

MAANPUOLUSTUSKORKEAKOULU

SOTILAAKSI KOULUTETTAVAN MINÄKUVA JA MOTIVAATIO

Tutkielma

Kadetti

Lauri Lehtinen

Kadettikurssi 93

Kenttätykistölinja

Huhtikuu 2009

Kurssi 93. Kadettikurssi	Linja KT
Tekijä Kadetti Lauri Lehtinen	
Tutkielman nimi SOTILAAKSI KOULUTETTAVAN MINÄKUVA JA MOTIVAATIO	
Oppiaine johon työ liittyy Sotilaspedagogiikka	Säilytyspaikka Kurssikirjasto (MPKK:n kirjasto)
Aika Huhtikuu 2009	Tekstisivuja: 20 Liitesivuja: 6
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Jos kunto on huono, fyysisen koulutuksen mielekkyys putoaa lähes olemattomaksi. Fyysisessä suorituksessa ilmenevä huono motivaatio ei välttämättä esiinny älyä vaativissa tapahtumissa. Suomalaisten nuorten miesten kuntotaso on heikentynyt merkittävästi menneen kolmenkymmenen vuoden aikana. Yhteiskunta ja Puolustusvoimat sen tärkeänä osana elävät murrosvaihetta, jossa tarvitaan ratkaisuja ihmisten ja eritoten nuorten liikkumisen motivoimiseen.</p> <p>Sotilaskoulutusta edeltävä elämänkaari saattaa olla sellainen, ettei se johdata nuorta jatkuvaan liikkumiseen ja kunnon ylläpitoon. Siihen voi olla vaikea myöhemminkään oppia, koska elämässä tulee paljon muita velvoitteita. Mahdotonta se ei kuitenkaan ole, sillä varusmiespalveluksen aikana voidaan saada muutos aikaan.</p> <p>Haastattelututkimuksen perusteella voidaan todeta, että varusmiespalveluksen aikana tärkeimmäksi motivoivaksi tekijäksi koettiin omien kotijoukkojen tuki. Osa koki sen muuten vaan kannustavana ja osa palveluksenaikaisena taloudellisena tukena.</p> <p>Niin yksikön päällikön kuin muidenkin kouluttajien käytöksellä ja kohtelulla on iso merkitys varusmiespalveluksen onnistuneeseen läpivientiin. Varusmieskouluttajilla on myös hyvin tärkeä tehtävä toimia oikeudenmukaisina tuomareina ja ohjaajina läpi vaativan koulutuksen.</p> <p>Varusmiespalveluksen loppuvaiheessa tulevia reserviläisiä tulisi opastaa ja ohjata omakohtaiseen kunnon ylläpitämiseen siviiliaikaa ajatellen. Tällöinhän ei enää varsinaista käskijää ole paikalla.</p>	

AVAINSANAT

Minäkuva, motivaatio, identiteetti, psyykinen kunto, fyysinen kunto, haastattelututkimus, varusmies, sotilaskoulutus

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	1
2. TUTKIMUSASETELMA	2
3. IHMISEN MINÄKUVA	3
4. HENKISET OMINAISUUDET	4
5. IDENTITEETIN MUODOSTUS.....	6
6. VALLITSEVA KÄSITYS NYKYNUORISTA ARMEIJASSA	6
7. PALVELUKSEEN ASTUVIEN LÄHTÖKOHDAT	8
8. MINÄKUVAN JA MOTIVAATION VAIKUTUS KOULUTUKSEEN	9
8.1. YLEISKUVA HAASTATELTAVISTA	10
8.2. NUOREN AIKUISEN ARVOSTUKSET VARUSMIESPALVELUKSESSA	10
8.3. NUOREN KIINNOSTUKSEN KOHTEET	13
8.4. VARUSMIESPALVELUKSESSA HUOMIOITAVAT LAHJAKKUUDET	13
8.5. VARUSMIEHEN MINÄKUVA.....	15
8.6. YHTEENVETO	17
9. JOHTOPÄÄTÖKSET	19
LÄHTEET	21
HENKILÖHAASTATTELUT.....	23
LIITTEET.....	24

SOTILAAKSI KOULUTETTAVAN MINÄKUVA JA MOTIVAATIO

1. JOHDANTO

Nykypäivän asenteet ja kehitys vaikuttavat ihmisten motivaatioon. Tekniikan kehitys tuo kaikki palvelut suoraan kotiin. Internetin välityksellä käytävät keskustelut korvaavat helposti fyysiset tapaamiset kodin ulkopuolella.

Ennen tietokoneiden yleistymistä nuoret tapasivat ulkona pelien ja muiden harrastuksien merkeissä. Vielä muutamia vuosikymmeniä sitten nuori harrasti vapaa-aikanaan fyysistä liikuntaa, tapasi kavereitaan ja auttoi kotitöissä. Nykyään harrastukset ovat liian helppoja toteuttaa tiedon valtaväylällä. Tämä johtaa helposti siihen, että fyysinen kunto laskee.

Liikkumismotivaation voi kätkeä luokkaopiskelussa, mutta ongelmat alkavat fyysisissä suoritteissa. Jos kunto on huono, fyysisen koulutuksen mielekkyys putoaa lähes olemattomaksi. Fyysisessä suorituksessa ilmenevä huono motivaatio ei välttämättä esiinny älyä vaativissa tapahtumissa.

Kirjallisuuteen perustuvan teoreettisen tarkastelun ja haastattelututkimuksessa saadun tiedon lisäksi tarkastellaan myös median kautta erityisesti huonokuntoisiin nuoriin kohdistuvaa asenneilmastoa, jolla voi olla vaikutusta motivoitumiseen.

2. TUTKIMUSASETELMA

Tutkimus keskittyy fyysisen koulutuksen osalta sotilaskoulutukseen. Sotilaskoulutus tarkoittaa tässä yhteydessä varusmieskoulutusta.

Opinnäytetyön tutkimusongelma voidaan kiteyttää seuraavaan kysymykseen:

- Mitkä tekijät vaikuttavat nykypäivän nuoren motivoitumiseen fyysisessä koulutuksessa?

Tutkimusongelma jaetaan taustateorian avulla seuraaviin alakysymyksiin:

- Millainen vaikutus varusmiehen minäkuvalla on onnistumiseen varusmieskoulutuksessa?
- Mitkä tekijät vaikuttavat minäkuvan ja asenteiden muodostumiseen

Tutkimusongelmaan haetaan ratkaisua kvalitatiivisella tutkimuksella, jossa keskitytään kenttätutkimukseen ja keskusteluanalyysiin. Opinnäytetyössä ei tehdä perinteistä kyselylomaketta tiedonkeruun takaamiseksi, vaan kehitetään muutama avoin kysymys, jotka esitetään kohde-ryhmälle haastattelun ja keskustelun ominaisuudessa. Tiedonkeruumenetelmällä pyritään siihen, ettei vastaajan mielipiteitä rajoiteta suljetuilla kysymyksillä.

Haastattelun tulosta verrataan eri motivaatio- ja koulutusteorioihin. Mahdollisia eroja ja yhteneväisyyksiä analysoidaan työn edetessä. Tutkimuksesta ja teoriasta syntyvä tulos antaa uusia suuntaviivoja motivaation käsittelemiseen, hyödyntämiseen ja parantamiseen-

3. IHMISEN MINÄKUVA

Nykykäsityksen mukaan ihmisen minäkäsitys on ensisijaisesti opittu, ts. se on pitkäaikaisen oppimisen lopputulos. Avoin vuorovaikutus, jossa ihminen otetaan huomioon erilaisine arvomaailmoineen ja häntä arvostetaan, edistää positiivisten minäkokemusten ja vahvan itsetunnon kehittymistä. Minäkäsitykseen vaikuttavat temperamentti, kyky ja taito tehdä havainnot toisten käyttäytymisestä, omat reaktiot, jotka heijastuvat muiden käyttäytymiseen sekä toisilta ihmisiltä saatu palaute. (Aho 1996, 26.)

Tässä yhteydessä termi ”minä” tarkoittaa minäkäsitystä, joka on olennainen osa ihmisen toimintakykyä. Se ratkaisee, minkälaisia keinoja ihminen käyttää psyykkisistä ja fyysisistä haasteista selviytymiseen. Hyvään minäkäsitykseen kuuluvat luottamus siihen, että oma toiminta tuottaa tuloksia, ja usko siihen, että elämä on hallinnassa. (Herrala ym. 2008, 42.)

Epärealistinen käsitys omista kyvyistä johtaa helposti vaikeuksiin, sillä tällöin ihminen kuvittelee, että hänellä on sellaisiakin taitoja, joita hänellä ei ole. On myös mahdollista, että toimintakyky lamaantuu täysin, jos ihminen on omaksunut niin kutsutun opitun avuttomuuden asenteen. (Aho 1996, 26-27.)

Fenomenologisen minäteorian mukaan yksilön minäkäsitys kehittyy sen mukaan, minkälaisia kokemuksia ja havaintoja hän on saanut toimiessaan yhteisössä. Tämän kehitysnäkemyksen mukaan ihminen itse luo maailmansa, jonka keskus on minäkäsitys. Sen kehittymiseen eivät kuitenkaan vaikuta pelkästään menneet ja nykyiset kokemukset vaan ennen kaikkea ne henkilökohtaiset merkitykset, joita yksilö liittää näihin kokemuksiinsa. (Aho 1996, 27.)

Ytimen ympärillä saattaa olla erilaisia minäkuvan osarakenteita, jotka osoittavat henkilölle ominaisia arvostuksia, kiinnostuksia ja lahjakkuuden erityispiirteitä. Minäihanne osoittaa, minkälainen henkilö haluaisi olla. Lähtökohtina saattavat olla ihannoidut ympäristön mallit, joita ovat mm. vanhemmat, opettajat ja urheilijat. Toiset minäihanteen osat ovat moraalikasvatuksen tulosta, toiset taas on omaksuttu tarjolla olevista lähteistä. (Multimäki & Venna 1983, 138–139.)

Minäkuvaan liittyy tiiviisti myös ihmisen fyysisyys. Perimä antaa perustan keholle, jota omat valinnat, kuten ruoka, juoma ja liikunta, muokkaavat. Kehonkaava eli ruumiinkuva tarkoittaa ihmisen muodostamaa sisäistä mallia omasta kehostaan, sen jokaisesta osasta ja osien välisistä suhteista. Fyysinen ja psyykinen minäkuva, persoonallisuuden ja identiteetin ydinasiat, ovat hyvin läheisiä ja toisistaan riippuvaisia. Ne kehittyvät tiiviissä vuorovaikutuksessa toisiinsa ja sosiaaliseen ympäristöön. Psyykinen ihminen ymmärtää, tuntee ja tahtoo. Tahdon kautta voidaan vaikuttaa esimerkiksi tarpeisiin, motiiveihin ja psyykkisen itsesäätelyn kautta puolustautumis- ja selviytymismekanismeihin. (Karjalainen, Kukkonen 2005, 13 ja 17.)

4. HENKISET OMINAISUUDET

Ihmisellä on henkinen puoli, millä tarkoitetaan ihmisen sieluun, henkeen tai hengen elämään kuuluvaa ulottuvuutta. Ihmistä voidaan sanoa henkiseksi olennoksi, sillä ihmisillä on henkisiä ominaisuuksia ja niillä voidaan hankkia henkistä pääomaa.

Henkisyyteen liittyy elämän tarkoituksen löytäminen, ihmisenä oleminen ja toimiminen oman arvo- ja aatemaailman perusteella. Henkisyyden ja hengellisyyden kehittymiseen kuuluvat arvojen omaksuminen, omantunnon kehittyminen ja ihmiselle ominaisen ja tarkoituksenmukaisen elämäntavan löytäminen. Nämä ominaisuudet ilmenevät mm. ihmissuhteissa, lasten kasvatuksessa ja ammattityössä. (Karjalainen, Kukkonen 2005, 51.)

Ihmisen henkiset ominaisuudet kumoavat usein fyysiset tekijät. Haninin (2005) mukaan psykologian avulla voidaan parantaa kilpailukykyä. Perinteisesti urheiluvalmennuksessa on painotettu ensin urheilijan fyysisiä ominaisuuksia, sitten tekniikkaa ja taktiikkaa sekä vasta sen jälkeen on tullut psykologia mukaan.

Psykologiset tekijät vaikuttavat kuitenkin silloin, kun etsitään oikeaa tekniikkaa ja opetellaan uutta. Tulevan kisan henkilökohtainen tärkeys ratkaisee urheilijan latauksen ja tavoitteen. Tunteita täytyy osata kontrolloida stressitilanteessa, jolloin on mietittävä onnistumista eikä epäonnistumista. Kilpailijan tulee käyttää hyväkseen omia vahvuuksiaan mieluummin, kuin yrittää korjata heikkouksiaan. Menestymiseen kilpailutilanteessa vaikuttaa neljä psykologista tekijää (Hanin 2005.):

1. Henkinen valmius kilpailuun

- Mitä kilpailu itselle merkitsee, mihin tähtää, miten latautunut on ja miten sietää stressiä,
- Jotkut kilpailevat parhaiten täysin rentoina, ja toiset käyttävät stressiä hyväkseen.

2. Henkiset kilpailutaidot

- Miten urheilija kontrolloi esimerkiksi tunteitaan, keskittymistään, motivaatiotaan, rutiinejaan, tavoitettaan ja mielikuviaan.

3. Henkilökohtaiset ominaisuudet

- Jämäkkyys, itseluottamus, optimistisuus, rohkeus tai urheiluperintö vaikuttaa suoraan fyysiseen tulokseen,
- Jos urheilijalta puuttuu joitain ruumiillisia ominaisuuksia, niitä voidaan korvata esimerkiksi kovalla motivaatiolla tai peräänantamattomuudella.

4. Ulkoiset tekijät

- Valmentaja, joukkuekaverit, kannustusjoukot, ystävät, oma verkosto ja fanit.

Urheilupsykologiaa voidaan soveltaa myös varusmiespalvelukseen. Varusmiehen tuloksiin vaikuttaa toki hänen fyysinen kuntonsa, mutta suuri osa koostuu henkisistä ominaisuuksista:

- Kokeeko varusmies varusmiespalveluksen tärkeäksi?
- Keskittyvätkö varusmieskouluttajat korjaamaan vain heikkouksia vai huomioidaanko varusmiehen vahvuuksia tarpeeksi?
- Opetetaanko varusmiehille tavoitteen asettelua?
- Onko varusmiehellä rohkeutta ja itseluottamusta?
- Kasvattaako varusmiespalvelus näitä ominaisuuksia?
- Mikä vaikutus on varusmieskouluttajalla, tupakavereilla ja ystävillä?
- Mitä media ja ympäristö ajattelevat varusmiesten koulutuksesta ja tuloksista?

5. IDENTITEETIN MUODOSTUS

Minäidentiteetti on tunne minän jatkuvuudesta menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden välillä sekä tuntemus siitä, että sisäiset tarpeet, kyvyt ja itsestä tehdyt havainnot ovat sopuinnassa keskenään. Tällöin yksilö on tietoinen niin omasta ainutlaatuisuudestaan kuin samankaltaisuudestaan muiden kanssa sekä omista voimavaroistaan ja heikkouksistaan. (Met-säpelto, ym. 2009, 180.)

Nuoren ihmisen kehityksen päätehtävä on identiteetin muodostaminen: Kuka olen ja mihin olen suuntautumassa? Identiteetin muodostamisessa päätetään, mikä on itselle tärkeää ja mitä arvostaa niin paljon, että sitä kohti kannattaa suuntautua. Omaa ja muiden käyttäytymismallia arvioidaan alitajuisesti jatkuvasti. Lisäksi itsearvostus nivoutuu omaan identiteettiin. Nuoren aikuisen identiteetti kehittyy asteittain lapsuudesta aikuisuuteen. Lapsen arvo- ja moraalikäsi-tytys on lähes yhtenevä vanhempien käsityksiin. (Atkinson ym. 1983, 95.)

Teini-iässä ydinryhmän arvot muuttuvat yhä tärkeämmiksi ja merkittävimmiksi. Opettajilla ja muilla aikuisilla on myös merkittävä rooli nuoren elämässä. Nuoret yrittävät muodostaa omia arvo- ja moraalikäsi-tyksiään ympärillä vaikuttavien tahojen ja oman käsityksensä mukaan. Jos lähiympäristö on ajatuksiltaan harmoninen, nuoren identiteetin kehittyminen on helpompaa. (Atkinson ym. 1983, 95.)

Yksinkertaisessa yhteiskunnassa, jossa on harvoja identiteettimalleja ja sosiaalisia rooleja on vähän, identiteetin muodostaminen on helppoa. Jos kyseessä on nyky-yhteiskunnan kaltainen monisäikeinen yhteiskunta ja alati muuttuva yhteisö, identiteetin muodostaminen vaikeutuu useiden vaihtoehtojen ja tarjonnan edessä. (Atkinson ym. 1983, 95.)

6. VALLITSEVA KÄSITYS NYKYNUORISTA ARMEIJASSA

Armeija tarjoaa kahdeksalle nuorelle kymmenestä hyvän mahdollisuuden aikuistua tai ainakin irtautua hetkeksi kotoa. Tuleviksi sotilaiksi kannattaa kouluttaa vain ne nuorukaiset, jotka terveytensä, kuntonsa ja asenteensa puolesta ovat todennäköisesti käytettävissä sotilaina koko miehuusvuosien ajan. (Cacciatore 2008, 273.)

Media parjaa varusmiesten kuntoa jatkuvasti. Ympäristö vaikuttaa helposti myös motivaatioon. Jos yleinen käsitys on se, että varusmiehillä on huono kunto, pystyvätkö he motivoitumaan koulutukseen. Varusmiesten lisäksi myös muita nuoria parjataan huonosta kunnosta.

Satakunnan Kansan politiikan toimittaja Ståhle (2008) lähestyy aihetta seuraavin sanakääntein: ”Samaan aikaan kun pieni mutta aina urhea Suomi päätti mennä mukaan Naton nopean toiminnan joukkoihin, ovat varusmiehet kuulemma jo niin rapakunnossa, etteivät jaksa kävellä maha täynnä ruokalasta sotkuun. Solttupoikia nuoremmat ikäluokat uupuvat siitä, kun ne katsovat jalkapalloa televisiosta. Kaksi puoliaikaa on liian pitkä aika lihaskunnolle, jos ei välillä pääse pötkölleen.”

Noin 11 % vapautetaan palveluksesta kutsuntatarkastuksessa ja toiset 11 % keskeyttää armeijan jossain vaiheessa (Stengård ym. 2008.). 7 % varusmiehistä passitetaan takaisin siviiliin jo kahden ensimmäisen viikon aikana. Tämä tarkoittaa lähes kahta tuhatta asevelvollista vuodessa.

Mielenterveydelliset syyt ovat suurin yhteinen nimittäjä sille, miksi palvelus keskeytyy heti alkumetreillä yli puolella keskeyttäneistä. Siviilielämän sosiaaliset ongelmat heijastuvat voimakkaasti armeijan aloitukseen, ja henkisesti oireileva varusmies on passitettava kotiin jo muiden turvallisuuden vuoksi. Seuraavaksi suurin syy siviiliin paluuseen kahden ensimmäisen viikon aikana ovat tuki- ja liikuntaelinongelmat. Keho ei kestä äkillistä ja rankkaa rasitusta. (Cacciatore 2008, 272.)

Ståhlen (2008) kirjoitus syyttää kunnan rapistumisesta koululiikunnan alasajoa. Hän kaataa osavastuun myös koululaisten vanhemmille: ”Koulujen liikkumattomuuskulttuurista pitäisi olla huolissaan myös kaikkien vihreiden vanhempien, jotka kärräävät ilmastonmuutosta kiihdyttävillä autoilla pilttejään harkkoihin paikasta toiseen.”

Käsitys nykyajan nuorista voidaan määritellä lyhyesti sanalla ”pullamössösukupolvi”. Tällä tarkoitetaan 1980 -luvulla syntyneitä uusavuttomia nuoria, jotka ainakin suurten ikäluokkien mukaan saivat elämässään kaiken liian helpolla ja liian valmiina (Satakunnan Kansa 2008b.). Varusmiehet ovat tällä hetkellä 1980 -luvun kasvatteja, kun vastaavasti varusmieskouluttajat kuuluvat vielä osiltaan suuriin ikäluokkiin. Vallitseva käsitys tuo jo valmiin vastakkainasettelun varusmieskoulutukseen. Voiko varusmieskouluttajan asenne vaikuttaa tulokseen?

Valitettavasti varusmiesten tila on niin heikko, kuin media antaa ymmärtää. Monen alokkaan sotilasura päättyy ensimmäisellä viikolla, sillä esimerkiksi Porin Prikaatiin Säkylään 6.1.2008 palvelukseen astuneista 1050 alokkaasta kotiutettiin ensimmäisen neljän päivän aikana 54 eli 5,3 prosenttia. Osa keskeyttää terveydentilan vuoksi, kun taas osa ei sopeudu uuteen ja vaativaan ympäristöön. (Satakunnan Kansa 2008a.)

Palvelukseen astuvat nuoret miehet ja naiset ovat huonommassa kunnossa kuin aiemmin. Monen sotilasura katkeaa jo alokastarkastuksiin terveydellisten ongelmien vuoksi. Palveluksen keskeytti vuonna 2006 terveyssyistä 11,1 prosenttia varusmiehistä. Vuonna 1998 osuus oli 6,9 prosenttia. Lisäksi palvelukseen astuvien keskipaino on kasvanut puoli kiloa joka vuosi. Viidennes keskeyttäneistä kärsi sopeutumishäiriöistä. Keskeyttäneet eivät kestäneet kovaa kuria, fyysistä rasitusta ja eroa läheisistä. (Satakunnan Kansa 2008a.)

Puolustusvoimien ylilääkäri, lääkintäkenraalimajuri Pentti Kuronen tiivistää nuorten miesten ongelmat ylipainoon, mielenterveyden pettämiseen ja päihteiden käyttöön. Kuronen huomauttaa, että oikeiden liikunta- ja terveystottumusten olisi pitänyt iskostua nuorten mieleen jo koulussa ja kotona. Edellä esitettyjen syiden takia Puolustusvoimat haluaa karsia asevelvolliset kutsunnoissa yhä tarkemmalla seulalla. Onko tämä ainut ratkaisu? (Satakunnan Kansa 2008a.)

Helsingin Sanomien (2008) haastattelussa jääkiekkovalmentaja Juhani Tamminen antaa avaimet kunnossa pysymiseen: ”Kunnossa olemisessa ei ole kyse vain painosta vaan tasapainosta. On olemassa fyysistä, mentaalista ja moraalista kuntoa. Nämä kaikki vaikuttavat toisiinsa.”

7. PALVELUKSEEN ASTUVIEN LÄHTÖKOHDAT

Puolustusvoimat on nuorison laskevan kunnan lisäksi huolestunut heikentyneistä perusliikuntataidoista, koska sotilaan toiminta taistelukentällä edellyttää hyvää liikkumiskykyä maastossa kaikkina vuoden- ja vuorokaudenaikoina. Viime vuosina tehtyjen tutkimusten mukaan jopa puolet varusmiehistä ei ollut hiihtänyt palvelusta edeltävänä talvena, 60 % ei osannut uida yli kahtasataa metriä ja vain 30 % palvelukseen astuvista osasi suunnistaa vähintään tyydyttävästi. Tuloksia tukevat joukko-osastoista saadut kouluttajapalautteet. Varusmiesten fyysinen kunto sekä metsässä liikkumis- ja elämistäidot ovat heikentyneet selvästi. (Liesinen, 2000.)

Palveluksesta ulkopuolelle jääneet miehet erosivat taustoiltaan, elämäntavoiltaan ja tilanteeltaan sekä psykososiaaliseltaan hyvinvoinniltaan merkittävästi palvelukseen määrättyistä miehistä. He olivat jo lapsuusajan elinolojen suhteen palvelukseen määrättyjä miehiä heikommasa asemassa. Aikuisikään päästyään heidän tielleen oli kasaantunut enemmän erilaisia psykisiä ja sosiaalisia ongelmia: päihteiden ongelmakäyttöä, työttömyyttä, asunnottomuutta ja psyykkistä oireilua. He myös huolehtivat terveydestään heikommin kuin palvelukseen määrättyt. Ongelmana oli myös ongelmien kasaantuminen. Heillä oli vähemmän epäsuotuisalta kehitykseltä suojaavia tekijöitä, kuten itseluottamusta, sosiaalista tukea sekä kodin ulkopuolista harrastustoimintaa. (Cacciatore ym. 2008, 273.)

Jokainen palvelukseen astuva varusmies joutuu juoksemaan pakollisen Cooperin testin, jossa mitataan kuntotaso. Liitteessä 1 olevissa Cooperin testin tuloksissa näkyy selvästi, miten nuorten miesten kuntotaso on 30 vuoden aikana huonontunut (Törmänen 2009.). 2000-luvulla heikkokuntoisten määrä on koko ajan noussut. Jyrkin pudotus keskiarvoissa tapahtui 1990-luvulla.

8. MINÄKUVAN JA MOTIVAATION VAIKUTUS KOULUTUKSEEN

Varusmiehen minäkuvan vaikutusta tutkittiin henkilökohtaisten kahdenkeskisten haastatteluiden avulla. Haastattelun kysymykset on esitetty liitteessä 2. Haastattelun kysymyksillä tavoiteltiin vastausta seuraaviin kysymyksiin:

- Millainen vaikutus varusmiehen minäkuvalla on onnistumiseen varusmieskoulutuksessa?
- Mitkä tekijät vaikuttavat minäkuvan ja asenteiden muodostumiseen?

Haastattelun kysymykset ovat laadittu minäkuvan nelikenttäosarakenteista, jotka osoittavat henkilölle ominaisia arvostuksia, kiinnostuksia, lahjakkuuden erityispiirteitä. Minäihanne osoittaa, minkälainen henkilö haluaisi olla. (Multimäki, Venna 1983, 138–139.)

Toimintatutkimuksen tekijä joutuu aina miettimään omaa suhdettaan tutkimukseen ja miten se vaikuttaa tulosten tulkintaan. Haastattelutilanteessa olisi kyettävä herättämään tutkittavaan ilmiöön liittyviä mielikuvia ja muistoja; mitään yksiselitteistä kaavaa ei ole olemassa. (Heikkinen ym. 2007.)

Keskinäisen luottamuksen saavuttaminen haastattelutilanteessa sekä sen säilyttäminen jälkikäteen on yksi onnistumisen perusedellytyksistä. Hyvin tärkeä tavoite on saada ihmiset uskomaan omiin kykyihinsä ja toimintamahdollisuuksiinsa, joiden myötä on mahdollista synnyttää uusia ajatuksia ja edelleen uusia käytänteitä tai toimintoja. (Heikkinen ym. 2007.)

Haastattelut tapahtuivat kunkin haastateltavan kotona. Tilaisuus kuvattiin jälkikäteen tapahtuneen tarkemman analysoinnin takia. Haastattelutekniikkana käytettiin keskustelua eikä niinkään kyselyä. Etukäteen valmistellut kysymykset olivat vieressä osin muistin tukena ja osin sen takia, että eri henkilöiden haastattelutilanteista yritettiin saada mahdollisimman yhdenvertaiset.

Kustakin haastattelusta puhtaaksi kirjoitettua aineistoa kertyi neljästä viiteen sivua. Luvuissa 8.2 – 8.5 haastattelujen tulokset on käyty läpi tiivistelmän muodossa ja tuloksia on verrattu vallitsevaan teoriaan ja saatavilla oleviin median lähteisiin. Kursiivilla kirjoitetut kohdat ovat suoria lainauksia haastatteluista.

8.1. Yleiskuva haastateltavista

Haastateltavien varusmiespalveluksen suorituksesta oli kulunut jo vuosia. Heidät oli valittu erilaisista lähtökohdista ja erilaisista varusmiespalveluksen aikaisista tehtävistä. Haastateltavien joukkoon kuului miehiä ja naisia, aliupseereista keskeyttäneisiin. Valintoihin vaikutti myös se, olivatko henkilöt halukkaita puhumaan palveluksestaan ja antamaan luottamuksellisia tietoja. Haastateltavien kokonaislukumäärä oli viisi.

8.2. Nuoren aikuisen arvostukset varusmiespalveluksessa

Varusmiespalveluksen henkilö- ja perhekohtainen arvostaminen vaikuttaa suoraan palvelushalukkuuteen. Perheen tuki ja arvostus näkyi palveluksen aikana myös taloudellisena tukena. Oman seurustelukumppanin myönteisyys vaikutti palveluksen mielekkyyteen. Jos kokemusta arvostetaan tarpeeksi, myös sotilaskuri kestetään paremmin. Naiset varsinkin kokivat palveluksen kokemuksena ja mahdollisuutena.

”Perheeni ja puolisoni arvosti varusmiespalvelusta; armeija koettiin velvollisuudeksi!” H1

”Kotona arvostettiin, mutta ei ollut mitään hirveää kannustamista. Kotoa tuettiin paljon ja se oli ehdottoman tärkeää. Tuen koin arvostuksena.” H2

Osittain haastattelujen perusteella oli havaittavissa varusmiesjohtajien aseman ja vallan väärinkäyttöä. Sidosryhmien vaikutus näkyy tässä selvästi; asenteita muokataan myös tupakave-
reiden ja kouluttajien taholta. Iltaisin kavereiden kanssa pidetyt palaverit auttoivat jaksamaan eteenpäin. Myös yhteiset jatkopäätökset palveluksen pituudesta tai keskeyttämisestä tehtiin yhteispäätöksellä. Valmistautuvalla ja päättäväsellä asenteella haastateltavat valmistautuivat kokonaan ”toisenlaiseen” elämän asenteeseen puolustusvoimissa. Aikataulutettu elämä ja ”ai-
vojen narikkaan heittäminen” tuntuu aluksi hankalalta, mutta oikealla asenteella päästään alkuvaikeuksien yli.

”Siellä mielestäni ilmeni sotilaskurin väärinkäyttöä varusmiesjohtajien osalta. Osa oli tärkeitä koska oli varmasti saanut ensimmäistä kertaa valtaa ja vastuuta. Varsinaisesti henkilökuntaan kuuluvat olivat asiallisia ja niillä oli tietyt säännöt, joita he noudattivat kunnolla. Varusmiesjohtajat ottivat tavattomasti päähän!” H4

”Alokaskaudella oli vielä tupakavereita, mutta myöhemmässä vaiheessa asuin yksin omassa tuvassa. Viereisessä tuvassa asui paljon kavereitani. Oikeastaan en käynyt kuin nukkumassa omassa tuvassani. Kavereilla on suuri merkitys, ettei tarvinnut olla yksin. Olisikin varmasti pää pettänyt, jos olisin joutunut yksin asumaan.” H3

Median näkyvät artikkelit ja suora kritiikki nykyajan varusmiespalvelukseen vaikuttaa henkisesti heikompiin nuoriin. Ne, jotka ovat päättäneet suorittaa varusmiespalveluksen loppuun, eivät välitä median tarjoamista ajatuksista. Päinvastoin, monelle nousee jopa uhma uida vastavirtaan. Naiset kokivat median ja lehtien kirjoitukset tärkeämpinä saadakseen tietoa naisten mahdollisuuksista suorittaa varusmiespalvelus. Naisia kuitenkin astuu palvelukseen huomattavasti miehiä vähemmän.

”Ei ollut tietoa, hiukan kuitenkin sai median kautta, ei ollut lähipiirissä ketään, joka oli suorittanut palveluksen. Eli lähdin soitellen sotaan.” H3

Jokainen yksilö sietää palautetta eri tavalla. Moni saattaa lannistua negatiivisesta palautteesta, mutta moni ei tunnusta saaneensa rankkaa kritiikkiä. Haastateltavien mielestä virheiden korjaaminen välittömästi on tärkeää. On turhaa ja ajan haaskausta päästää huonot suoritukset läpi ja siirtyä toiseen. Palautteen antaminen koko joukon läsnäollessa yksilölle opettaa myös muita tehtyjen virheiden korjaamisessa tai tyhmyyksien ehkäisemisessä.

Palautteen pitää olla asiallista ja aina jossain määrin kannustavaakin. Haastattelujen perusteella kuitenkin huomasi, että oli olemassa kahdenlaista kouluttajaa. Oli kannustavia ja rehtejä ja oli ikäviä ja muista piittaamattomia. Varusmieskouluttajilla on tärkeä tehtävä toimia oikeudenmukaisina tuomareina ja ohjaajina läpi koulutuksen.

”Oli kannustava kouluttaja hyvä monessakin tilassa, ymmärsi muita hyvin. Pelkillä varusmiesjohtajilla ei olisi päästy näihinkään tuloksiin, mihin nyt ollaan päästy. Asiallisia kouluttajia.” H2

”Merkitys on todella iso, vaikuttaa yrittämiseen positiivisesti, positiivinen palaute auttoi jakamaan.” H3

Yksiköiden päälliköitä ja varusmieskouluttajia seurataan tarkasti. Heidän toivotaan olevan mukana varusmiesten rutiineissa. Osa yksiköiden päälliköistä piti itseään liian suurena tulemaan varusmiesten tasolle. Osan päivittäisen päällikön tehtävistä hoiti oma joukkueen kouluttaja, vaikka joskus olisi toivottukin päällikön tulevan ilmoittavan asiasta.

Varusmiesten silmissä päälliköllä, joka pitää itseään pelottavana eikä anna tulla lähelle, ei ole kannustavaa vaikutusta. Yksikön päällikkö on kuitenkin yksikön pääkouluttaja. Liian yläpuolella kulkevia kouluttajia ei arvosteta. Näinkin pieneltä tuntuva asia saattaa lannistaa tukea tarvitsevat varusmiehet.

”Varusmiespalvelukseni aikana minulla oli kolme yksikön päällikköä. Kauiten ollut yksikön päällikkö ei ollut juurikaan varusmiesten kanssa tekemisissä. Hän oli lähinnä ”haista paska” -äijä ja oli muidenkin kouluttajien kanssa riidoissa. Olisi mukavampaa, jos yksikön päällikkö olisi enemmän mukana koulutuksessa ja rutiineissa.” H1

”Noh, en muista edes nimeä enkä muita siitä mitään. En edes kokenut tärkeäksi hänen läsnäoloaan, näin meni ihan hyvin.” H5

8.3. Nuoren kiinnostuksen kohteet

Jos kokee armeijan velvollisuudeksi, on helpompi suhtautua muutoksiin. Myös velvollisuudentuntoisilla nuorilla on joskus hetkiä, että he jättävät palveluksen kesken ja lähtevät kotiin. Varsinkin rankemmat taisteluharjoitukset yhdistettynä suoranaiseen, negatiiviseen palautteeseen saavat mielialan alas.

Yritteliäät nuoret pitävät usein todellisen tuntuista kuljettajakursseista ja kovapanosammunnoista. Lisäksi tupakaverit ja kouluttajat mielletään tässä ryhmässä mukaviksi.

”Kovapanosammuntaharjoitukset olivat mielenkiintoisimpia harjoituksia. Hyökkäys oli mielenkiintoisin. Myös tilanteenmukaiset sotaharjoitukset olivat mukavia.” H1

”Ehdottomasti parasta olivat sotilaskuljettajakurssit ja loppusota.” H3

8.4. Varusmiespalveluksessa huomioitavat lahjakkuudet

Jos nuori tuntee itse lahjakkuutensa ja osaa tuoda ne esille, hän yleensä pääsee haluamaansa jatkoapaikkaan; esimerkiksi johtaja- tai muuhun erikoiskoulutukseen (kuljettaja, tiedustelija, mp-lähettilä, ym). Aikaisempi koulutus ei vaikuta suoranaisesti jatkovalintoihin. Kutsunnoissa tehdään karkea jako kuitenkin aikaisemman koulutuksen tai osaamisen pohjalta.

Omalla tavoitteen asettelulla on vaikutusta sotilaskoulutuksen suuntautumiseen. Jos on vaakaasti päättänyt pärjätä palveluksessa, tavoite tuskin jää kovinkaan paljoa huonommaksi. Varusmiespalveluksessa ei opeteta selkeästi omien tavoitteiden asettelua, eikä omia tavoitteita vaadita. Liian usein riittää, että tyytyy menemään valtavirran mukana.

Haastateltavien mukaan tavoitteen opettaminen varusmiehille olisi tärkeää, kuten myös tavoitteiden asettaminen myöhemmissäkin elämän vaiheissa. Tavoitteinen ihminen osaa arvioida ja kehittää osaamistaan. Ei ole niin taitavaa johtajaa tai tekevää osaajaa, ettei itseään voisi kehittää. Jos tuntuu liian helpolta, niin he asettavat tavoitteet taas korkeammalle.

”Varusmiehille ei opeteta tavoitteen asettelua. Armeijan tyyli on, että mennään eteenpäin sitä mukaa kuin käsketään. Enemmänkin tavoitteita saisi olla, eikä mennä vain virran mukana.”

H1

”Ei tarpeeksi, mutta kyllä kannattaisi!” H5

Hyvin palvelleet kokevat, että varusmieskouluttajat ovat onnistuneet antamaan positiivista ja negatiivista palautetta tasaisesti. Oikeanlainen kannustaminen auttaa jaksamaan eteenpäin ja yrittämään paremmin. Kannustamisen paikankin voi valita myös oikeaan paikkaan, jossa saa koko joukon huomion. Esimerkiksi hyvin menneen harjoituksen jälkeen kouluttaja sanoo, että tällä joukolla voisinkin lähteä sotaan. Moni ihminen arvostaa tällaisia sanoja huomattavasti enemmän kuin esimerkiksi sitä, että harjoitus meni hyvin ja hyvää viikonloppua. Lisäksi tarvitaan negatiivista palautetta suoritusten parantamiseen.

Drydenin ja Vosin teos (1994, 270.) kuvaa itsearvostuksen oppimisen salaisuudeksi: ”Ohjelmoi itsesi onnistumaan, älä epäonnistumaan. Ota oppia menestyjistä. Kiinnitä huomiosi kuuteen elintärkeään päämäärään: fyysinen turvallisuus, emotionaalinen turvallisuus, identiteetti, yhteenkuuluvuus, kompetenssi ja päämäärä”. Vaikka tämä ohje on annettu koulutettavalle, myös kouluttajan pitää kulkea tämän linjan mukaan.

Jotta varusmiesten itsetunto kehittyy varusmiespalveluksessa tai että se on vähintään tuettu, varusmieskouluttajallakin on oltava hyvä itsetunto. Hyvä itsetunto on kyky arvostaa muita ihmisiä (Keltinkangas-Järvinen 1994, 19.). Varusmiehet odottavat, että esimiehet pystyvät johtamaan, mutta olemaan silti varusmiesten tasolla. Tämä odotus nousee esiin myös keskusteltaessa nuoren arvostuksista luvussa 9.2.

”Itse olin rohkeasti joka tilanteessa mukana; itseluottamus oli hyvä. Joukossa oli myös paljon hyssyköitä, jotka eivät halunneet näkyä. Luottamusta annettiin aina enemmän, kun perusasiat onnistuivat hyvin.” H1

”Se on mielestäni yksilöstä kiinni, jos on siviilissäkin reipas, niin varmasti se näkyy palveluksen aikana.” H4

Varusmiespalveluksessa menestyvät eivät koe palvelusaikaa henkisesti raskaaksi. He sopeutuvat kuriin ja käskynantoon. Heidän mielestään varusmiespalvelus on fyysisesti rankka, mutta aina olisi myös valmius rankempaan koulutukseen. Haastateltavat muistelivat rankkoja hetkiä palveluksen aikana, jolloin esimerkiksi heräsi märästä makuupussista ja oli kylmä. Toiset saivat siitä voimia jaksaa eteenpäin, kun ei antanut periksi ja antanut muiden kantaa omia varusteitaan. Sinnikkyys ja päättäväisyys auttoivat jaksamaan vaikeissakin tilanteissa.

”Asetin sellaiset tavoitteet, että kesken en jätä ja kenenkään ei tarvinnut kantaa minun varusteitani. H3

8.5. Varusmiehen minäkuva

Oikein asennoitunut varusmies on rohkeasti eri tilanteissa mukana. Silti joukossa on erilaisia persoonallisuuksia, joista useimmat eivät joko uskalla tai halua olla ryhmän mukana. Siviilissä jo aikaisemmin haasteita hakevat ihmiset uskaltavat tuoda omia näkökulmia rohkeammin esille. Alusta lähtien jokaisen pitäisi tuoda julki henkilökohtaisia mielipiteitään.

Varusmiespalveluksessa voi kohottaa myös itseluottamustaan esimerkiksi menestymällä hyvin ja saaden siten lisää vastuita ja haasteita hoidettavakseen. Itseluottamus kasvaa varsinkin

johtajakoulutuksen myötä, kun joutuu komentamaan isoa joukkoa yksin. Erilaiset kannustavat maininnat koulutettavia kohtaan saavat nostatettua henkilöiden itseluottamusta.

Itsetuntoa on se, kuinka paljon hyviä ominaisuuksia ihminen itsessään näkee. Itsetunto on hyvä silloin, kun ihmisen minäkäsityksessä ovat voitolla positiiviset ominaisuudet. Huonossa itsetunnossa negatiivisten ominaisuuksien määrä on suurempi kuin positiivisten. Hyvän itsetunnon omaavan ihmisen minäkuva on kuitenkin totuudenmukainen. Hyvien ominaisuuksien lisäksi hän havaitsee ja tietää myös heikkoutensa. (Keltinkangas-Järvinen 1994, 17.)

Jos itsetunto on kohdallaan, pystyy vastaanottamaan positiivisen palautteen lisäksi myös negatiivisia kommentteja. Varusmiesjohtajat saattavat kokea itsetuntoon kohdistuvaa painetta niin kouluttajien kuin alaistenkin puolelta. Vastaavasti matalan itsetunnon ja mielialan yhteys aikaansaa kehävaikutuksen. Jos itsetunto on heikko, on mielialakin helposti alavireinen. Alavireisyys laskee ennestään matalaa itsetuntoa, ja matala itsetunto voimistaa pahanolontunnetta. (Keltinkangas-Järvinen 1994, 36.)

Jos varusmiehellä on palvelukseen astuttaessa heikohko kunto ja se nousee palveluksen aikana, hän haluaisi jatkaa kunnon ylläpitämistä myös siviilissä. Puolustusvoimat eivät tällä hetkellä ohjeista kunnon ylläpitämisen jatkamista kovinkaan hyvin. Vastaajat kokevat, että kunnon ylläpitämisestä kerrottiin viimeisenä palveluspäivänä, jolloin ajatukset olivat jo siviilissä. Vastaavasti fyysisen kunnon tärkeydestä voisi puhua jo vaikka palveluksen puolessa välissä ja harjoittaa palveluksen suorittaneita hoitamaan omaa kuntoaan.

Harjoitukseen voisi kuulua harjoitusohjelman laatiminen ja sen noudattaminen. Aikaa kuitenkin on, kun sitä järjestetään oikein. Suunnittelemalla oikein harjoitukset ja koulutukset kyseisiä oppeja saa ihan päivän rutiinien ohella. Haastattelijoiden mielestä palveluksen aikana järjestettävät vapaaehtoinen motivaatioliikunta olisi hyvä lisä vapaa-ajalle. Harjoittelu tapahtuisi keppi ja porkkana -menetelmällä.

”Kunnon hoitamista oli puhetta, mutta täysin väärällä hetkellä: kunnon hoitamisesta mainittiin nopeasti juuri ennen kotiutumista, ajatukset olivat viimeisenä päivänä jo ihan muualla.” H1

”Kyllä siitä annettiin ohjeita, ehkä puolessa välissä palvelusta olisi voinut olla yksi tunti ja lopussa toinen.” H3

8.6. Yhteenveto

Haastattelututkimuksen keskustelut olivat mielenkiintoisia ja antoivat ehkäpä paljon enemmän, kuin tähän on pystytty kirjoittamaan. Näkökulmia oli monia ja niitä haastattelun alussa lähdettiin hakemaan. Kaikilla oli eri tavoitteet ja lähtökohdat. Kuitenkin kaikki kokivat tärkeimmäksi omien kotijoukkojen tuen. Monet kokivat sen eri tavalla, toiset kannustavana ja toiset taas palveluksen aikana taloudellisessa tukemisessa.

Osittain haastattelujen perusteella oli havaittavissa varusmiesjohtajien aseman ja vallan väärinkäyttöä. Sidosryhmien vaikutus näkyy tässä selvästi: asenteita muokataan myös tupakaveiden ja kouluttajien taholta. Iltaisin kavereiden kanssa pidetyt palaverit auttoivat jaksamaan eteenpäin. Myös yhteiset jatkopäätökset palveluksen pituudesta tai keskeyttämisestä tehtiin yhteispäätöksellä. Valmistautuvalla ja päättäväsellä asenteella haastateltavat valmistautuivat kokonaan ”toisenlaiseen” elämänasenteeseen puolustusvoimissa.

Median näkyvät artikkelit ja suora kritiikki nykyajan varusmiespalvelukseen vaikuttaa henkisesti heikompiin nuoriin. Ne, jotka ovat päättäneet suorittaa varusmiespalveluksen loppuun, eivät välitä median tarjoamista ajatuksista. Päinvastoin, monelle nousee jopa uhma uida vastavirtaan.

Haastateltavien mielestä virheiden korjaaminen välittömästi on tärkeää. Palautteen antaminen koko joukon läsnäollessa yksilölle opettaa myös muita tehtyjen virheiden korjaamisessa tai tyhmyyksien välttämässä. Palautteen pitää olla asiallista ja aina jossain määrin kannustavaakin. Varusmieskouluttajilla on tärkeä tehtävä toimia oikeudenmukaisina tuomareina ja ohjajina läpi koulutuksen.

Varusmiesten silmissä päälliköllä, joka pitää itseään pelottavana eikä anna tulla lähelle, ei ole kannustavaa vaikutusta. Yksikön päällikkö on kuitenkin yksikön pääkouluttaja. Liian yläpuolella kulkevia kouluttajia ei arvosteta. Näinkin pieneltä tuntuva asia saattaa lannistaa tukea tarvitsevat varusmiehet.

Jos kokee armeijan velvollisuudeksi, on helpompi suhtautua muutoksiin. Myös velvollisuudentuntoisilla nuorilla on joskus hetkiä, että he jättävät palveluksen kesken ja lähtevät kotiin. Varsinkin rankemmat taisteluharjoitukset yhdistettynä suorasanaiseen, negatiiviseen palautteeseen saavat mielialan alas.

Haastateltavien mukaan tavoitteen opettaminen varusmiehille olisi tärkeää, kuten myös tavoitteiden asettaminen myöhemmissäkin elämän vaiheissa. Tavoitteellinen ihminen osaa arvioida ja kehittää osaamistaan.

Puolustusvoimat eivät tällä hetkellä ohjeista kunnon ylläpitämisen jatkamista reserviin siirryttäessä kovinkaan hyvin. Vastaajat kokevat, että kunnon ylläpitämisestä kerrottiin viimeisenä palveluspäivänä, jolloin ajatukset olivat jo siviilissä. Fyysisen kunnon tärkeydestä voisi puhua jo vaikka palveluksen puolessa välissä ja harjoittaa palveluksen suorittaneita hoitamaan omaa kuntoaan.

Harjoitukseen voisi kuulua harjoitusohjelman laatiminen ja sen noudattaminen. Aikaa kuitenkin on, jos se järjestetään oikein. Suunnittelemalla oikein harjoitukset ja koulutukset kyseisiä oppeja saa ihan päivän rutiinien ohella. Haastattelijoiden mielestä palveluksen aikana järjestettävät vapaaehtoinen motivaatio liikunta olisi hyvä lisä vapaa-ajalle.

Ihmisten tukeminen niin varusmiespalveluksessa on yhtä tärkeää kuin siviilissäkin. Toiset ihmiset ovat heikompia, jolloin vahvemman on pyrittävä tukemaan. Uskon henkilökohtaisesti, että auttaen vaikeassa tilanteessa heikompia huomaa sen varmasti positiivisena asiana tulevaisuudessa.

9. JOHTOPÄÄTÖKSET

Suomalaisten nuorten miesten kuntotaso on heikentynyt merkittävästi menneen kolmenkymmenen vuoden aikana. Yhteiskunta ja Puolustusvoimat sen tärkeänä osana elävät murrosvaiheessa, jossa tarvitaan ratkaisuja ihmisten ja eritoten nuorten liikkumisen motivoimiseen.

Tehdyn haastattelututkimuksen perusteella voidaan todeta, että varusmiespalveluksen aikana tärkeimmäksi motivoivaksi tekijäksi koettiin omien kotijoukkojen tuki. Osa koki sen muuten vaan kannustavana ja osa palveluksenaikaisena taloudellisena tukena.

Niin yksikön päällikön kuin muiden kouluttajien käytöksellä ja kohtelulla on iso merkitys varusmiespalvelukseen onnistuneeseen läpivientiin. Varusmieskouluttajilla on myös hyvin tärkeä tehtävä toimia oikeudenmukaisina tuomareina ja ohjaajina läpi koulutuksen.

Haastateltavien mielestä opastaminen ja virheiden korjaaminen välittömästi on tärkeää. Palautteen antaminen koko joukon läsnäollessa yksilölle opettaa myös muita tehtyjen virheiden tai tyhmyyksien jatkon välttämiseksi. Palautteen pitää olla asiallista ja aina jossain määrin kannustavaakin.

Nykyinen huonokuntoisiin nuoriin kohdistuva tiedotusvälineiden kautta välittyvä asenneilmasto on hyvin vähän motivoiva. Tuskin lihava henkilö haluaa jatkuvasti kuulla olevansa läski, koska olotila on muutenkin raskas. Tärkeämpää olisi etsiä syyt ja vaikuttaa niihin, eikä koko ajan mätkiä uhreja.

Sotilaskoulutusta edeltävä elämänkaari on sellainen, ettei se johda nuorta jatkuvaan liikkumiseen ja kunnon ylläpitoon, niin vaikea sellaiseen on myöhemminkään oppia, koska elämässä tulee paljon muita velvoitteita. Mahdotonta se ei kuitenkaan ole, jolloin puolustusvoimillakin olisi hyvä mahdollisuus osallistua kansalaistalkoisiin.

On sitten toinen kysymys, onko puolustusvoimilla siihen halua ja resursseja ilman, että puolustusvoimien päätehtävän hoitamista edellytykset eivät heikkene. Todellisessa kriisitilanteessa selviämiseen joudutaan mahdollisesti rekrytoimaan koko kansa, jolloin joukko on niin hyvä kuin sen heikoin lenkki, ellei sitä heikointa lenkkiä sitten päätetä uhrata ja heittää yli laidan.

Varusmiespalveluksen loppuvaiheessa tulevia reserviläisiä tulisi opastaa ja ohjata kunnon ylläpitämiseen jatkossa. Haastateltavien mukaan tavoitteen opettaminen varusmiehille olisi tärkeää. Tavoitteiden asettaminen myöhemmissäkin elämän vaiheissa olisi tärkeää. Suuri osa palveluksen käyneistä perustaa perheen ja lapsien kasvatuksessa tulisi huomioida ja opastaa liikunnan tärkeyttä. Tällä tavoin ihmiset antavat parhaimman tuen tulevalle Suomen kestäväälle selkärangalle.

Tutkimus osoittautui mielenkiintoiseksi ja tärkeäksi. Tutkimusta on tarkoitus jatkaa ja syventää maisterivaiheessa. Gradutyötä varten tavoitteena on hankkia isompi otos palvelukseen astuneilta ja sitä suorittavilta varusmiehiltä. Jatkossa työtä suunnataan ja syvennetään enemmän myös psyykkisiin osa-alueisiin.

LÄHTEET

Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Oy Edita Ab, Helsinki.

Atkinson, R. ja Hilgard, E. 1983. Introduction to Psychology. 8. painos. San Diego, the USA: Harcourt Brace Jovanovich, INC.

Cacciatore, R. ja Koiso-Kanttila, S. 2008. Pelastakaa pojat. Gummerus kirjapaino, Jyväskylä.

Dryden, G. ja Vos, J. 1994. Oppimisen vallankumous. Ohjelma elinikäistä oppimista varten. WSOY:n graafiset laitokset, Juva.

Hanin, J. 2005. Psykologian avulla voidaan parantaa kilpailukykyä 22.6.2005. [Viitattu 13.4.2008]. <http://network.ilehti.com/uutiset/johtaminen/psykologian-avulla-voidaan-parantaa-kilpailukyky.html>.

Heikkinen, H., Rovio, E. ja Syrjälä, L. (toim.). 2007. Toiminnasta tietoon: toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 2. painos. Kansanvalitusseura, Helsinki.

Herrala, H., Kahrola, T. ja Sandström, M.. 2008. Psykofyysinen ihminen. WSOY Oppimateriaalit Oy, Helsinki.

Helsingin Sanomat. 2.3.2008. Lätkälegenda skarppasi kondikseen.

Karjalainen, S. ja Kukkonen, P. 2005. Psykologista käyttötietoa. Edita Prima Oy, Helsinki.

Keltinkangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. WSOY:n graafiset laitokset, Juva.

Liesinen, K. 2000. Varusmiesten kunto aikaisempaa huonompi 24.11.2000.[Viitattu 21.2.2009].http://www.verkkouutiset.fi/arkisto/Arkisto_2000/24._marraskuu/saku_4700.htm

Metsäpelto, R.-L. ja Feldt, T. 2009. Meitä on moneksi. WS Bookwell Oy, Juva.

Multimäki, K. ja Venna, Y. 1983. Psykologian perustietoa ja käytäntöä. 6WSOY:n graafiset laitokset, Porvoo.

Satakunnan Kansa. 12.2.2008a. Armeija haluaa seuloa nuoret tarkemmin jo kutsunnoissa. Puolustusvoimat haluaa kouluihin lisää liikuntatunteja.

Satakunnan Kansa. 13.2.2008b. Pullamössösukupolvi otti opettajat maalitaulukseen.

Stengård, E., Appelqvist-Schmidtlechner, K., Henriksson, M., Parkkola, K. & Upanne, M. (2008). Time out! Aikalisä! Elämä raiteilleen. Varusmies- ja siviilipalveluksen ulkopuolelle jääneiden miesten elämäntilanne ja psykososiaalinen hyvinvointi. Stakes, Raportteja 18/2008.

Stähle, J. 22.3.2008. Uhanalainen luonnonvara. Satakunnan Kansa.

Törmänen, E. 23.1.2009. Kunto paranee vain liikkumalla. Tekniikka & Talous

HENKILÖHAASTATTELUT

H1. 21 vuotias, työelämässä. Koulutus ammattikoulu. Haastattelu 2008.

H2. 23 vuotias, opiskelija. Koulutus ammattikoulu. Haastattelu 2008.

H3. 23 vuotias, työelämässä. Koulutus ammattikoulu. Haastattelu 2008.

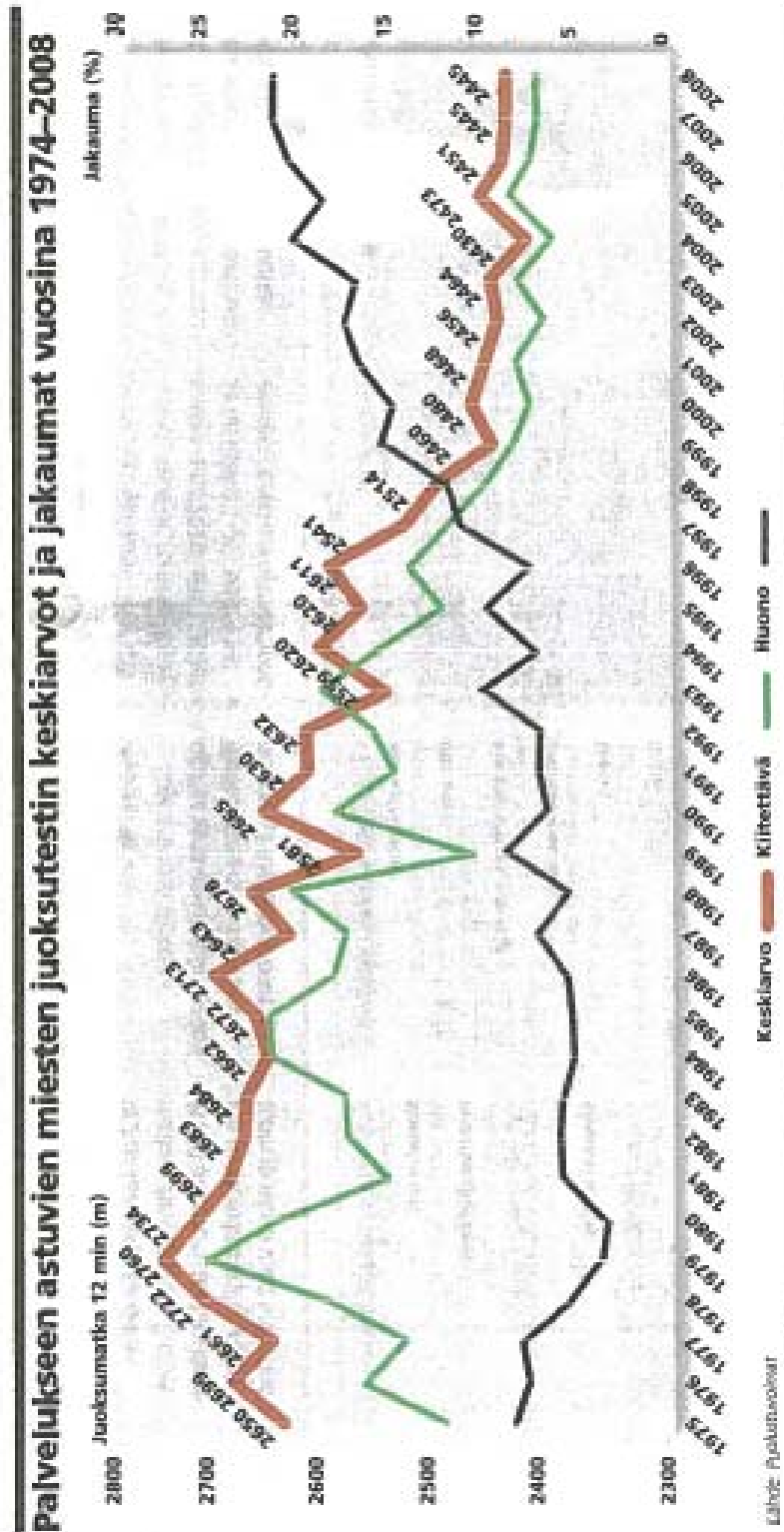
H4. 25 vuotias, työelämässä. Koulutus ammattikoulu. Haastattelu 2008.

H5. 32 vuotias, työelämässä. Koulutus ammattikoulu. Haastattelu 2008.

LIITTEET

LIITE 1

Palvelukseen astuvien miesten Cooper -juoksutestin keskiarvot ja jakaumat vuosina 1974 – 2008 (Törmänen 2009).



LIITE 2.

Haastattelututkimusosion kysymykset:

Sukupuoli, ikä, koulutusaste, kotipaikkakunta, sotilasarvo?

Milloin olet suorittanut varusmiespalveluksen?

Kuinka pitkä oli palvelusaikasi?

Suorititko palvelukseen kokonaan, jos et niin miksi?

Jos keskeytit palveluksen niin kuinka kauan olit palveluksessa?

A) Arvostukset:

- 1) Arvostiko perheesi/puolisosi palvelustasi?
- 2) Koitko varusmies varusmiespalveluksen tärkeäksi?
- 3) Millaisia vaikutuksia palveluspaikkasi sotilaskurilla oli sinuun?
- 4) Mitä mieltä olet kohtaamasi sotilaskurin kovuudesta tai löysyydestä?
- 5) Mikä vaikutus on tupakavereilla ja ystävillä on kannustaa jaksamaan ja yrittämään?
- 6) Mitä media ja ympäristö ajattelevat varusmiesten koulutuksesta ja tuloksista?
- 7) Saitko palveluksestasi ennakkovaikutuksia?
- 8) Jos koit varusmiespalveluksen rankaksi, olisiko kouluttajan kannustaminen tai muu vastaava henkilö auttanut jaksamaan paremmin?
- 9) Oliko ruoka hyvää ja riittävästi?
- 10) Mollasiko kouluttajasi sinua muiden edessä?
- 11) Millainen oli yksikkösi päällikkö?
- 12) Oliko loma päiviä tarpeeksi?

B) Kiinnostukset:

- 1) Miksi astuit palvelukseen?
- 2) Menisitkö palkka-armeijaan?
- 3) Kohtaavatko fyysiset tavoitteet ja henkiset tavoitteet?
- 4) Milloin sinusta tuntui, että lähdet huomenna kotiin ja milloin jaksoit taas paremmin?

- 5) Kuinka usein kävit sotkussa? Mitä söit, miksi? Mitä teit siellä?
- 6) Piditkö tupakavereitasi tai kouluttajastasi?
- 7) Oliko joku henkilö sellainen, josta pidit erityisemmin, miksi? Mistä erityisimmin?
- 8) Millainen harjoitus oli mielenkiintoisin?

C) Lahjakkuuksia:

- 1) Vaikuttiko oma halukkuutesi jatko valintoihin?
- 2) Miten aikaisempi koulutuksesi huomioitiin?
- 3) Huomioitiinko aikaisempaa osaamistasi?
- 4) Huomasitko sitä jatkovalinnoissa?
- 5) Keskittyikö varusmieskouluttajasi korjaamaan vain heikkouksia, vai huomioiko hän vahvuuksia tarpeeksi?
- 6) Asetettiin teille realistiset tavoitteet?
- 7) Asetitko itsellesi tavoitteita?
- 8) Opetetaanko varusmiehille tavoitteen asettelua?
- 9) Nousiko kuntosi palveluksen aikana?
- 10) Oliko varusmiespalvelus rankka fyysisesti?
- 11) Oliko varusmiespalvelus rankka fyysisesti?
- 12) Oliko sinulla valmiiksi hyvä kunto?

D) Minkälainen henkilö haluaisit olla:

- 1) Onko varusmiehellä rohkeutta ja itseluottamusta?
- 2) Saako ja annetaanko sitä varusmiespalveluksen aikana?
- 3) Kasvattaako varusmiespalvelus näitä ominaisuuksia?
- 4) Haluatko kuntosi säilyvän vai oliko se vaan sellainen intin juttu?
- 5) Jäikö palveluksen loputtua kipinä liikkumiseen?
- 6) Mitkä ovat tulevaisuutesi odotukset?
- 7) Kuvittelisiko voitasi koskaan työskennellä puolustusvoimissa?
- 8) Miten hoidat kuntoasi reservissä?
- 9) Annettiin varusmiespalveluksen aikana ohjeita reservinaikaiseen kunnon hoitamiseen?