

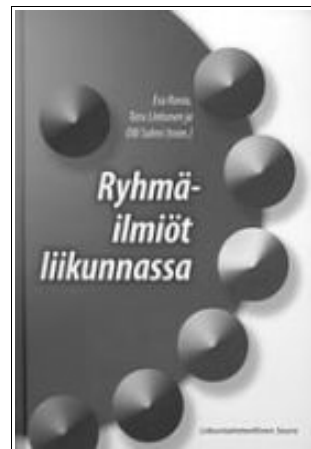
FL Marko Junkkarinen toimii amanuenssina Itä-Suomen yliopiston historia- ja maantieteiden laitoksella. Junkkarinen on omissa tutkimuksissaan keskittynyt aatehistoriallisiin teemoihin.

Liikunta ja ryhmät, mistä on oikein kyse

Juhani Tähtinen

Esa Rovio, Taru Lintunen ja Olli Salmi (toim.) 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Liikuntatieteellisen Seura julkaisuja nro 163. Helsinki. 338 s.

Esa Rovion, Taru Lintusen ja Olli Salmen toimittama teos *Ryhmäilmiöt liikunnassa* pureutuu nimensä mukaisesti tärkeään kysymyksen, johon ei juuri ole kiinnitetty huomiota liikunnan ja urheilun kentillä. Kysymyshän koskettaa lähes kaikkia liikunnan parissa toimivia, harrastajaliikunnasta huippu-urheiluun. Ryhmäilmiön ja -dynamiikan hylkeminen ei toki ole yksinomaan liikuntaan ja urheiluun liittyvä perisynti. Teoksessa haastetaan perinteistä ja tiukassa istuvaa ohjaus- ja valmennuskulttuuria, jossa lähdetään siitä, että hyvin urheilusuorituksiin päästään, kunhan satsataan lajiharjoitteluun ja pidetään huolta urheilijan tai urheilijoiden fyysisestä kunnosta. Tätä sopii kuitenkin epäillä! Toivottavasti käsillä oleva teos edistää osaltaan uusien ajattelutapojen läpilyöntiä urheilumailmassa, joka tunnetusti on hyvin skeptinen uusien, pehmeäksi haihatteluksi leimattujen, ajatusten suhteen. Olisikohan nyt korkea aika muuttaa tätä asennetta; voisivatko urheilusuorituksiin vaikuttaa monet muutkin tekijät kuin puhtaasti lajeihin ja fysiologiaan liittyvät lainalaisuudet?



Ryhmäilmiöt liikunnassa -teos tarjoaa tähän monipuolisena, asiaan keskittyvänä ja mallittisena teoksena erittäin hyvät eväät. Teoksen yksi lähtökohta on, että panostamalla varsinaisten liikunnallisten tavoitteiden ohessa ryhmien dynamiikkaan ja vuorovaikutukseen, tuetaan ryhmän kiinteyttä, toimivuutta ja urheilullisia tavoitteita. Tuskinpa liikunta- ja urheiluryhmiä voidaan tämän päivän kontekstissa rakentaa, ohjata ja tukea tarkoituksenmukaisesti ottamatta huomion ryhmien jäsenten yksilöllisiä tavoitteita ja ryhmään liittyviä prosesseja. Tässä suhteessa käsillä oleva teos on tervetullut lisä suomenkielisen liikunta- ja urheilupedagogisen ja valmennuskirjallisuuden kirjoon.

Liikuntaryhmien sisäiseen dynamiikkaan ja ryhmien sisäiseen vuorovaikutukseen liittyvän kysymyksen nostaminen kokonaisen kirjan aiheeksi on perusteltua, harrastetaanhan liikuntaa ja urheilua yleisesti juuri erilaisissa ryhmissä ja seuroissa. Niiden sisäinen dyna-

miikka ja toimivuus perustuvat pitkälti jäsenten välisiin vuorovaikutussuhteisiin ja yhteiseen toimintaan sitoutumiseen. Näihin liittyvät, usein tiedostamattomat, tekijät vaikuttavat monella tavalla ryhmien toimintaan, urheilijoihin kohdistuviin odotuksiin ja henkilösuhteisiin, kuten Taru Lintunen ja Esa Rovio kirjan johdantoluvussa tuovat hyvin esille. Heidän mukaansa ryhmän toimintaan ja sosiaaliseen koheesioon vaikuttavista tekijöistä jopa suurin osa on näkymättömiä ja tiedostamattomia asenteita, arvoja, tapoja ja tunteita. Näillä kaikilla on oma merkityksensä ryhmään toimivuuteen, eivätkä ne aina suinkaan ole yhtä ryhmän julkilausutun tavoitteen kanssa. Tämä koskee myös huippu-urheilua, ei vain lasten ja nuorten harrastustoimintaa, jossa joukkueisiin kohdistuvat suorituspainet. epäonnistumisen pelko ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvät ongelmat voivat kasvaa joskus liian suuriksi ja ahdistaviksi. Edellä sanotusta tuoreena esimerkkinä on saksalaisen huippumaalivaardin Robert Enkenin, jota kalvoi pitkän sairauden vuoksi muun muassa epäily oman pelitason riittävydestä ja paikasta maansa maajoukkueen maalivahtina, dramaattinen elämän päättyminen viime vuoden puolelta.

Huomion kiinnittäminen ryhmäprosesseihin ei ole siis tyhjänpäiväistä hienostelua, koska jos näihin liittyviä mahdollisia ongelmia ei kyetä ryhmässä käsittelemään, heijastuvat ne helposti negatiivisesti ryhmän ilmapiiriin ja heikentävät myös sen tai sen jäsenten urheilusuorituksia. Teoksen kirjoittajat viittaavat tähän muun muassa ryhmien kaksoistavoitekäsitteellä tai tehtävä- ja prosessitavoitteilla, jolla tarkoitetaan juuri sitä, että ryhmällä on perustavoitteen lisäksi ryhmän kiinteyten ja tunnepuoleen liittyviä tavoitteita. Miksi tätä yhteyttä on vaikea hyväksyä, vaikka molemmat elementit tähtäävät samaan eli mahdollisimman hyvään ja korkeatasoisen suoritusasteen saavuttamiseen? Usein urheilijan tai urheilijajoukkueen alisuoriutumisen syyt voivat johtua juuri siitä, että ryhmän tunnetasoon tai ryhmän sisäisiin vuorovaikutussuhteisiin liittyy ongelmia, eikä valmentaja ole oikein ajan tasalla tehtäviensä suhteen. Ryhmistä vastaavien olisi tärkeä tuntee lajinsa ”lainalaisuuksien” lisäksi ihmisten ryhmäkäyttäytymisen lainalaisuuksia, sillä ryhmän vuorovaikutus ja dynamiikka muodostuu erilaisista yksilöiden välisistä valta-, normi-, kommunikaatio-, rooli- ja tunnesuhteista. Tässä suhteessa Rovion, Lintusen ja Salmen toimittama teos antaa rautaisannoksen kaikille, jotka ovat kiinnostuneita näistä kysymyksistä.

Rakenteessa toivomisen varaa

Tässä ei ole mahdollisuutta käsitellä teoksen kaikkia tekstejä yksitellen, vaan on tyydyttävä yleiseen kuvaukseen ja kommentointiin. Teoksessa on kolme isoa päälukua ja lisäksi johdanto-osa, joka vie lukijan hienosti sisään liikunnan ryhmäilmiöihin ja avaa sosiaalipsykologian keskeisiä käsitteitä ja tarkastelukulmia. Ensimmäinen kokonaisuus on omistettu ryhmäkäyttäytymisen ja sosiaalipsykologian yleisille peruslainalaisuuksille. Ylipäätään teoksen perusajatuksia on, että ihmisen käyttäytymistä, myös ryhmäkäyttäytymistä, määrittelevät tietyt lainalaisuudet, jotka ryhmän ohjaajien, valmentajien ja opettajien – ja miksei ryhmän jäsentenkin – olisi hyvä tuntee. Toisen kokonaisuuden alla luodetaan ryhmätoiminnan perusolottuvuuksia, tavoitteellisuutta, ryhmän koheesioon ja ryhmän sisäiseen vuorovaikutukseen vaikuttavia tekijöitä. Tässä osassa tulee esiin liikuntaryhmien toiminta ja näiden ohjaus. Kirjan kolmas osa-alue sisältää ryhmätoiminnan kehittämisen ja soveltamisen. Tämä kokonaisuus nojautuu pitkälti yritys- ja organisaatiopsykologiasta sekä työnohjauksesta ja ehkä jopa terapiamaalimaistakin saatuihin vaikutteisiin. Tekijät hyödyntävät erityisesti viime vuosina kovassa huudossa olleet oppivan organisaation, organisaation kehittämisen ja johtamisen teorioita ja tiimityöskentelymalleja.

Varsinaisten tekstien lisäksi teoksessa on erilaisia pieniä tapausesimerkkejä, tietolaatikoita sekä harjoituksia ja tehtäviä. Vaikka aluksi vierastinkin näitä lähes joka sivulla olevia esimerkkejä ja tietoisukuja, alkoi niiden merkitys avautua minulle, mitä pidemmälle tutustuin kirjaan. Ilman niitä teoksen eri tekstit eivät toimisi niin hyvin kuin ne nyt toimivat. Kaikkiaan teoksessa on lähes kolmesataaviisikymmentä sivua tiuhasti painettua tekstiä. Tuhti paketti, jonka lukemiseen on syytä varata aikaa. Itselläni vei teoksen lukeminen monta päivää. Välillä olin jopa jättämässä luennan kesken, kun eri tekstit tuntuivat jotenkin toistavan samoja asioita. Palaan vielä tuonnempana tähän problematiikkaan, joka on melko yleinen ongelma koostekirjoissa. Nehän rakentuvat enemmän tai vähemmän kunkin kirjoittajan omiin tutkimus- ja vahvuusalueisiin. Onneksi en kuitenkaan lopettanut lukemista, sillä loppujen lopuksi teos on tietyistä puutteista ja raskaslukuisuudesta huolimatta erittäin antoisa ja ajatuksia herättävä. Ehkä onkin niin, että parhaat luku- ja oivalluskokemukset saavat sellaisista teksteistä, jotka vaativat vähän enemmän lukijalta.

Monitieteellinen näkökulma ryhmädynamiikkaan ja ryhmän toimivuuteen

Ryhmäilmiöt liikunnassa -teoksen tekstit ovat pääosiltaan Jyväskylän yliopiston liikuntatieteiden laitoksella toteutettujen professori Taru Lintusen vetämien liikunnan ryhmäilmiötutkimushankkeiden satoa. Useimmat teoksen yhdeksästä kirjoittajasta ovat tämän laitoksen tutkijoita tai tutkimushankkeissa mukana olleita. Tässä suhteessa lukija voi olla varma, että kirjan esitykset nojaavat ajan uusimpiin sosiaalipsykologian teorioihin ja ryhmädynamiikan tutkimuksiin. Välillä tosin tuli mieleeni, pitikö tämäkin trendikäsitemäinen tulkintatraditio nosta kehii. Ryhmäilmiöitä tulkitaan, kuten sosiaalipsykologiassa yleensäkin, moneen tieteenalaan ja tutkimustraditioon nojautuen: Sosiaalipsykologiseen ryhmädynamiikkaan, vuorovaikutustutkimukseen ja liikuntapsykologiaan liittyvien teorioiden ohessa tulkintoja rakennetaan muun muassa yritys- ja organisaatiopsykologian, ja muun psykologisen, kasvatustieteellisen ja sosiologisen teoria- ja tutkimustradition, perustalle. Myös motivaatio-, oppimis- ja toimintatutkimuksen traditiot ovat antaneet virikkeitä kirjoittajille, kuten myös konstruktivinen oppimiskäsitys sekä sosiokonstruktivistinen ja psykodynaaminen traditio. Eri teksteissä näitä painotetaan luonnollisesti eri tavalla, mutta yleisenä lähtökohtana nämä, kuten myös systeemiteoreettinen lähestymistapa, ovat enemmän tai vähemmän suoraan luettavissa kaikista teksteistä. Listaa voisi jatkaa vielä vaikkapa ratkaisukeskeisyyden ja voimaannuttamisen (empowerment) peruslähtökohdilla. Kirjassa pyritään, kuten nykyään monella muullakin tieteenalalla, korostamaan perinteisen ongelmakeskeisen ajattelun sijaan positiivisempia ja muutokseen pyrkiviä tulkintaperinteitä. Nämä kaikki lähestymistavat – ehkä joitain vahvasti yritys- ja organisaation kehittämiskulttuurista nousevia esityksiä lukuunottamatta – ovat varmasti perusteltuja ryhmän dynamiikkaa, luonnetta ja toimintaa avattaessa.

Kirjan monipuolinen ja kirjava tulkintakehikoiden käyttö panee lukijan kovalle, varsinkin kun näitä ei avata kirjan johdantoluvussa kovin systemaattisesti. Lukijan on aika vaikeaa hahmottaa eri teksteissä lyhyesti nostettujen käsitteiden sisältöä ja merkitystä kokonaisuuden kannalta. Onneksi monia keskeisiä käsitteitä tai lähestymistapoja selvitetään tietolaatikoissa. Silti jään vähän ihmettelemään valitun esitystavan tarkoituksenmukaisuutta. Ainakin itse koin harmistusta ja tuntuu, ettei teksteissä oikein päästy eteenpäin ja syvemmälle, vaan sorruttiin toistamaan samoja lähtökohtia vähän eri sanoin. Tämä on harmi, koska todellisuudessa asia ei ole ihan näin. Jokaisessa tekstissä on kyllä oma selvä fokuksensa, kunhan näitä jaksaa rauhassa ja syventyen lukea sekä keskustella niiden kanssa.

Vahvemman teoreettisen esityksen ja tekstin jäsentelyn lisäksi olisin kaivannut, että teoksen alussa olisi avattu laajemmin liikunnan ja urheilun, liikuntaseurojen, koululiikunnan ja näihin ohjaukulttuuriin liittyviä traditioita. Niinpä pelkona on, että lukijat lukevat teoksen pohtimatta, onko liikunnansektorilla tai tähän liittyvissä ohjaustraditioissa jotain, joka erityisesti hylkii tämänlaisia uudistuksia. Toki eri teksteissä avataan jonkin verran tätä kysymystä, mutta aika olemattomaksi tämä kokonaisuudessaan jää. Itse ajattelen, että todellisen muutoksen aikaansaaminen edellyttää, että jotain pitää. Olisiko ollut suotavaa pohtia myös, miksi olemme yleensä nihkeitä uusille ajatuksille ja käytännöille. Tästä pienestä kritiikistä huolimatta teoksessa esitetty laaja-alainen, systeemiteoreettista ja ryhmädynamiikan näkökulmia korostava, perusasetelma saa minut vakuuttuneeksi siitä, että tähän suuntaan kannattaisi liikunnankin kentillä askeltaa. Tältä pohjalta tuntuisi aika turvalliselta, joskin myös haasteelliselta, lähteä kehittämään ryhmien toimintaa ja sisäistä vuorovaikutusta.

Ryhmän, yksilöiden ja ohjauksen monisyinen yhtälö

Kirjassa ryhmien toimintaa tulkitaan yhteisöllisenä prosessina, johon vaikuttaa psykodynaamisen tradition mukaan ryhmän jäsenten ja elämänhistoria. Ryhmänjäsenten menneisyyden nähdään vaikuttavan siihen, miten he kokevat ja tulkitsevat nykyisyyden ja ryhmän toiminnan. Ryhmän ohjaajien olisi otettava toiminnassaan huomioon sekä ryhmä että yksilönäkökulmat. Osa näistä tulkinnoista ja ryhmän sisäisistä prosesseista on tiedostamattomia. Niinpä ryhmän ohjaajan ja valmentajan tehtävä ei ole helppo. Onneksi, kuten kirjassa korostetaan, ohjaustoiminta on opittavassa, kun siihen vain panostaa aikaa ja energiaa. Tämä koskee myös ryhmäkäyttämisen ja vuorovaikutuksen aakkosia ja perusteita. Kun ohjaaja ymmärtää näitä, hän voi omilla ohjausteoillaan edesauttaa ongelmien ratkaisemista ja vahvistaa ryhmän toimintaa. Ylipäätään ohjaustoiminnan on hyvä olla tavoitteellista ja reflektointia, mikä edellyttäisi sitä, että toiminta nojaisi tältä osin johonkin pohdittuun filosofispohjaiseen ja ryhmäkäyttämisen lainalaisuuksiin nojautuvaan kehittämismalliin. Ainakin näin asia kirjassa esitetään. Tämä vaade ja ryhmädynamiikan perusteiden hallitsemisvaade saattavat kuitenkin olla liikaa tavallisille käytännön liikuntaseuraohjaajille. Käytännössä tavallinen maalaisjärjen käyttö sekä pohtiva, kuunteleva ja kaikkia kunnioittava asenne johtaa varsin hyvin tuloksiin. Näitä asioita ei ehkä kannattaisi liiaksi mystifioida, kuten tieteen parista tulevilla on ehkä usein tendenssi tehdä. Kuitenkin, kuten kirjassakin korostetaan, on varmaa, että ryhmän ohjaajat hyötyisivät siitä, että he pyrkisivät käsitteellistämään oman toimintansa. Tällaiset mallit yksinkertaistavat monisyisiä asioita ja auttavat havainnollistamaan, mihin kulloinenkin toiminta perustuu. Tässä mielessä olisi tärkeätä, että jokaisella ohjaajalla on jonkinlainen tiedostettu oma käyttöteoriasensa. Samalla tämä avaisi, kuten teoksessa korostetaan, yhden keskeisen tien uuden oppimiselle ja ammatilliselle kehittymiselle.

Kaiken kaikkiaan ryhmien ohjaajilla ja vastaavilla on suuri vastuu siitä, että ryhmistä tulee toimivia ja ”terveitä”, niin että niissä vallitsee turvallinen, avoin ja eteenpäin menevä ilmapiiri. Samalla kannattaa muistaa, että ryhmien kehittäminen vaatii aikaa, kuten korkeatasoisten urheiluasuoritustenkin saavuttaminen. Tämä ei ole helppo tehtävä, siksi *Ryhmäilmiot liikunnassa* -teoksen soisi löytävän lukijansa paitsi valmentajien, ohjaajien ja liikunnan opettajien sekä alan opiskelijoiden myös kaikista niistä, jotka ovat liikunta- ja urheiluseuratoiminnassa mukana. Niidenkin, jotka periaatteessa vastustavat kaiken tällaisen pehmoilun tuomista liikunnan kilpailulle olisi hyvä lukea tämä kirja. Lukekaa teos, haasta-

kaa sen esityksiä ja virittääkää aiheesta keskustelua – vastaan tai puolesta –, sitä liikunta- ja urheilupiireissä ei ole koskaan liikaa!

Juhani Tähtinen työskentelee erikoistutkijana Turun yliopiston kasvatustieteiden laitoksella.

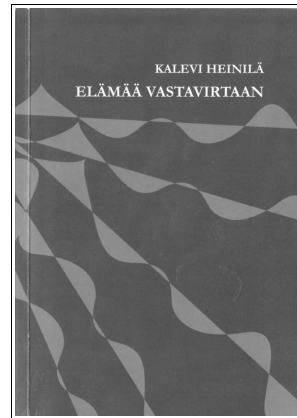
Vastavirtaan, muttei vastarannan kiiskanä

Raimo Hovi

Kalevi Heinilä 2009. Elämää vastavirtaan. Kirja kerrallaan (omakustanne), Helsinki. 208 s.

Kalevi Heinilän *Elämää vastavirtaan* on nimensä mukaisesti vahvan kritiikin ryydittämä teos, jossa urheiluun, tiedepoliittikkaa ja yhteiskuntaa yleisemminkin koskevia kiistakysymyksiä pohditaan vuosien varrella kertyneiden kannanottojen ja niistä poimittujen näytteiden välityksellä. Kirjan loppuun on sijoitettu joukko elämäntilanteisiin liittyneitä sattumuksia, kuten presidenttien Rytin, Kekkonen ja Koiviston kohtaamiset, joiden kirjoittaja toivoo antavan lukijalle jonkinlaista piristettyä asiapitoisempaa tekstiä oheen.

Vanhuuden ja yksinolon ehdoilla tekijä sanoo tarkkailevansa tätä hektistä maailmanmenoa pyrkien löytämään ympärillä vellovasta kaoksesta edes jotain edistykseen ja kestävään kehitykseen viittaavaa. On sanomattakin selvää, että kirjoittajan runsas ja monipuolinen elämäntilanne, johon sisältyvät muun muassa sota, liikunnan ja urheilun järjestötohtorit, liikuntatieteellinen tutkimus ja Jyväskylän yliopiston rehtorina vietetty aika, antaa vankan perustan kirjan pohdinnoille.



Liikunnallista pohdiskelua vauvasta vaariin

Välittömästi sotien päättymisen jälkeen ruumiinkulttuurin kenttää koetteli muutosprosessi, jonka seurauksena kuntoliikunta saavutti yleisesti tunnustetun aseman perinteisen kilpa- ja huippu-urheilun rinnalla. Jo 1950-luvulla esille nostettiin ns. kansanurheilun käsite, jolla haluttiin korostaa, kuinka tärkeää on saada koko kansa liikuntaa harrastamaan. Myöhemmin liikuntaa ryhdyttiin massojen ja joukkojen mobilisoinnin sijasta yksilöllistämään ja suuntamaan erilaisten väestöryhmien tarpeiden mukaan. Heinilän mukaan liikunnan merkitys hyvinvoinnin ylläpitäjänä vauvasta vaariin sai yleisen hyväksynnän viimeistään vuonna 1966, jolloin Niemen toimikunta nosti kuntoliikunnan perinteisen kilpaurheilun rinnalle. Liikunnasta haluttiin tehdä kansalaisoikeus, joka kuuluu jokaiselle suomalaiselle ikään, sukupuoleen, varallisuuteen, asuinpaikkaan katsomatta. Tämä tavoite sai sinetinsä vuoden 2000 perustuslaissa, jossa liikunta hyväksyttiin muiden sivistyksellisten oikeuksien rinnalle yhdeksi kansalaisten perusoikeuksista.