

**Lasten ja nuorten parissa toimivien
valmentajien kokemat esteet sekä
avun tarpeet päihteistä puhumiselle
urheiluseuratoiminnassa**

© Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2024
Teksti: Jari Hättinen

Selvitys on osa EHYT ry:n SPORTTI-hanketta
Lue lisää: ehyt.fi/sportti

Esipuhe

- Terveyttä edistetään siellä, missä ihmiset elävät jokapäiväistä elämäänsä. Urheiluseuroilla on toimintaympäristöinä suuri mahdollisuus terveyden edistämiseksi, sillä ne tavoittavat ison osan väestöstä. Esimerkiksi 9-15-vuotiaista suomalaislapsista 58 % harrastaa urheiluseuroissa. Urheiluseurojen terveyden edistämistoimien aktiivisuuden on kuitenkin todettu olevan varsin vähäistä. Eurooppalaistutkimuksessa alle 20 % seuroista luokiteltiin terveyttä edistäviksi (1-7). Seurojen terveyden edistämistoimien esteeksi on nähty se, ettei terveyden edistäminen kuulu seurajohdon prioriteetteihin. Seurat keskittyvät toiminnassaan yleensä mieluummin urheilijoiden suorituskyvyn parantamiseen, kuin terveyden edistämiseen. Lisäksi seurojen terveyden edistämistoimien esteinä on nähty seuratoimijoiden tiedon puute, seuratoiminnan vapaaehtoisuuteen perustuva luonne, seurojen henkilökunnan vaihtuvuus sekä puutteet seurojen kirjaamissa toimintasäännöissä ja toimintatavoissa. On myös todettu, että liikunnan harrastamisen mahdollistaminen koetaan seuroissa automaattisesti terveyttä edistäväksi toiminnaksi, mikä koetaan usein riittäväksi toiminnaksi ja minkä vuoksi muut terveyden edistämistoimet ovat jääneet seuroissa vähäisemmiksi (7-11).
- Päihteettömyyden turvaaminen alaikäisten urheiluseuratoiminnassa on Olympiakomitean vastuullisuusohjelman ja urheiluyhteisön Reilun Pelin eettisten periaatteiden mukaisesti kiinteä osa turvallisen toimintaympäristön luomista seuroissa, sekä seuroissa harrastavien lasten ja nuorten kasvun tukemista terveellisiin elintapoihin (12,13). Keskeisenä haasteena päihteettömän urheiluseuratoiminnan edistämiseksi nähdään päihteistä puhuminen seuratoiminnassa. Päihteiden käyttöön liittyvä keskustelu ja ohjaus näyttävät jääneen urheiluseuroissa vähäiselle huomiolle. Valmentajien ohjauksen on todettu keskittyvän päihteiden sijaan yleensä muihin urheilullisten elintapojen teemoihin, kuten uneen ja ravintoon. Esimerkiksi salibandya harrastavista nuorista 14 %:lle oli kerrottu urheiluseurassa nuuskan haitoista. EHYT ry:n SPORTTI-hankkeen ensimmäisessä selvityksessä 33 % aikuisista seuratoimijoista raportoi, että päihteiden käyttöön liittyviin ongelmiin puututaan joukkueessa tai seurassa informoimalla nuoria päihteiden haitoista ja 31 % raportoi, että ongelmiin puututaan henkilökohtaisilla keskusteluilla nuorten kanssa. Ongelmiin puuttumisen lisäksi päihdekeskustelua tulisi seuroissa kehittää erityisesti siihen suuntaan, että päihteet otetaan puheeksi jo ennen kuin ongelmia havaitaan. Seuroissa käytävän päihdekeskustelun onkin nähty olevan tyyppillisesti reaktiivista, eli nuorten kanssa keskustellaan päihteistä siinä vaiheessa, kun päihteiden on havaittu aiheuttaneen ongelmia, sen sijaan, että päihteistä puhuttaisiin preventiivisesti, eli ongelmia ennaltaehkäisevästi (6, 14-18).
- SPORTTI-hankkeen toisen selvityksen tarkoituksena oli selvittää, mitä esteitä lasten ja nuorten parissa toimivat valmentajat kokevat päihteistä puhumiselle ja millaista apua he kokevat tarvitsevansa, jotta päihteet olisi jatkossa helpompi ottaa seurassa puheeksi. Kiitämme niitä lähes 300 valmentajaa, jotka vastasivat kyselymme ja siten mahdollistivat selvityksen tulokset. Tämän nyt käsissä olevan raportin myötä haluamme kannustaa kaikkia valmentajia tukemaan urheiluvien lasten ja nuorten päihteetöntä kasvua ottamalla päihteet ennaltaehkäisevästi puheeksi osana terveellisten ja urheilullisten elintapojen kokonaisuutta. Tässä työssä apunasi toimivat SPORTTI-hankkeen maksuttomat työkalut ja materiaalit, jotka saat käyttöösi osoitteesta ehyt.fi/sportti.

Sisältö



1. Valmentajien kokemat esteet ja avun tarpeet päihteistä puhumiselle.....	6
1.1 Vastaajien perustiedot.....	7
1.2 Tulokset: valmentajien kokemat esteet päihteistä puhumiselle	8
1.3 Tulokset: valmentajien kokemat avun tarpeet päihteistä puhumiselle	9
2. Yhteenveto.....	10
2.1 Tulokset: yhteenveto	11
Lähteet.....	12

1. Valmentajien kokemat esteet ja avun tarpeet päihteistä puhumiselle

1.1 Vastaajien perustiedot

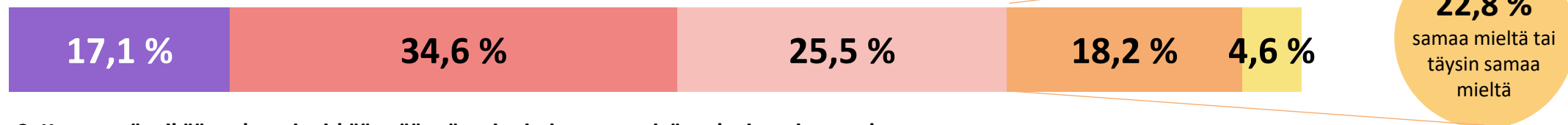
- Valtakunnallisen kyselyn kohteena olivat 12–17-vuotiaiden jalkapallon, jääkiekon, koripallon, lentopallon ja salibandyn parissa toimivat valmentajat.
- Kyselyä varten luotiin uusi digitaalinen kyselylomake.
- Kyselyyn vastattiin anonyymisti 20.11.2023–31.12.2023 välisenä aikana.
- Yhteensä 286 valmentajaa vastasi kyselyyn.
- 90 % vastaajista toimi jääkiekon tai koripallon parissa ja loput (10 %) vastaajista toimi jalkapallon, lentopallon tai salibandyn parissa.
- Valtaosa (80 %) vastaajista oli miehiä ja enemmistö (70 %) vastaajista valmensi poikien sarjassa pelaavaa joukkuetta.



1.2 Tulokset: valmentajien kokemat esteet päihteistä puhumiselle ^{1/2}

Valmentajien yleisimmin kokemat esteet (väittämät, joissa >10 % valmentajista oli samaa mieltä tai täysin samaa mieltä)

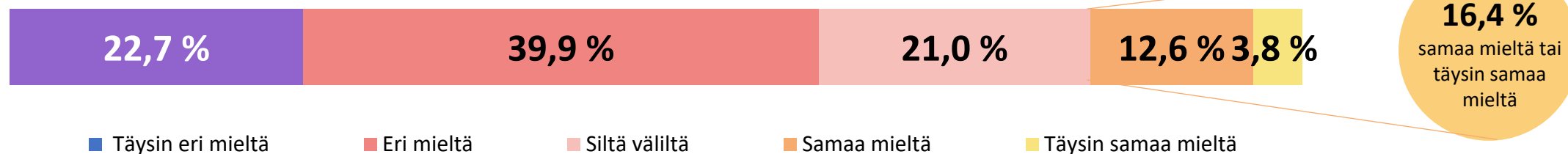
1. Koen, ettei valmentajan tehtävässä käytettävissä oleva aika riitä puhumaan päihteistä.



2. Koen, että mikään taho tai mitkään säännöt tai toimintatavat eivät velvoita minua puhumaan päihteistä – päihteiden huomioiminen seurassa perustuu vapaaehtoisuuteen



3. Koen, etten itse halua ottaa päihteitä puheeksi, mutta voisin antaa jonkun toisen puhua niistä valmennettavilleni.



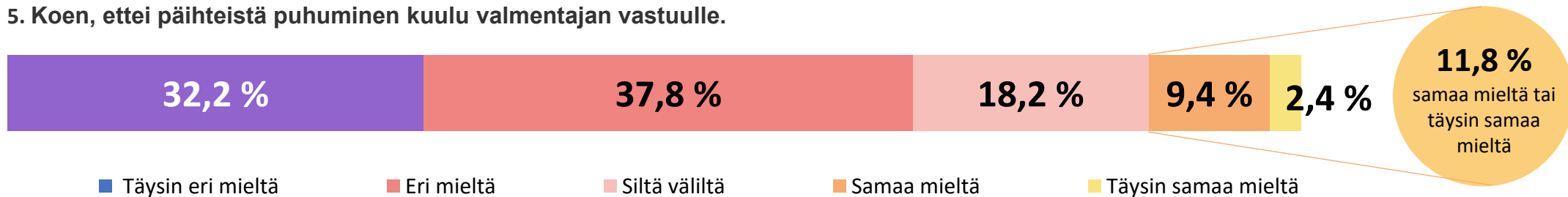
■ Täysin eri mieltä ■ Eri mieltä ■ Siltä väliltä ■ Samaa mieltä ■ Täysin samaa mieltä

1.2 Tulokset: valmentajien kokemat esteet päihteistä puhumiselle ^{2/2}

4. Koen, ettei tietoa päihteistä ole riittävästi tai riittävän helposti saatavilla valmentajan tarpeisiin.



5. Koen, ettei päihteistä puhuminen kuulu valmentajan vastuulle.



Avovastauksissa mainittuja esteitä:

"Päihteiden käyttöä tai siitä puhumista ei ole edes harkittu joukkueessamme koska se tuntuu kaukaiselta asialta meidän urheilutapahtumissa eikä asia ole tullut millään tavoin esiin."

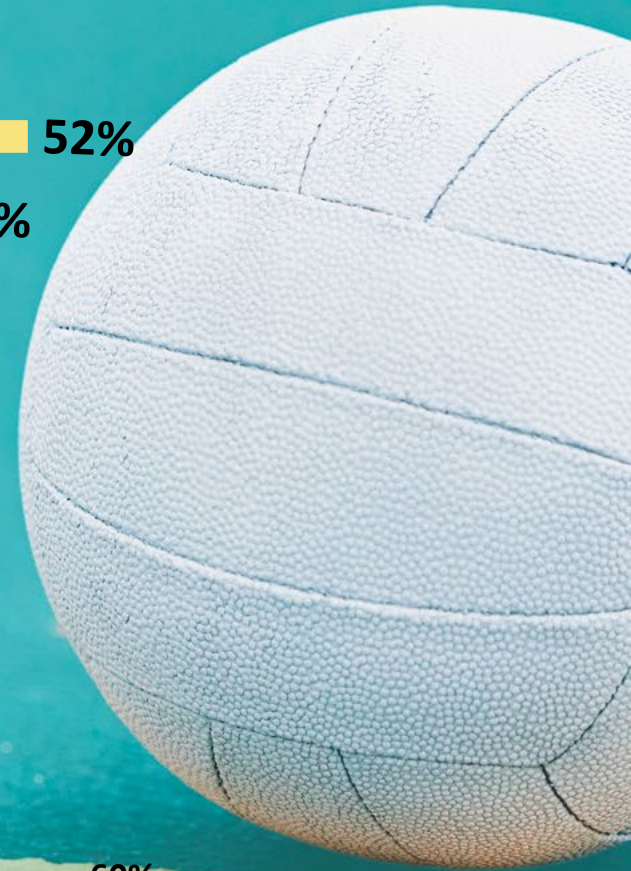
"Päihteistä puhuminen ei ole tullut mieleen. Terveellisiä elämäntapoja kyllä opetetaan muuten (uni, ravinto, jne.)".

"Seuran toimesta ei ole toimintamallia tähän, valmentajan vastuulle jätetään liikaa itse päätettäviä asioita."

"Sopivan tilanteen löytäminen päihteistä puhumiseen. Asia on jonkin verran sensitiivinen ja vaatii oikean hetken asian ottamiseksi esille."

1.3 Tulokset: valmentajien kokemat avun tarpeet päihteistä puhumiselle

Koen tarvitsevani seuraavanlaista apua päihteistä puhumiselle



2. Yhteenveto

2.1 Tulokset: yhteenveto

- Tämän kyselyn perusteella urheiluseuroissa näyttäisi olevan laajasti ”esteetöntä maaperää” päihteistä puhumiselle, sillä jokaisen kyselyssä esitetyn väittämän kohdalla suurin osa valmentajista ei kokenut väittämää esteeksi päihteistä puhumiselle.
- Yleisimmiksi esteiksi päihteistä puhumiselle valmentajat kokivat ajan puutteen sekä sen, ettei valmentajaa veloiteta puhumaan päihteistä. Kyseisten väittämien kohdalla vajaa neljännes (22,8 %) valmentajista oli samaa mieltä tai täysin samaa mieltä, ettei valmentajan tehtävässä käytettävissä oleva aika riitä puhumaan valmennettaville päihteistä. Lähes viidennes (19,6 %) valmentajista koki esteenä, ettei mitkään rakenteet, säännöt tai toimintatavat velvoita puhumaan päihteistä, vaan päihteistä puhuminen perustuu omassa seurassa vapaaehtoisuuteen.
- Valmentajien kokemista avun tarpeista päihteistä puhumiselle nousivat kyselyssä yleisesti esiin nuorten urheilijoiden ”itseoppimiseen” ohjaavat avun tarpeet, sillä yli puolet (52 %) valmentajista koki nuorille suunnatun ulkopuolisen asiantuntijan tietoisuuden tarpeelliseksi ja 23 % koki nuorille suunnatun verkkokurssin tarpeelliseksi. Valmentajille itselleen suunnatuista avuista tarpeellisimmiksi koettiin valmiit sähköiset materiaalit (43 % valmentajista) ja valmiit printtimateriaalit (29 % valmentajista) päihteistä.

Lähteet

- (1) World Health Organization. (2023). Health Promotion. Healthy Settings. Verkkosivu. [who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/healthy-settings](https://www.who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/healthy-settings).
- (2) Geidne, S., Quennersyedt, M. & Eriksson, C. (2013). The youth sports club as a health promoting setting: An integrative review of research. *Scandinavian journal of public health*, 41(3), 269-283.
- (3) Rhodes, R. E., Janssen, I., Bredin, S. S., Warburton, D. E. & Bauman, A. (2017). Physical activity: Health impact, prevalence, correlates and interventions. *Psychology & health*, 32(8), 942-975.
- (4) Kokko, S. & Martin, L. (toim.) (2023) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1.
- (5) Geidne, S., Kokko, S., Lane, A., Ooms, L., Vuillemin, A., Seghers, J., Koski, P., Kudlacek, M., Johnson, S. & Van Hoye, A. (2019). Health Promotion Interventions in Sports Clubs: Can We Talk About a Setting-Based Approach? A Systematic Mapping Review. *Health Education & Behavior*, 46(4), 592-601.
- (6) Kokko, S., Villberg, J. & Kannas, L. (2015). Health promotion in sport coaching: Coaches and young male athletes' evaluations on the health promotion activity of coaches. *International Journal of Sports Sciences and Coaching* 10: 339–352.
- (7) Meganck, J., Scheerder, J., Thibaut, E. & Seghers, J. (2015). Youth sports clubs' potential as health-promoting setting: Profiles, motives and barriers. *Health education journal*, 74(5), 531-543.
- (8) Casey, M., Harvey, J., Eime, R. & Payne, W. Examining changes in the organisational capacity and sport-related health promotion policies and practices of State Sporting Organizations. *Ann Leisure Res.* 2012;15(3):261–76.
- (9) Kingsland, M., Wolfenden, L., Tindall, J., Rowland, B., Sidey, M., McElduff, P. et al. Improving the implementation of responsible alcohol management practices by community sporting clubs: A randomised controlled trial. *Drug Alcohol Rev.* 2015;34(4):447–57.
- (10) Ooms, L. & Veenhof, C. Factors facilitating and inhibiting implementation of easy accessible sporting programs. *J Sci Med Sport* 2012;15:S86.
- (11) Van Hoye, A., Heuzé, J., Larsen, T., & Sarrazin, P. (2016). Comparison of coaches' perceptions and officials guidance towards health promotion in French sport clubs: A mixed method study. *Health education research*, 31(3), 328-338.
- (12) Urheillaan ihmisiksi. Vastuullisuus Olympiakomiteassa. 2024. olympiakomitea.fi/uploads/sites/1/2024/01/ab800d43-suomen-olympiakomitea_vastuullisuusohjelma.pdf
- (13) Reilu Peli – urheiluyhteisön eettiset periaatteet. 2021. olympiakomitea.fi/uploads/2021/11/a49b971c-reilu-peli-2021.pdf
- (14) Kokko, S., Kannas, L., Villberg, J. & Ormshaw, M. (2011). Health promotion guidance activity of youth sports clubs. *Health education (Bradford, West Yorkshire, England)*, 111(6), 452-463.
- (15) Ng, K., Mäkelä, K. J. J., Parkkari, J., Kannas, L., Vasankari, T., Heinonen, O. J., Savonen, K., Alanko, L., Korpelainen, R., Selänne, H., Villberg, J. & Kokko, S. (2017). Coaches' Health Promotion Activity and Substance Use in Youth Sports. *Societies*, 7(2), Article 4.
- (16) Van Hoye, A., Heuzé, J-P., Van den Broucke, S. & Sarrazin, P. (2016). Are coaches' health promotion activities beneficial for sport participants? A multilevel analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport* 19: 1028-1032.
- (17) Pelto-Arvo, R. & Palomäki, S. (2017). Nuorten salibandypelaajien nuuskan käyttö ja siihen yhteydessä olevat tekijät. *Liikunta ja tiede*, 54(6), 73–80.
- (18) EHYT ry 2022. Valmentajien ja muiden urheiluseuratoimijoiden tiedot ja mielipiteet nuorten urheilijoiden digi- ja rahapelaamisesta sekä päihteiden käytöstä -selvitys.