen merkitystä. Kaksoisuran onnistumiselle vaaditut taidot, kuten rutiinit, aikataulutuksen rytmitys, vuorovaikutustaidot ja oman fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin ylläpitäminen välittyi läpi aineiston haastateltavien kertomuksissa. Nämä taidot ovat kehittyneet naisjalkapalloilijoiden kaksoisuran varrella. On tärkeää muistaa, että tutkimuksen

naisjalkapalloilijat ovat opintojensa ja urheilu-uransa huippuvaiheessa, jolloin myös kaksoisuran toimivuuden kannalta myös sen onnistumisen kannalta keskeisten taitojen tulee olla korkealla tasolla. Kaksoisuran haasteet tiedostettiin hyvin ja aineistossa korostui kaksoisuran merkityksellisyys ja ainutlaatuisuus elämänkentällä. Vaikka kaksoisura aikana omassa elämässä voi olla hyvinkin kuormittavaa, välittyi haasteltavien kokemuksista halu nauttia tästä ajanjaksosta, jonka keston tiedostettiin olevan rajallinen.

On selvää, ettei urheilijan pitäisi olla yksin kaksoisuransa kanssa ja että tukea pitäisi olla tarvittaessa saatavilla. Osa haastateltavista nosti erilaisia kehitysehdotuksia urheilijan kaksoisuran tukemiseksi. Moni esitti esimerkiksi korkeakoululle erillistä yhteyshenkilöä, joka auttaisi nimenomaan urheiluun ja opintoihin liittyvissä asioissa. Kukaan haastatteluista ei maininnut erikseen, että heidän oppilaitoksellaan olisi tällainen yhteyshenkilö. Selkeästi määritelty tukiryhmä, josta urheilija tietää saavansa tukea kaksoisuralleen on myös yksi kaksoisuraa tukevan kehitysympäristön menestyspiirteistä. Opiskelijaurheilijoissa voi aiheuttaa epävarmuutta, jos ei ole varma keneen kuuluisi olla yhteydessä tai, jos näitä tahoja on useita. Lisäksi haastateltavat toivoivat opettajilta ymmärrystä kaksoisuran vaatimuksista. Myös opettajien selkeä ymmärrys kaksoisuran ongelmakohdista ja tukemisesta kuuluu kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteisiin. (Nikander 2021, 13–14.)

Huippu-urheilumyönteisten korkeakoulun laatumallin kehittäminen Suomessa on askel oikeaan suuntaan, mutta aineistomme perusteella se ei vielä näkynyt haastateltujen urheilijoiden arjessa. Esimerkiksi Aalto-yliopiston kauppakorkeakoulun (2023) huippu-urheilijamyönteisen korkeakoulun auditoinnissa kehityskohteeksi nostetaan se, että kilpaurheilijoihin oltaisiin yhteydessä jo heti opintojen alkuvaiheessa, jotta tuki voitaisiin kohdentaa aikaisin. Lisäksi henkilöstön kaksoisuratietämyksen kehittäminen on tärkeää. Vertaistuki ja mentorointipalvelut puolestaan auttaisivat opiskelijaurheilijoita kaksoisuran suunnittelussa ja siirtymisessä työelämään. Roolimallit ja mentorointi mainitaan myös kaksoisuran kehitysympäristön yhtenä menestyspiirteinä (Nikander 2021, 13–14). Huippu-urheilijamyönteisen korkeakoulujen laatumallin kehitys on vielä aluillaan, joten tulevaisuus näyttäneen mallin toimivuuden urheilijoiden kaksoisurilla.

Ryba (2016, 91–92) on listannut Suomessa tehtyä aikaisempaa kaksoisuratutkimusta. Tutkimukset ovat olleet lähinnä opinnäytetöitä ja vertaisarvioitua tutkimusta on tehty vähän. Kaksoisuratutkimuksen määrä Euroopassa ja Suomessa on sittemmin ollut kasvussa Euroopan komission julkaisemien suuntaviivojen ja Erasmus+ -ohjelman myötä. (Vidal-Vilaplana 2022). Suomessa toteutetun kaksoisuratutkimuksen mukaan ajanpuutteesta johtuvat ongelmat tuottavat eniten vaikeuksia kaksoisuran toteutuksessa. Urheilijat, jotka opiskelevat yliopistoissa ovat kokeneet, että oppilaitoksen tuki urheilu-uraa kohtaan on loistanut poissaolollaan. Korkeakoulujärjestelmän ei olla myöskään koettu tarjoavan opastusta ammatillisen ja urheilullisen kehityksen tueksi. Lisäksi urheilun ja opiskelun yhdistäminen on aikaisemmissa tutkimuksissa näyttäytynyt parempana toisella-asteella kuin korkea-asteella (Ryba 2016, 91–92). Nämä tulokset ovat samassa linjassa tutkimuksemme kanssa. Tutkimuksemme haastateltavat olivat kokeneet, että toisella-asteella oli saatu henkilökohtaista opinto-ohjausta ja urheiluakatemiatoimintaan oli osallistuttu koulun osana. Tämä näyttää nykyisen suomalaisen korkeakoulujärjestelmän ongelman institutionaalisella tasolla, sillä urheilupuolta ei olla saatu vielä integroitua osaksi korkeakoulumaailmaa. On kuitenkin otettava huomioon, että toisen asteen ja korkea-asteen suora vertaaminen toisiinsa ei ole järkevää niiden erilaisen luonteen vuoksi. Korkea-asteella opiskelijan vastuu omista opinnoistaan ja itseohjautuvuuden merkitys kasvavat huomattavasti toiseen asteeseen verrattuna.

Suomalaisessa korkeakoulujärjestelmässä voidaan havaita eroavaisuuksia urheilun ja opintojen yhdistämisessä esimerkiksi yhdysvaltalaiseen korkeakoulujärjestelmään verrattuna. Yhdysvalloissa urheilun merkitys korkeakouluissa on suurta, koska urheilu tuo vetovoimaa ja näkyvyyttä korkeakouluille, mikä houkuttelee täten myös opiskelijoita. Monet korkeakoulut ovat tunnettuja nimenomaan urheilullisista toimistaan ja saavutuksistaan, ja urheilu on osa korkeakoulujen rakenteita. Urheilu nähdään yhteisöllisyyttä ja osallisuutta lisäävänä tekijänä, ja urheilun ympärille rakentuva yhteisöllisyys ja osallisuus voivat palvella myös akateemisia tavoitteita tukien yksilöllistä kasvua ja kehitystä sekä oppimista. (Hubka 2023, 4, 7.) Erona suomalaiseen korkeakoulujärjestelmään voidaan nähdä se, että yhdysvaltalaiset korkeakoulut saavat rahoitustaan myös yksityisiltä tahoilta, jotka voivat olla vahvasti linkittyneitä

urheilumaailmaan. Suomessa taas tällaista rahoitusmallia ei ole, vaan rahoitus on pääosin julkista valtiolähtöistä toimintaa. Tätä myötä myös panostus, resurssit ja motiivit urheilun tukemiseen akateemisissa ympäristöissä voivat olla erilaiset suomalaisten ja yhdysvaltalaisen korkeakoulujen välillä.

Greer ja Robinson (2006) kuitenkin kirjoittavat, että myös yhdysvaltalaiset urheilijat kohtaavat kaksoisurallaan samankaltaisia ongelmia kuin tutkimuksemme suomalaiset naisjalkapalloilijat. Ajan rajallisuus, luentojen väliin jättäminen, kaksoisuran haasteiden ymmärtämättömyys opiskelu- ja urheilu-ympäristöissä, identiteetin rakentuminen ainoastaan urheilun ympärille sekä yksilölliset kehityksen haasteet ovat myös läsnä yhdysvaltalaisen urheilijoiden kaksoisuralla. Tuki näyttäytyy enemmänkin joustona ja helpotuksena kurssisuoritteiden suhteen. Eroa löytyy kuitenkin urheilijoiden yleisessä arvostuksessa kulttuurisesti ja yhteiskunnallisesti, sillä Yhdysvalloissa urheilijat arvotetaan korkealle. (Greer & Robinson 2006, 58–60.) On kuitenkin muistettava, että yhdysvaltalaiset korkeakoulut tarjoavat suhteessa erilaiset puitteet urheilun ja opiskelun yhdistämiseen kuin suomalaiset korkeakoulut tällä hetkellä. Opiskelijat usein asuvat, harjoittelevat, pelaavat ja opiskelevat kampuksilla ja korkeakouluissa on työntekijöinä niin akateemisen ympäristön kuin urheilu-ympäristön osaajia. Tästä syystä Yhdysvalloissa ei välttämättä ole niin selkeää jakoa akateemisen maailman ja urheilumaailman välillä kuin Suomessa. Urheilijat voivat myös saada stipendejä korkeakouluun urheilullisten ansioiden myötä, jolloin heille taataan taloudellinen tuki opiskelun ja urheilun yhdistämiseen oppilaitoksen toimesta. Suomessa tälle ei näennäisesti ole tarvetta korkeakouluopintojen ollessa opiskelijoille lähes ilmaisia.

Eurooppalaisella tasolla täsmällistä vertailua Suomen ja muiden Euroopan maiden välillä urheilun ja opintojen yhdistämisestä on vaikea tehdä. Nikanderin (2021, 4) mukaan tämä johtuu siitä, että päätökset kaksoisuran suuntaviivoista tehdään kansallisella tasolla. Kussakin jäsenvaltiossa on erilaiset toimintamallit kaksoisuran toteutuksen suhteen ja niihin vaikuttavat erilaiset kulttuuriset tekijät, säädökset, suositukset. Ryban (2016, 93) mukaan erilaiset kulttuuriset diskurssit, kuten perusolettamukset, arvot ja uskomukset asettavat raaminsa urheilijan uralle eri maissa. Pohjoismainen yhteiskuntamalli avaa sekä mahdollisuuksia ja haasteita urheilijan uralle urheilun

ja opintojen saralla. Korkeat odotukset osaamisen kehittämisen suhteen siviili- ja koulutusuralla urheilun rinnalla tulevat vahvasti ympäröivän yhteiskunnan piiristä. Myös perheen piirissä luotu arvotus koulutusta kohtaan on näkyvää suomalaisessa yhteiskunnassa. Keskeisenä kaksoisuraa tukevana tekijänä vaikuttaa myös ulkoisen ja sisäisen motivaation tukeminen kannustavalla ja motivoivalla ympäristöllä, joka käsittää urheilijan sosiaalisen ympäristön, eli lähimmäiset ihmiset, valmentajat, opettajat ja niin edelleen.

## **6.2 Tutkimuksen toteutuksen tarkastelu**

Naisjalkapalloilu on ollut nosteessa niin Suomessa kuin maailmallakin viime vuosina. Tutkimustietoa naisjalkapalloilijoiden urheilu-urista ja kaksoisurista on kuitenkin suhteellisen vähän. Myös kaksoisuran tukea on tutkittu vähän. Tämän tutkimuksen vahvuutena voidaankin pitää tutkimuksen ajankohtaisuutta. Etenkin urheilun ja opiskelun yhdistämisestä sekä urheilu- ja siviiliuran arvotuksesta nousi esiin paljon syvällistä tietoa. Naisjalkapalloilijoiden omakohtaisia kokemuksia kaksoisuran päivittäisestä toteutuksesta Suomessa nousi esiin paljon. Kuten varmasti monessa opinnäytetyössä, tekisimme tämänkin pro-gradu -tutkielman osalta joitakin asioita eri tavalla. Esimerkkeinä asioista, joita tekisimme uudelleen olisi tutkimusongelman tarkka rajaaminen ja haastattelukysymysten teko vastaamaan mahdollisimman hyvin tutkimuksen tehtävää. Haastattelutilanteet olivat kokemuksemme mukaan hyvähenkisiä ja ne sisälsivät paljon hyvää pohdintaa haastateltavien osalta. Toivomme, että haastattelutilanteet olivat heille rikastuttavia oman kaksoisuran reflektoinnin osalta.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisin eli laadullisin menetelmin. Laadullinen tutkimus sopi tutkimuksen luonteeseen ja tavoitteisiin, sillä tavoitteena oli saada syvällistä ja kokonaisvaltaista ymmärrystä kaksoisuran toteutuksesta suomalaisten naisjalkapalloilijoiden keskuudessa. Laadullinen tutkimus haastatteluin toteutettuna osoittautui hyväksi valinnaksi, koska kohdejoukko pääsi näin kertomaan kokemuksistaan ja merkityksistään omalla äänellään perustavanlaatuisesti. Jos tutkimus olisi toteutettu kvantitatiivisesti, eli määrällisesti, olisi kohdejoukko ja vastausten määrä ollut isompi. Vastaukset, annetut merkitykset ja kokemukset



olisivat kuitenkin todennäköisemmin olleet pintapuoleisempia, eikä kaksoisuran kokonaisvaltainen tarkastelu olisi näin onnistunut yhtä hyvin.

Tutkimuskohteen valinta onnistui hyvin, sillä saimme rajattua haastateltavat haluamillamme kriteereillä, jotka olivat maksimissaan kaksi vuotta sitten korkeakoulusta valmistuneet ja urheilu-uransa lopettaneet jalkapalloilijat, joilla on kokemusta pääsarjatason jalkapalloilun ja korkeakouluopiskelun yhdistämisestä samanaikaisesti. Halusimme, että tutkimusjoukon kokemukset kilpailullisen urheilun ja korkeakoulutuksen yhdistämisestä olisivat vielä tuoreessa muistissa. Haastattelimme nimenomaan pääsarjatason jalkapalloilijoita, jotta esimerkiksi jalkapalloilun kilpailullisuus, ammattimaisuus ja harjoittelu olisi mahdollisimman samankaltaista jokaisella. Korkeakouluille tai opiskeltaville aloille emme halunneet asettaa kriteeriä, sillä tämä olisi aiheuttanut haasteita tutkimusjoukon keräämiselle. Tiedostamme kuitenkin, että opiskelun luonne voi poiketa suurestikin eri alojen välillä, mikä voi vaikuttaa myös kokemuksiin opiskelun ja urheilun yhdistämisestä.

Tutkimuskohteemme rajoittuu kymmeneen naisjalkapalloilijaan, jotka opiskelevat tai ovat opiskelleet urheilu-uran kanssa samanaikaisesti korkeakoulussa. Tutkimuskohde ei ole näin ollen kovin laaja. Kvalitatiivista tutkimusta on kuvattu syvällistä tietoa tuottavaksi, mutta huonosti yleistettäväksi menetelmäksi (Alasuutari 2011, luku 11.) Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin kannalta on huomioon otettavaa, että urheilijan kokemukset kaksoisuralta ovat yksilön ainutkertaisia subjektiivisia näkemyksiä. Näin ollen kokemukset eivät ole välttämättä yleistettävissä kaikkiin naisjalkapalloilijoihin, jotka opiskelevat korkeakoulussa.

Haastatteluaineistoa syntyi kymmenen haastattelun pohjalta runsaasti. Osa aineistoista piti rajata pois aineiston hallittavuuden ja tutkimuskysymysten asetteluun takia. Tutkimuksen mahdollisena rajoituksena on haastateltavien määrä, joka oli tässä tutkimuksessa kymmenen haastateltavaa. Tulokset olisivat mahdollisesti olleet erilaisempia sen suhteen, että isomman tutkimusjoukon myötä myös kokemusten ja annettujen merkitysten kirjo olisi ollut laajempi. Koemme kuitenkin, että opinnäytetyötä tehdessä kymmenen haastateltavaa on sopiva määrä ja tämä on myös

tarkastettu pro-gradu -tutkielman ohjaajaltamme. Suurempi aineisto olisi ollut hankalammin hallittava, haastateltavia olisi ollut hankala saada lisää ja tutkimuksen teko olisi venynyt ajallisesti.

Luotettavuuden kannalta tutkimuksen rajoituksena on hyvä tiedostaa myös se, että havaintojen ja tulosten kirjoittamisessa vaikuttavat myös meidän omat aiemmat kokemuksemme, tietomme, ajattelutapamme ja näkemyksemme. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan täydellistä objektiivisuutta tutkimuksessa on mahdotonta saavuttaa. Olemme kuitenkin pyrkineet parhaamme mukaan tekemään havaintojamme purkamalla aineistoa sellaisenaan teoriapohja sitä tukien. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 6.1.) Kuten aiemmin totesimme, olisimme voineet tehdä tutkimustehtävän ja haastattelukysymysten asettelun paremmin. Nyt seurauksena oli esimerkiksi se, että osa haastattelukysymyksistä ei ollut tutkimuksen kannalta oleellisia tai ne olisi voinut muotoilla eri tavalla. Tämä ohjasi keskustelua välillä sivuraiteille. Tätä selittänee tutkijoiden kokemattomuus ja se, että haastattelutilanteet olivat molemmille uusi kokemus. Koemme kuitenkin, että kaikesta huolimatta haastateltavien oma ääni pääsi hyvin kuuluville ja pääsimme syventymään haastatteluissa tutkimuksen kannalta oleellisiin aiheisiin.

### **6.3 Jatkotutkimusehdotukset**

Tämä pro-gradu -tutkielma toi ymmärrystä naisjalkapalloilijoiden kaksoisurille antamista merkityksistä ja kokemuksista sekä tuesta kaksoisuran toimintaympäristöissä. Kuten olemme edellä todenneet, naisjalkapalloilijoiden kaksoisurat ovat tasapainoilua kahden uran välillä kiireen ja velvollisuuksien tahdittamana. Tutkimuksen myötä naisjalkapalloilijoiden kertomuksista rakentui selkeä kuva jalkapallouran kokonaisvaltaisuudesta ja vaikutuksesta urheilijaidentiteetin muodostumiseen. Tutkimuksen perusteella myös opiskelulle ja siviiliuralle annettiin paljon arvoa. On tärkeää tutkia jatkossa, kuinka näiden kahden uran onnistunut yhdistäminen onnistuisi paremmin ja millaisia tukitoimia suomalainen urheilu- ja opiskelujärjestelmä voisi tuoda kaksoisuraa tekeville urheilijoille. Jatkossa pitäisikin arvioida urheilijalle tarjottujen kaksoisuran tukitoimien vaikutusta menestyksellisen urheilu- ja opiskelu-uran toteuttamisessa (Ryba 2016, 94).

Jatkotutkimuksen kannalta naisjalkapalloilijoiden kaksoisuraa ja kaksoisuraa yleisesti käsiteltäessä olisi tärkeää, että aiheista tehtäisiin Suomessa enemmän vertaisarvioitua tutkimustyötä. Naisjalkapalloilijoiden kaksoisuraa tarkastellessa jatkotutkimuksen kannalta voisi olla hyvä tutkia tarkemmin jalkapallon ja kaksoisuran sukupuolittuneita rakenteita. Tässä tutkimuksessa sukupuolinäkökulma ei ole ollut tutkimusongelman myötä keskeisessä roolissa. Olisi mielenkiintoista tietää tarkemmin yhteiskunnallisia juurisyitä esimerkiksi nais- ja miesjalkapalloilijoiden välisissä palkkaeroissa, opintojen arvostuksen eroissa, urakeston eroissa, urakehityksen eroissa ja tulevaisuudennäkymien eroissa. Esimerkiksi voidaan pohtia, onko naisurheilijoiden arvostus koulutusta kohtaan puhdasta kiinnostusta, vai alitajuntaista ajattelua sen luomasta turvasta, jos urheilu-uraa ei voidakaan toteuttaa ammattimaisesti. Ryban (2016, 93) mukaan suomalainen kaksoisuratutkimus on keskittynyt tutkimaan lähinnä kaksoisuran haasteita, eikä urheilijoiden välisiä eroja koulutuksen ja urheilun päämäärien suhteen ole juurikaan tutkittu. Lisäksi kulttuuristen ja ympäristöllisten tekijöiden sekä yhteiskunnallisten toimintamallien vaikutusta kaksoisurakehitykseen olisi syytä tutkia enemmän kaksoisuran kontekstissa.

Jatkotutkimuksen kannalta olisi keskeistä myös tutkia enemmän kaksoisuran tukea kokonaisvaltaisesti pitkäaikaisella seurantatutkimuksella. Näin voitaisiin hahmottaa kokonaisvaltaisesti kaksoisuran yksilöllisiä tarpeita, kaksoisuran onnistumista, suojaavia ja uhkaavia tekijöitä, sisäisen motivaation syntyä kaksoisuraa kohtaan sekä kuinka ja minkä myötä itseohjautuvuus kaksoisuralla syntyy. Onko läheisiltä ihmisiltä saatu sosiaalinen tuki keskeisimmässä roolissa, vai syntyvätkö hyvät opitut toimintamallit opiskelu- ja urheiluympäristöjen tuen piirissä. Olisi tarpeellista tutkia isoa joukkoa urheilijoita eri taustoista, eri lajeista, eri koulutusasteilta ja eri sukupuolen edustajia, jotta voitaisiin hahmottaa enemmän ja paremmin yksilöllisiä kehityspolkuja kaksoisuralla. Olemme käsitelleet aiemmin tässä tutkimuksessa kaksoisuran tukea korkea-asteella. Olisi mielenkiintoista saada tutkimustietoa Olympiakomitean huippu-urheilijamyönteisten korkeakoulujen laatumallin vaikuttavuudesta. Täytyy tietenkin ottaa huomioon, että laatumallin rakentaminen on vielä melko alkuvaiheessa. Olisi myös kiinnostavaa tutkia, kuinka urheilijoiden kaksoisuria voisi tukea paremmin ohjauksen keinoin korkea-asteella.

Nikander ym. (2021) ovat tutkineet aiemmin urheilulukioiden menestystekijöitä Suomessa kaksoisuran kehitysympäristöä menestystekijöitä arvioivan DCDE (Dual Career Development Enviroment) työkalun avulla kvantitatiivisin menetelmin. Tässä tutkimuksessa peilasimme yleisellä tasolla naisjalkapalloilijoiden kokemuksia kaksoisuran toteuttamisesta ja kaksoisuran tuesta kaksoisuran kehitysympäristöjen menestyspiirteisiin. Täytyy kuitenkin ottaa huomioon, että tutkimuksemme on toteutettu laadullisin menetelmin, joten emme voi arvioida luotettavasti naisjalkapalloilijoiden kaksoisuran kehitysympäristöjen menestyspiirteitä. Näkisimmekin hyödyllisenä vastaavanlaisen DCDE arviointityökalun avulla toteutetun tutkimuksen korkeakoulukontekstissa, koska Nikanderin ym. (2021) toteuttivat kotimaisen tutkimuksensa toisella asteella. Suomen Olympiakomitean huippu-urheilijamyönteisen korkeakoulun laatutunnuksen (Suomen Olympiakomitea 2024d) saaneet korkeakoulut, voisivatkin olla tähän kaksoisuran kehitysympäristön menestyspiirteiden arviointiin sopiva tutkimuskohde.

Suomen Olympiakomitean mukaan huippu-urheilu on yhteiskuntaan erottamattomasti kuuluva elämänala, joka tuottaa iloa ja hyötyä niin yhteiskunnalle kuin yksilöillekin. Huippu-urheilun tukeminen on yhteiskunnallisesti tärkeää. (Suomen Olympiakomitea 2024e). Nikanderia lainataksemme (2021, 4), lahjakkailta urheilijalta ja huippu-urheilijoilla on oltava oikeus yhdistää urheilu-ura ja koulutus holistisen kehityksen saavuttamiseksi. Urheilijoiden kanssa työskenteleville toimijoille ja sidosryhmille olisikin tärkeää saada tutkittua tietoa kaksoisurasta, jotta he voisivat tukea urheilijaa menestyksekkään kaksoisuran toteuttamisessa. Tämän vuoksi tutkimusta urheilijan kaksoisurasta on tärkeää tehdä myös tulevaisuudessa.

## Lähteet

Aalto Yliopisto. 2023. Kauppakorkeakoulu on huippu-urheilijamyönteinen korkeakoulu, vahvistaa tuore auditointi. <https://www.aalto.fi/fi/uutiset/kauppakorkeakoulu-on-huippu-urheilijamyönteinen-korkeakoulu-vahvistaa-tuore-auditointi> (luettu 21.2.2024)

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Amara, M., Aquilina, D., Henry, I., & PMP Consultants. 2004. Education of Elite Young Sportspersons in Europe. Brussels: European Commission: DG Education and Culture.

Andersson, R. & Barker-Ruchti, N. 2018. Career paths of Swedish top-level women soccer players, *Soccer & Society*, 20:6, 857-871, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14660970.2018.1431775>

Aquilina, D. 2013. A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance, *The International Journal of the History of Sport*. 30:4, 374-392, <https://doi.org/10.1080/09523367.2013.765723>

Barnett, E. & Casper, M. 2001. *American Journal of Public Health*; Washington Vol. 91. 465. <https://www.proquest.com/docview/215117385?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true&sourcetype=Scholarly%20journals>

Bruner, M. W., Erickson, K., McFadden, K. & Côté, J. 2009. Tracing the origins of athlete development models in sport: a citation path analysis. *International Review of Sport & Exercise Psychology* 2 (1), 23-37. <https://doi.org/10.1080/17509840802687631>

Debois, N., Ledon, A., & Wylleman, P. 2015. A lifespan perspective on the dual career of elite male athletes. *Psychology of Sport and Exercise* 21:2015, 15-26. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.07.011>

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789517685047>

Eskola, J. & Suoranta, J. 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Euroopan komissio. 2012. EU guidelines for dual career of athletes. Recommended policy actions in support of dual careers in high-performance sport. Documents of the European Commission. [https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf) (luettu 2.5.2023)

Festinger, L. 1962. A theory of cognitive dissonance. Stanford: Stanford University Press

Fifa 2023 tee lähde <https://www.fifa.com/tournaments/womens/womensworldcup/australia-new-zealand2023/media-releases/staggering-statistics-demonstrate-fifa-womens-world-cup-tm-growth>

FIFPRO. 2017. 2017 FIFPRO Global Employment Report. Working Conditions in Professional Women's Football. <https://www.fifpro.org/media/1knjg5lu/2017-fifpro-women-football-global-employment-report-final.pdf>. (luettu 12.4.2023)

Geranosova, K. & Ronkainen, N., 2015. The Experience of Dual Career through Slovak Athletes' Eyes. Physical Culture and Sport. Studies and Research VOLUME 66 (2015): ISSUE 1 (JUNE 2015), 53-64, <https://doi.org/10.1515/pcssr-2015-0005>

Greer, J. L., & Robinson J, D. 2006 Student-Athletes. Teoksessa Gohn, L. A., Albin G. R. (toim.), Understanding College Student Subpopulations: A Guide for Student Affairs Professionals. National Association of Student Personnel Administrators (NASPA)

Haaga Helia. 2024. Jalkapalloilijan opintopolku. <https://www.haaga-helia.fi/fi/jalkapalloilijan-opintopolku> (luettu 1.2.2024)

Harrison, G. Vickers, E. Fletcher D. & Taylor G. 2022. Elite female soccer players' dual career plans and the demands they encounter, Journal of Applied Sport Psychology, 34:1, 133-154, <https://doi.org/10.1080/10413200.2020.1716871>

Hjelm, J. 2007. Naiset ja jalkapallo sosiaalisena liikkeenä. Teoksessa H. Itkonen & A. Nevala (toim.) Kuningaspelin kentät. Jalkapalloilu paikallisena ja globaalina ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus, 226-237.

Hubka, O., & Coombs, H. V. 2023. The Culture of American Collegiate Athletics: An Ethnographic Study from a European Perspective. Southern Utah University. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10366382/>

Jalkapallon Pelaajayhdistys. 2023. Kaksoisura <https://jpy.fi/fi/kaksoisura> (luettu 4.5.2023)

Jalkapallon pelaajayhdistys. 2024. Avainpelaajat <https://www.jpy.fi/fi/jalkapallon-pelaajayhdistys/avainpelaajat> (luettu 15.2.2024)

Jyväskylän Yliopisto. 2018. Nuorten hyvinvoinnin, oppimisen ja huippu-urheilijana kehittymisen optimointi kaksoisuraympäristöissä (WeLive DC) [https://converis.jyu.fi/converis/portal/detail/Project/8540124?auxfun=&lang=fi\\_FI](https://converis.jyu.fi/converis/portal/detail/Project/8540124?auxfun=&lang=fi_FI) (luettu 10.4.2023)

Jyväskylän Yliopisto. 2018. Voitto pitkällä aikavälillä: kohti psykososiaalista kestävyyttä kaksoisuralla-hanke. [https://converis.jyu.fi/converis/portal/detail/Project/6794420?auxfun=&lang=fi\\_FI](https://converis.jyu.fi/converis/portal/detail/Project/6794420?auxfun=&lang=fi_FI) (luettu 10.4.2023)

Kansallinen Liiga. 2023 a. Naisten ylimmät sarjatasot laajentuvat 18 joukkueen Kansallinen – kokonaisuudeksi <https://www.kansallinenliiga.fi/news/naisten-ylimmat-sarjatasot-laajentuvat-18-joukkueen-kansallinen-kokonaisuudeksi/> (luettu 27.2.2024)

Kansallinen Liiga. 2023 b. Kausiopus. [https://www.kansallinenliiga.fi/wp-content/uploads/2023/04/Kansallinen\\_Liiga\\_kausiopus\\_2023.pdf](https://www.kansallinenliiga.fi/wp-content/uploads/2023/04/Kansallinen_Liiga_kausiopus_2023.pdf) (luettu 20.4.2023)

KIHU. 2018. Ammattiurheilijoiden määrä tasaisessa kasvussa. Huippu-urheilun instituutti KIHU <https://kihu.fi/ammattiurheilijoiden-maara-tasaisessa-kasvussa/> (luettu 27.2.2024)

Knight, C. J., Harwood, C. G. & Sellars, P. A., 2018. Supporting adolescent athletes' dual careers: The role of an athlete's social support network, *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 38, 2018, Pages 137-147, ISSN 1469-0292, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.06.007>.

Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. PS-kustannus, 29–50.

[https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63420/Kokemuksen\\_tutkimus\\_Vi\\_Toikkanen\\_Vi\\_rtanen\\_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63420/Kokemuksen_tutkimus_Vi_Toikkanen_Vi_rtanen_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lavallee, D. 2019. Engagement in Sport Career Transition Planning Enhances Performance. *Journal of Loss and Trauma* 24:1, 1–8. <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1516916>

Linnér, L., Stambulova, N. B., Lindahl, K., & Wylleman P. (2019) Swedish university student-athletes' dual career scenarios and competences. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1611898>

López de Subijana, C., Barriopedro, M., Conde, E. 2015. Supporting dual career in Spain: Elite athletes' barriers to study. *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 21, 2015, Pages 57-64, ISSN 1469-0292, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.012>.

Lämsä, J., Korhonen, A., Nenonen, J., Manninen, T., Puhakka, A., Kainulainen, J., & Hokkanen, T., 2014. Kuinka hitaita urheilijat ovat? Selvitys urheilijoiden korkea-asteen opintojen etenemisestä. Jyväskylä: Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU

Lämsä, J. Aarresola, O. Mononen, K. Blomqvist, M. Kalaja, S., & Nieminen, M. 2018. Huippu-urheilun yhteiskunnallinen perustelu tieteen valossa - tiivistelmä. KIHU – kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. [https://kihuenergia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2018\\_lms\\_huippu-urh\\_sel70\\_56857.pdf](https://kihuenergia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2018_lms_huippu-urh_sel70_56857.pdf) (luettu 12.5.2023)

Lämsä, J. 2022 Ammattilaisuus suomalaisessa urheilussa. *Esitys KIHU Journal Club* 23.11.2022 [https://kihuenergia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2022\\_lms\\_ammattilai\\_sel46\\_81593.pdf](https://kihuenergia.kihu.fi/tuotostiedostot/julkinen/2022_lms_ammattilai_sel46_81593.pdf) (luettu 2.5.2023)

Morris, R., Cartigny, E., Ryba, T. V., Wylleman, P., Henriksen, K., Ramis, Y., Lindahl, K. & Cecić Erpič, S. 2020. A taxonomy of dual career development environments in European countries. *European Sport Management Quarterly*, <https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1725778>

Murtomäki, M. 2023. Näin paljon naiset tienaavat jalkapallosta – ja tällainen ero on miehiin. *Me Naiset*. <https://www.is.fi/menaiset/ilmiot/art-2000009726761.html> (luettu 27.2.2024)

Myllyaho, M. 2020 Kansallinen liiga alkoi suuremmalla pöhinällä kuin koskaan, mutta pelin taso jää Euroopan huippusarjojen jalkoihin – maajoukkueen valmentajalta suoraa puhetta ongelman ytimestä. *Yle Uutinen*. <https://yle.fi/a/3-11395320> (luettu 2.5.2023)



Nikander, A. 2021. Kaksoisura korkeakouluissa – kansainvälinen katsaus. Helsinki: Suomen Olympiakomitea. [https://www.olympiakomitea.fi/uploads/2021/08/fe38b78-kaksoisura-korkeakouluissa\\_kansainvalinen-tutkimuskatsaus\\_nikander-2021.pdf](https://www.olympiakomitea.fi/uploads/2021/08/fe38b78-kaksoisura-korkeakouluissa_kansainvalinen-tutkimuskatsaus_nikander-2021.pdf)

Nikander, A., Saarinen, M., Aunola, K., Kalaja, S. & Ryba, T. V. 2021. Urheilu-uran yhdistäminen koulutukseen: Kaksoisuraympäristöt ja urheilulukioiden menestystekijät Suomessa. Liikunta ja tiede, 58(1),77–85. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/74225/lt\\_1\\_2021\\_s77-85.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/74225/lt_1_2021_s77-85.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Nikander, A. 2022. Valintavaiheen kaksoisura – kansainvälinen tutkimuskatsaus. Helsinki: Suomen Olympiakomitea. <https://www.olympiakomitea.fi/uploads/sites/1/2022/03/45ac388e-valintavaiheen-kaksoisura--kansainvalinen-tutkimuskatsaus-aku-nikander-070322.pdf>

Nurmos, L. 2023. Lopettaneiden ammattijalkapalloilijoiden suunnitelmat ja valmiudet tulevaisuuden työuralle. Opinnäytetyö. Oulun Ammattikorkeakoulu. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/792958/Nurmos\\_Lassi.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/792958/Nurmos_Lassi.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2010. Sanoista teoiksi: Huippu-urheilutyöryhmän ajatuksia suomalaisen huippu-urheilun kehittämiseksi. Julkaisusarja: Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2010:13. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/75583> (luettu 4.4.2023)

Piispa, M. & Huhta, H (toim.) 2013. Epätavallisia elämäkalkuja. Huippu-urheilijat ja -taiteilijat 2000-luvun Suomessa. Nuorisotutkimusseura. [http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/epatavallisia\\_elamankalkuja.pdf](http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/epatavallisia_elamankalkuja.pdf) (luettu 5.2.2024)

Pink, M. A., Lonie, B. E., & Saunders, J. E., 2018. The challenges of the semiprofessional footballer: A case study of the management of dual career development at a Victorian Football League (VFL) club. *Psychology of Sport and Exercise* 35:2018, 160–170. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.12.005>

Puusa, A. & Juuti P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki : Gaudeamus

Rannankari, T., 2022. Tyttöjalkapalloilijoiden toimintahorisontit. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen Yliopisto. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/27741/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20220633.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/27741/urn_nbn_fi_uef-20220633.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H. & Kalaja, S. 2016. Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa. *Liikunta & Tiede* 53 (2-3), 88 – 95. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/50530>

Ryba, T. V., Stambulova, N. B., Selänne, H., Aunola, K., & Nurmi, J., 2017. "Sport has always been first for me but all my free time is spent doing homework": Dual career styles in late adolescence. *Psychology of Sport and Exercise* 33:2017, 131–140. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.08.011>

Soininen, H. 2021. Jalkapallokirja 2021. 85. vuosikerta. Helsinki: Suomen Palloliitto. [https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1650977359-jalkapallokirja\\_2021.pdf](https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1650977359-jalkapallokirja_2021.pdf)

Sporting Intelligence. 2017. Global Sports Salaries Survey. <https://globalsportssalaries.com/GSSS%202017.pdf> (luettu 10.5.2023)

Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T. & Côté, J. 2009. ISSP Position Stand: Career Development and Transitions of Athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* 7 (4), 395–412. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671916>

STT. 2019. "Hurja suosio! Naisten jalkapallon MM-finaali tavoitti yli 1,1 miljoonaa suomalaista" <https://www.is.fi/jalkapallo/art-2000006166854.html> (viitattu 2.5.2023)

Suomen Olympiakomitea. 2023. Auditointikäsikirja. Huippu-urheilijamyönteinen korkeakoulu. Suomen Olympiakomitea 9.3.2023. [https://www.olympiakomitea.fi/uploads/sites/1/2023/03/74c12772-auditointikasikirja\\_humkk\\_9.3.2023.pdf](https://www.olympiakomitea.fi/uploads/sites/1/2023/03/74c12772-auditointikasikirja_humkk_9.3.2023.pdf)

Suomen Olympiakomitea 2024 (a). Kaksoisura <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/kaksoisura/> (luettu 6.1.2024)

Suomen Olympiakomitea 2024 (b). Huippu-urheilun verkostot <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/huippu-urheilun-verkostot/> (luettu 31.1.2024)

Suomen Olympiakomitea 2024 (c) Urheiluoppilaitokset: <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/kaksoisura/toinen-aste/urheiluoppilaitokset/> (luettu 31.1.2024)

Suomen Olympiakomitea 2024 (d). Korkea-aste <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/kaksoisura/korkea-aste/> (luettu 31.1.2024)

Suomen Olympiakomitea 2024 (e). Huippu-urheilu. <https://www.olympiakomitea.fi/huippu-urheilu/> (luettu 23.2.2024)

Suomen Palloliitto. 2018. Tyttömaajoukkueilla takana huikea viikko – ”Ei sattumaa”. Viitattu 9.1.2024. <https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/tyttomaajoukkueilla-takanahuikea-viikko-ei-sattumaa>

Suomen Palloliitto. 2020 a. Kestävää kasvua – Kehityssuunnitelma jalkapallon vahvistamiseksi naisten ja tyttöjen lajina. [https://editorial.uefa.com/resources/0266-11a50ce9646d-52855f56724d1000/kestavaa\\_kasvua\\_kehityssuunnitelma\\_jalkapallon\\_vahvistamiseksi\\_naisten\\_ja\\_tyttöjen\\_lajina\\_-\\_final\\_1\\_.pdf](https://editorial.uefa.com/resources/0266-11a50ce9646d-52855f56724d1000/kestavaa_kasvua_kehityssuunnitelma_jalkapallon_vahvistamiseksi_naisten_ja_tyttöjen_lajina_-_final_1_.pdf) (luettu 9.1.2024.)

Suomen Palloliitto 2020 b [https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1648711536-suomalaisen-jalkapallon-ja-futsalin-strategia\\_2020-24\\_2.pdf](https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1648711536-suomalaisen-jalkapallon-ja-futsalin-strategia_2020-24_2.pdf)

Suomen Palloliitto. 2021. <https://www.palloliitto.fi/ajankohtaista/ikimuistoiset-ottelut-suomi-ruotsi-1973-se-oli-jalkapalloa> (luettu 14.12.2023)

Suomen Palloliitto. 2023 a. Naisten osuus jalkapallon eri rooleissa, Selvitys nykytilanteesta Kevät 2023. [https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1690447072-naisten-maara-eri-rooleissa\\_selvityksen-yhteenveto\\_kevat-2023.pdf](https://www-assets.palloliitto.fi/62562/1690447072-naisten-maara-eri-rooleissa_selvityksen-yhteenveto_kevat-2023.pdf) (luettu 27.2.2024)

Suomen Palloliitto. 2023 b. <https://www.palloliitto.fi/maajoukkueet/helmarit?tab=joukkue> (luettu 13.12.2023)

Suomen Palloliitto. 2024. <https://www.palloliitto.fi/ajankohtaista/seurat-valittu-tyttöjen-ja-poikien-yhteisten-hybridikatemioiden-pilottivaiheeseen> (luettu 10.1.2024)

Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L. & Lindahl, K. 2015. Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise* 21:2015, 4–14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>

Statista. 2024. Total stadium attendance at the FIFA Women's World Cup from 1991 to 2023. <https://www.statista.com/statistics/1386762/womens-world-cup-total-attendance/> (luettu 16.1.2024.)

Suorsa, T. 2018. Kasvatuspsykologia monitieteisessä kokemuksen tutkimuksessa: kehityksen sosiaalinen tilanne ja perusteltu osallisuus elämisen näyttämöillä. Teoksessa Toikkanen J. & Virtanen I. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Lapland University Press, 85-108.

[https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63420/Kokemuksen\\_tutkimus\\_VI\\_Toikkanen\\_Virtanen\\_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63420/Kokemuksen_tutkimus_VI_Toikkanen_Virtanen_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Tervaniemi, A. 2021. Kaksoisura suomalaisessa jalkapallossa – opiskelun ja ammattilaisuran yhdistäminen. Itä-Suomen yliopisto. Pro gradu -tutkielma. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/22857>

Toikkanen, J. & Virtanen, I. 2018. Kokemuksen käsitteen ja käytön jäljillä. Teoksessa Toikkanen, J. & Virtanen, I. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Lapland University Press, 7-24.

Torpo, L. 2022. Suomalaisten naisjalkapalloilijoiden peliuran kestoon, jatkamiseen ja lopettamiseen vaikuttavat tekijät. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu - tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-202207263959>

Torregrossa, M., Pallarés, S., Chamorro, J. L., Ramis, Y., Latinjak, A., & Jordana, A. 2017. Career trajectories: the not always easy path to dual career. En BASES Conference 2017 - Programme and Abstracts, Journal of Sports Sciences (p. 106). [https://www.researchgate.net/publication/338515179\\_Career\\_trajectories\\_the\\_not\\_always\\_easy\\_path\\_to\\_dual\\_career](https://www.researchgate.net/publication/338515179_Career_trajectories_the_not_always_easy_path_to_dual_career)

Totro, M. 2020. Urheilijan kaksoisuran vaikutukset uratavoitteisiin – jalkapallouran ja tulevaisuuden työuran yhdistäminen. Turun yliopisto. Kauppakorkeakoulu. Pro gradu - tutkielma. <https://www.utupub.fi/handle/10024/149672>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuunainen, S. 2007. Naisjalkapallon seuratoimintaa 1970-luvulta lähtien. Teoksessa Y. Lautela & G. Wallén (toim.) Rakas jalkapallo. Sata vuotta suomalaista jalkapalloa. Helsinki: Teos, 235–253.

Tökkäri, V. 2018. Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Toikkanen, J. & Virtanen, I. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Lapland University Press, 64-84. [https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63420/Kokemuksen\\_tutkimus\\_VI\\_Toikkanen\\_Virtanen\\_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63420/Kokemuksen_tutkimus_VI_Toikkanen_Virtanen_pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (luettu 2.12.2023)

Vehviläinen, H. & Itkonen, H. (2009). Mimmiliigasta maailmalle. Tutkimus suomalaisen naisjalkapalloilun muutoksesta. Eura: Ilias Oy.

Vidal-Vilaplana, A., Valantine, I., Staskeviciute-Butiene, I., González-Serrano, M. H., Capranica, L., Calabuig, F. 2022. Combining sport and academic career: Exploring the current state of student-athletes' dual career research field. Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education. Volume 31, 2022. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2022.100399>.

Virolainen, M. 2007. Suomalainen Naisjalkapalloilu. Teoksessa Y. Lautela & G. Wallén (toim.) Rakas jalkapallo. Sata vuotta suomalaista jalkapalloa. Helsinki: Teos, 227–234.

Vuolle, P. 1977. Urheilu elämänsisältönä: menestyneiden urheilijoiden elämänura kilpailuvuosina. University of Jyväskylä. Studies in Sport, Physical Education and Health 10. Väitöskirja.

Wylleman, P., Reints, A. & De Knop, P. 2013. A developmental and holistic perspective on athletic career development. Teoksessa Sotiaradou, M. & De Bosscher, V. (toim.) Managing High Performance Sport. New York: Routledge, 159–182.

## Liitteet

LIITE 1:

Saatekirje

Hei!

Olemme ohjauksen maisteriopiskelijoita Itä-Suomen yliopistosta ja teemme parhaillaan pro-gradu tutkielmaa naisjalkapalloilijoiden kaksoisurista. Etsimme haastateltaviksi pääsarjatason naisjalkapalloilijoita, jotka opiskelevat tai ovat opiskelleet korkeakoulussa pelaamisen kanssa samanaikaisesti.

Tutkielmamme tarkoituksena on tutkia korkeakoulussa opiskelevien ja huipputasolla jalkapalloa pelaavien naisten antamia merkityksiä kaksoisuran toteuttamisesta sekä opintojen ja urheilun yhdistämisestä haastattelujen avulla. Haastattelut tehdään etäyhteyksin Microsoft Teamsin avulla ja haastattelut äänitetään litterointia ja aineiston analyysia varten. Lisäksemme aineistoa tulee lukemaan pro-gradu tutkielmamme ohjaaja Jussi Semi (Yliopisto-opettaja, Itä-Suomen yliopisto, kasvatustieteiden ja psykologian laitos). Tutkielman teon ajan aineistoa tullaan säilyttämään turvatussa ja lukollisessa tilassa salasanan takana. Haastattelussa mahdollisesti esiin nousevat henkilö- ja tunnistetiedot tullaan poistamaan haastatteluaineiston käsittelyssä, jolloin haastateltavien anonymiteetti säilyy. Haastattelun äänitallenteet ja siitä syntyvä tekstiaineisto tullaan hävittämään tutkielman valmistuttua.

Olisiko sinulla kiinnostusta osallistua haastatteluun? Arvioimme haastattelun kestoksi maksimissaan tunnin ja olemme joustavia ajankohdan suhteen. Osallistumalla tuet naisjalkapalloilijoiden kaksoisuriin liittyvää tutkimusta Suomessa. Jos olet kiinnostunut osallistumaan haastatteluihin tai jos sinulla on lisäkysymyksiä tutkielmaan liittyen, otathan yhteyttä meihin sähköpostilla.

Tutkimuksessa kerättävien tietojen käsittelystä saat halutessasi lisätietoa tutustumalla tutkimuksen tietosuojailmoitukseen, joka löytyy liitteestä.

Ystävällisin terveisin

Miika Pesonen

[Miikap@uef.fi](mailto:Miikap@uef.fi)

Markus Kuivalainen

[Markuku@uef.fi](mailto:Markuku@uef.fi)

LIITE 2:

Haastattelurunko:

Taustatiedot:

- koulutus, mitä opiskelet, missä vaiheessa sinulla on opinnot?
- kertoisitko lyhyesti lajitaustastasi?

Opiskeluun liittyvät kysymykset:

- kertoisitko opiskelutaustastasi
- mitä opiskelu merkitsee sinulle?
- kuinka paljon käytät aikaa opiskeluun viikossa?

Jalkapalloon liittyvät kysymykset:

- kertoisitko lyhyesti lajitaustastasi?
- mitä jalkapallo merkitsee sinulle?
- kuinka paljon käytät aikaa jalkapalloon viikossa?
- koetko/oletko kokenut epävarmuutta jalkapallourasi aikana kaksoisuralla?

Jalkapallon ja opiskelun yhdistämiseen liittyvät kysymykset:

- Kuinka olet kokenut jalkapallon ja opiskelujen yhdistämisen?
- Mitä kaksoisura sinulle merkitsee? Kuinka arvostat jalkapallo – ja siviiliuran toisiinsa nähden?
- Mikä on haastavinta kaksoisuran tekemisessä?
- Koetko että sinulle on ollut hyötyä opinnoistasi urheilussa ja päinvastoin?
- Oletko suunnitellut jalkapallouran jälkeistä aikaa?

Kaksoisuran toimintaympäristöön ja tukeen liittyvät kysymykset:



- Ketkä on sinulle merkityksellisiä tahoja kaksoisuran tekemisessä ja mistä saat tarvittaessa tukea?
- Koetko että koulun ja urheilun tukiryhmät tekevät yhteistyötä? Kummasta koet saavasi enemmän tukea ja keltä erityisesti?
- Koetko että apua on saatavilla, kun sitä tarvitsee? Jos olet tarvinnut apua, keneltä olet sitä hakenut?
- Koetko että kaksoisuran tarpeet ymmärretään oppilaitoksessasi ja urheiluympäristössäsi?
- Ymmärretäänkö urheiluympäristössä opintojen merkitys ja päinvastoin?
- Koetko että sinulla on mahdollisuus kehittyä urheilijana ja korkeakouluopiskelijana?
- Oletko joutunut joustamaan/karsimaan joko urheilusta tai opinnoista? Jos olet, niin miten?
- Koetko että urheilu- ja opiskelu ympäristössäsi pyritään kehittämään ja tunnistamaan urheilijoiden kaksoisuria?