KYSELYLOMAKE: FSD3841 LIIKUNNAN JA URHEILUN AMMATTILAISTEN VUOROVAIKUTUSTYYLIT: KYSELY KOULUTUKSEEN OSALLISTUNEILLE 2022

QUESTIONNAIRE: FSD3841 INTERACTION STYLES OF SPORT AND EXERCISE PROFESSIONALS: SURVEY FOR TRAINING PARTICIPANTS 2022

TÄMÄ KYSELYLOMAKE ON OSA YLLÄ MAINITTUA YHTEISKUNTATIETEELLISEEN TIETOARKISTOON ARKISTOITUA TUTKIMUSAINEISTOA.

KYSELYLOMAKETTA HYÖDYNTÄVIEN TULEE VIITATA SIIHEN ASIANMUKAISESTI LÄHDEVIITTEELLÄ.

THIS QUESTIONNAIRE FORMS A PART OF THE ABOVE MENTIONED DATASET, ARCHIVED AT THE FINNISH SOCIAL SCIENCE DATA ARCHIVE.

IF THE QUESTIONNAIRE IS USED OR REFERRED TO IN ANY WAY, THE SOURCE MUST BE ACKNOWLEDGED BY MEANS OF AN APPROPRIATE BIBLIOGRAPHIC CITATION.

DETTA FRÅGEFORMULÄR UTGÖR EN DEL AV DEN OVANNÄMDA DATAMÄNGDEN, ARKIVERAD PÅ FINLANDS SAMHÄLLSVETENSKAPLIGA DATAARKIV.

OM FRÅGEFORMULÄRET ÄR UTNYTTJAT ELLER REFERERAT TILL MÅSTE KÄLLAN ANGES I FORM AV BIBLIOGRAFISK REFERENS.

Alkukysely

Kiitos osallistumisestasi motivoiva vuorovaikutus -koulutuksen käytettävyys ja hyväksyttävyys liikunnan ja urheilun ammattilaisilla -tutkimukseen!

Ennen kuin etenet täyttämään kyselyä, luethan tiedotteen tutkimukseen osallistumisesta täältä [redacted]

Tutkimuksen tietosuojailmoitukseen voi tutustua täällä
[redacted]

Kyselyssä on 26 kysymystä.

Kysymme aluksi muutamia taustaasi liittyviä kysymyksiä.

Nimesi *

Ikä: *

Valitse **vain yksi** seuraavista:

- ◯ 18-19 vuotta
- ◯ 20-24 vuotta
- ◯ 25-29 vuotta
- ◯ 30-34 vuotta
- ◯ 35-39 vuotta
- ◯ 40-44 vuotta
- ◯ 45-49 vuotta
- ◯ 50-54 vuotta
- ◯ 55-59 vuotta
- ◯ 60-64 vuotta
- ◯ yli 64 vuotta

Sukupuoli: *

Valitse **vain yksi** seuraavista:

- ◯ Nainen
- ◯ Mies
- ◯ Muu
- ◯ En halua sanoa

Ammatti:
(voit valita useamman vaihtoehdon) *

Valitse **kaikki** jotka soveltuvat:

- ☐ Liikunnanopettaja
- ☐ Urheiluvalmentaja
- ☐ Fysioterapeutti
- ☐ Liikunnanohjaaja
- ☐ Terveydenhoitaja
- ☐ Sairaanhoitaja
- ☐ Muu: _____

Kuinka monta vuotta työkokemusta sinulla on tässä ammatissa/näissä ammateissa? *

Vastauksesi:

_____

Työsuhde: *

Valitse **vain yksi** seuraavista:

- ◯ Kokoaikainen
- ◯ Osa-aikainen (20h/vko tai yli)
- ◯ Osa-aikainen (alle 20h/vko)
- ◯ Muu [ ]

Kuinka monta tuntia viikossa <u>keskimäärin</u> tapaat tällä hetkellä valmennettavia? *

Vastauksesi:

[ ]

Valitse ylin suorittamasi koulutus *

Valitse **vain yksi** seuraavista:

- ◯ Peruskoulu tai vastaava
- ◯ Ammatillinen perustutkinto
- ◯ Lukion oppimäärä/ylioppilastutkinto
- ◯ Alempi korkeakoulututkinto (yliopisto tai amk)
- ◯ Ylempi korkeakoulututkinto (yliopisto tai amk)

Oletko aiemmin suorittanut jonkin motivointiin tai vuorovaikutukseen liittyvän koulutuksen? Jos kyllä, minkä? *

Valitse **vain yksi** seuraavista:

- ◯ En
- ◯ Muu _____

Kysely sisältää kuvauksen 15 eri tilanteesta, joita valmennuksessa usein kohdataan. Jokaisen tilannekuvauksen alapuolella on esitetty 4 eri vaihtoehtoista tapaa sille, kuinka valmentaja voisi tilanteessa toimia. Valmennustilanteissa toimimiseen ei ole oikeita tai vääriä vastauksia.

Arvioi, missä määrin kuvaus vastaa sitä, kuinka olet aiemmin toiminut vastaavissa tilanteissa. Jokainen neljästä vaihtoehdoista voi sopia kuvaamaan toimintaasi kilpailuissa, harjoituksissa tai ohjaavassa roolissa.

Jos kuvaus vastaa erittäin hyvin aiempaa toimintaasi niin valitse kyseiseen kohtaan 7 tai sitä lähellä oleva luku. Jos kuvaus ei lainkaan vastaa aiempaa toimintaasi, ympyröi kyseiseen kohtaan 1 tai sitä lähellä oleva luku. Mikäli kuvaus vastaa jossain määrin aiempaa toimintaasi, valitse kyseiseen kohtaan luku 4 tai sitä lähellä oleva luku.

Huomio: Tilannekuvauksissa viitataan joko urheilijaan tai urheilijoihin. Voit vapaasti tulkita tämän tarkoittavan yksittäistä tai useampaa urheilijaa, sen mukaan valmennatko yksilö- vai joukkuelajissa. Mikäli jokin lomakkeessa kuvattu tilanne tulee vain harvoin, tai ei lainkaan, vastaan omassa lajissasi, kuvittele kuinka toimisit kyseisessä tilanteessa. Valitse kunkin vaihtoehdon kohdalta se luku, joka parhaiten kuvastaa omaa valmennustapaasi, vaikka et itse olisikaan kohdannut kyseistä tilannetta.

Tilanne 1: Urheilija on tyytymätön, koska ei ole tullut valituksi otteluun/kilpailuun

Huomaat urheilijan olevan tyytymätön, koska häntä ei valittu otteluun/kilpailuun. Miten toimit? *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Et kerro syytä ja annat asian olla.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯
Keskustelet tilanteesta hänen kanssaan tuoden esiin ymmärtäväsi turhautumisen. Kerrot oleellisen syyn valitsematta jättämiselle.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯
Sanot: ”Sinun täytyy oppia hyväksymään asia. Tämä on minun päätökseni”.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯
Ilmaiset, minkälaisia edistysaskeleita tarvitaan, jotta hän voisi vastaisuudessa tulla valituksi.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯

Tilanne 2: Urheilija on ahdistunut

Urheilija kärsii kilpailujännityksestä kilpailun/ ottelun alla. Miten toimit? *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Käyt läpi asiat, jotka hänen täytyy toteuttaa suoriutuakseen hyvin.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯
Et ota asiaa hänen kanssaan esiin. Jännitys häviää ennen kilpailua.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯
Kysyt, onko hänellä paineita ja haluaisiko hän keskustella asiasta.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯
Sanot: ” Sinun täytyy oppia käsittelemään paineita. Jos et opi, tulee kilpailu menemään penkin alle.”	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯

Tilanne 3: Lämmittely kilpailussa/ ottelussa

Kilpailua/ottelua edeltävä lämmittely etenee seuraavalla tavalla: *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Et osallistu lämmittelyyn. Urheilijat tuntevat harjoitteet riittävän hyvin harjoituksista.	○	○	○	○	○	○	○
Kerrot urheilijoille, että odotat kaikkien lämmittelevän hyvin ja olevan hereillä.	○	○	○	○	○	○	○
Annat urheilijoiden valita muutamia lämmittelyliikkeitä itse ja annat tilaa yksilöllisille mieltymyksille.	○	○	○	○	○	○	○
Varoitat urheilijoita siitä, että heidän on lämmiteltävä kunnolla, muuten kilpailu/ottelu tulee menemään huonosti.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 4: Kilpailun/ottelun tauolla

Kilpailun/ottelun alussa/ensimmäisellä puoliskolla urheilijasi eivät urheilleet odottamallasi tasolla. Tauon aikana... *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Et sano montaa sanaa. He tietävät, mitä heidän tulee tehdä päästäkseen mukaan kilpailuun/otteluun.	○	○	○	○	○	○	○
Pidät tiukan puhuttelun: ”Nyt on teistä itsestänne kiinni korjata tilanne ja näyttää, mihin kykenette”.	○	○	○	○	○	○	○
Kysyt heidän mielipidettään ja annat sen jälkeen heille ohjeesi loppua kilpailua/ottelua varten.	○	○	○	○	○	○	○
Muistutat heitä harjoitteista, joita teetit heillä ennen kilpailua/ottelua.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 5: Kilpailun/ottelun jälkeen

Tärkeän kilpailun/ottelun lähestyessä sinä ja urheilijasi valmistauduitte yhdessä. Vaikka tämä valmistautuminen sujui suunnitellusti, kilpailu/ottelu ei mennyt odottamallasi tavalla. Toivomasi tulokset eivät toteutuneet lainkaan. *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Sanot: ”Voimme valmistautua miten hyvin tahansa, mutta jos ette tee kuten sanon, kaikki menee lopulta penkin alle".	○	○	○	○	○	○	○
Kysyt urheilijoiltasi, miksi he arvelevat, etteivät asiat sujuneet.	○	○	○	○	○	○	○
Odotat nähdäksesi toimivatko urheilijasi joustavasti ja löytävät itse ratkaisun.	○	○	○	○	○	○	○
Kerrot, mikä sinun mielestäsi meni pieleen ja annat ehdotuksia siitä, kuinka tilanteen toistuminen voitaisiin jatkossa välttää.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 6: Harjoitusten alussa

Harjoitukset alkavat. Sinä… *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
et suunnittele liikoja. Odotat ja otat tilanteet vastaan sellaisina kuin ne tulevat.	○	○	○	○	○	○	○
olet kiinnostunut kuulemaan, mitä tiettyä taitoa urheilijasi haluaisivat harjoitella ja tarjoat tälle mahdollisuuden.	○	○	○	○	○	○	○
tuot tiukasti esiin, että urheilijoiden täytyy oppia ne asiat, joita sinä olet harjoituksiin suunnitellut. Harjoitusten vetäminen on sinun vastuullasi, ja heidän vastuullaan on tehdä parhaansa.	○	○	○	○	○	○	○
esittelet selkeän ja helposti seurattavan rakenteen ja kerrot harjoitusten tavoitteista.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 7: Ylimielinen asenne harjoitusten aikana

Muutama urheilija käyttäytyy välinpitämättömästi erittäin helpon harjoitteen aikana häiriten toisten suoritusta. Miten toimit saadaksesi heidät yrittämään? *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Kerrot heille, minkälaisia odotuksia sinulla on heidän työntekoaan ja ponnisteluaan kohtaan harjoitusten aikana.	○	○	○	○	○	○	○
Selität, miksi harjoite on tärkeä, ja kuinka se edistää heidän kehittymistään.	○	○	○	○	○	○	○
Aloitat uuden harjoitteen siinä toivossa, että heidän asenteensa paranee.	○	○	○	○	○	○	○
Teet selväksi, että olet pettynyt ja kerrot, että hyvät urheilijat tekevät myös asioita, joita heitä ei huvittaisi tehdä.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 8. Vaikeuksia uuden tekniikan omaksumisessa

Huolimatta siitä, että olet viime viikkoina jatkuvasti antanut ohjeita, ei yksi urheilijoistasi vieläkään hallitse uutta tekniikkaa. Harjoitusten aikana hän tekee toistuvasti saman teknisen virheen. Sinä... *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
teet selväksi, että on jo aika, että hän sisäistää ohjeet, joita olet jo viikkojen ajan selittänyt. Muussa tapauksessa hän ei tule pääsemään pitkälle.	○	○	○	○	○	○	○
kysyt, mikä tekniikassa hänen mielestään tuntuu vaikealta.	○	○	○	○	○	○	○
lisäät ohjeistukseen uuden välivaiheen tarjotaksesi vaihtoehtoisen tavan tekniikan oppimiseen. Selität, että askel askeleelta tekniikka alkaa sujua.	○	○	○	○	○	○	○

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
et käytä enempää aikaa tähän. Asiaan on jo tuhlattu liikaa energiaa.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯

Tilanne 9. Motivoit urheilijoita näkemään erityistä vaivaa

Pyydät urheilijoitasi suorittamaan vaikean harjoitteen, joka vaatii erityisen paljon ponnistelua. Sinä... *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
etsit uudenlaisen ja kiinnostavamman tavan selittää harjoite urheilijoille.	○	○	○	○	○	○	○
et keskity liikaa pohtimaan asiaa. On urheilijoista itsestään kiinni, kuinka paljon he päättävät ponnistella.	○	○	○	○	○	○	○
käsket: ”Leikille ja työnteolle on oma aikansa. Nyt on aika osoittaa, mihin pystytte”.	○	○	○	○	○	○	○
annat palautetta ja lisäohjeita, jotta urheilijoille on selvää, kuinka suorittaa harjoite hyvin.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 10: Urheilija valittaa harjoituksissa

Kesken vaikean tehtävän harjoituksissa urheilija alkaa valittaa. Sinä… *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
vakuutat hänelle, että otat mielelläsi vastaan palautetta ja ehdotuksia.	○	○	○	○	○	○	○
esität hänelle hyödyllisen tavan ratkaista vaikea tehtävä askel kerrallaan.	○	○	○	○	○	○	○
et välitä kitinästä ja jatkat kuin mitään ei olisi tapahtunut.	○	○	○	○	○	○	○
vaadit, että hän pysyttelee tarkkaavaisena ja keskittyy olennaiseen. Hänen täytyy suorittaa harjoite loppuun omaksi parhaakseen.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 11: Uusi kausi alkaa

Uusi kausi on alkamaisillaan. Aiot koota yhteen muutamia ohjeistuksia hyvän yhteistyön edistämiseksi. Sinä… *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
annat urheilijoillesi listan noudatettavista säännöistä ja mahdollisista seuraamuksista.	○	○	○	○	○	○	○
et vaivaa itseäsi säännöillä ja ohjeilla. Puutut tilanteisiin, kun ongelmia ilmenee.	○	○	○	○	○	○	○
selität selkeästi toimintatavat ja odotukset, joita sinulla on hyvää yhteistyötä kohtaan.	○	○	○	○	○	○	○
pyydät urheilijoilta ehdotuksia ja ideoita toimintaohjeita varten.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 12: Loukkaantuminen ja kuntoutus

Urheilija on loukkaantunut ja kuntoutuksessa, mikä ei kuitenkaan etene sujuvasti. Vaikka oletkin jo rohkaissut häntä jatkamaan, huomaat, ettei hän seuraa riittävän tarkasti kuntoutussuunnitelmaa. Miten toimit? *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Kerrot hänelle, että loukkaantumisen jälkeinen paluu urheiluun on askeleittain etenevä prosessi ja rohkaiset urheilijaa jatkamaan.	○	○	○	○	○	○	○
Et puutu asiaan. Hänen tulee kokea kuntoutumisen ala- ja ylämäet.	○	○	○	○	○	○	○
Vaadit, että kuntoutussuunnitelmaa seurataan kurinalaisesti.	○	○	○	○	○	○	○
Annat urheilijan osallistua kuntoutuksen suunnitteluun.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 13: Urheilijoiden välinen riita harjoituskaudella.

Huomaat, että muutaman urheilijasi välille on muodostumassa kitkaa. Sinä... *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
et puutu asiaan. Heidän täytyy oppia selvittämään asiat keskenään.	○	○	○	○	○	○	○
pyydät kyseessä olevat urheilijat sivuun ja kysyt, millaisena he näkevät tilanteen. Pyydät heitä ehdottamaan mahdollisia ratkaisuja.	○	○	○	○	○	○	○
selität, että joukkueen sisäinen yhteistyö on tärkeää ja annat vinkkejä tilanteen ratkaisemiseksi.	○	○	○	○	○	○	○
teet selväksi, että on heidän velvollisuutensa käyttäytyä asianmukaisesti. Aivan samoin kuin sinun velvollisuutesi on valmentaa heitä.	○	○	○	○	○	○	○

Tilanne 14: Heikko suoritus

Urheilija on alisuoriutunut viikkoja. Olet jo keskustellut asiasta hänen kanssaan. Jälleen uuden heikon suorituksen jälkeen sinä… *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
korostat, ettei heikkoja suorituksia enää sallita. Kerrot hänelle, että seuraavalla kerralla hänen on suoriuduttava paremmin.	○	○	○	○	○	○	○
et haaskaa asiaan enää aikaasi. Hänen täytyy hankkiutua takaisin omalle suoritustasolleen.	○	○	○	○	○	○	○
annat hänelle joitain vinkkejä, kuinka parantaa suoritusta, ja sanot luottavasi siihen, että hän edistyy.	○	○	○	○	○	○	○

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
kysyt, millä tavalla urheilija hahmottaa oman suorituksensa ja millä tavoin hän näkee voivansa kehittyä.	◯	◯	◯	◯	◯	◯	◯

Tilanne 15: Myöhästyminen harjoituksista

Urheilija myöhästyy harjoituksista toisen kerran peräkkäin ja käyttäytyy poissaolevasti. Mitä teet? *

Valitse sopivin vaihtoehto:

	Ei vastaa lainkaan toimintaani 1	2	3	Vastaa toimintaani jossain määrin 4	5	6	Vastaa toimintaani erittäin hyvin 7
Harjoitusten jälkeen pyydät urheilijan sivuun ja kysyt, vaivaako häntä jokin.	○	○	○	○	○	○	○
Et mainitse mitään asiasta ja keskityt sen sijaan harjoituksiin.	○	○	○	○	○	○	○
Teet kaikkien edessä selväksi, että olet pettynyt häneen, koska on jo toinen kerta, kun hän saapuu myöhässä.	○	○	○	○	○	○	○
Tuot esiin, että saapuminen ajallaan on sinulle tärkeää.	○	○	○	○	○	○	○

Vielä muutama kysymys

Mistä syystä päätit osallistua koulutukseen?

Vastauksesi:

Kuinka paljon aiempaa kokemusta sinulla on verkkovälitteisten kokouspalvelujen käytöstä (Esim. Zoom, Teams, tms.)? *

Valitse **vain yksi** seuraavista:

- ◯ Olen käyttänyt päivittäin
- ◯ Olen käyttänyt viikoittain
- ◯ Olen käyttänyt kuukausittain
- ◯ Olen käyttänyt muutamia kertoja
- ◯ En ole aiemmin käyttänyt

Valmista, suuri kiitos vastauksistasi!

28.02.2022 – 16:30

Lähetä vastaukset.
Kiitos vastauksistasi.