

TARTU ÜLIKOOL  
Pärnu kolledž  
Ettevõtluse osakond

Tarmo Meresmaa

**Olümpiamängudel osalenud Eesti tipp sportlaste  
karjääri toetamine pärast tipp spordiga  
lõpetamist**

Magistritöö

Juhendaja: lektor Gerda Mihhailova MA  
Kaasjuhendaja: lektor Liina Puusepp

Pärnu 2016

## SISUKORD

Sissejuhatus .....	3
1. Spordi roll ühiskonnas ja tippsportlaste karjäärijuhtimine selle osana .....	7
1.1. Spordi roll, vajalikkus ja sotsiaalmajanduslik mõju ühiskonnas .....	7
1.2. Karjäärijuhtimise olemus ja eripärad tippspordi valdkonnas.....	12
1.3. Sportlase spordikarjääri järgse eluperioodi karjäärivalikud ja väljakutsed .....	20
2. Tippsportlaste spordikarjääri uuring Eestis.....	29
2.1. Tippsportlaste karjäärivalikute problemaatika Eestis .....	29
2.2. Tippsportlaste spordikarjääri kujunemise uuringu meetodika ja tulemused ....	35
2.3. Tippsportlaste spordikarjääri kujunemise uuringu järeldused ja ettepanekud..	61
Kokkuvõte .....	69
Viidatud allikad.....	73
Lisad.....	80
Lisa 1. Olümpiamängudel osalenud Eesti tippsportlaste karjääriuuringu ankeetküsitlus .....	80
Lisa 2. Uurimustöö struktuur .....	89
Lisa 3. Intervjuu kava tippsportlaste treeneritele .....	90
Lisa 4. Fookusrühmas osalenud isikute nimekiri.....	92
<i>Summary</i> .....	93

## SISSEJUHATUS

Sport on olnud ja on jätkuvalt erilise ühiskondliku tähelepanu objektiks, mistõttu on selle olemasolu ja mõju ühiskonnale ning majandusele võimatu arvestamata jätta. Sport kannab olümpismi elufilosoofiat, mis ühendab keha, tahte ja vaimu omadused harmooniliseks tervikuks ja seostab spordi kultuuri ja kasvatusena, põhineb heade eeskujude kasvatuslikul väärtusel ja püüdleb eetiliste põhimõtete austamisel rajaneva elulaadi poole. Sport on kultuuri lahutamatu osa, mis on muutunud kättesaadavamaks, mitmekesisemaks, varustuse ja rajatiste kvaliteet on paranenud ning haarab oluliselt suuremat hulka rahvast kui me võrdleme aastakümnete tagust perioodi. Alates kaasaegse spordiliikumise kujunemisest eelmise sajandi algusaastatel on sport ja spordikangelased olnud populaarsed. Edu saavutusspordis on väärtustatud, õnnestumised on aidanud hoida ja ergutada omariiklust, mõjutada noorte valikuid ja hoiakuid.

Sportlastel esineb aga tõsine ning aktuaalne väljakutse kombineerimaks spordikarjääri hariduse ja/või tööga. Saavutamaks edu kõige kõrgemal sportlikumal tasemel tuleb panustada intensiivselt treeningutesse ning osaleda võistlustel nii kodu- kui välismaal, kuid mida on keeruline teostada piirangutega tööjõuturul ja/või hariduse omandamisel. Ainuüksi sportlaste motivatsioonist, pühendumisest, paindlikkusest ja vastutustundlikkusest ei piisa, mistõttu on erimeetmed vajalikud, et vältida olukorda, kus talendikas ning perspektiivikas sportlane on sunnitud valima hariduse ja spordikarjääri või töö- ja spordikarjääri vahel. Sellised väljakutsed peaksid olema soosivamad sportlaste spordikarjääri suunal võimaldamaks ühtlasi omandada haridust kui ka töötamist, sealhulgas spordikarjääri lõppemisel ning uute karjäärivalikute tegemisel.

Sportlaste spordikarjääri toetavad meetmed (nii spordikarjääri ajal kui järgselt) on suhteliselt hiljutised Euroopa Liidu liikmesriikides ja spordis üldisemalt. Riikides, kus

erinevad lahendused eksisteerivad (Eestis nt 2003. aastast Haridus- ja Teadusministeeriumi ning Eesti Olümpiakomitee poolt väljaantav haridusstipendium), esinevad probleemid selgete ja läbipaistvate kokkulepete puudumisel haridusvaldkonnas ja tööturupoliitikas. Sportlaste karjäärivalikute (sh tippspordikarjääri järgne) edu taandub peamiselt isiklikele suhetele erinevate organisatsioonide ja institutsioonide võtmepeersonidega, mistõttu vajadus süsteemsele lähenemisele jätkusuutliku finantseerimise ja seadusandliku taustsüsteemiga eksisteerib üha tugevemalt. Üldise globaliseerumise taustal, kus surve sportlastel üha enam trennida ja võistelda välismaal suureneb, muutub hariduse omandamine ja/või töö käimine väga keeruliseks. Kuna aktiivse spordikarjääri lõpetamine on paratamatus, peavad sportlased omandama võimed ülemineku läbielamiseks, et olla valmis uue karjääri alustamiseks. Üleminek võib olla lihtsam või keerulisem, sõltudes ettevalmistuse tasemest (nt hariduse või töökogemuse olemasolu), kuid tuleb arvestada, et spordikarjääri lõpetamine võib olla planeeritud, võimaldades aegsasti üleminekuks valmistuda, aga toimuda ka äkitselt (nt vigastuste korral). Nii võivad juba endistel tippportlastel ilmned erinevad psühholoogilised, finantsilised kui ka muud raskused (nt toetamas pole enam spordialaliitu, treenerit, sponsoreid jt), millega uues olukorras kohaneda.

Eesti kontekstis, tuginedes erinevatele spordivaldkonda reguleerivatele seadustele ja määrustele (nt Spordiseadus §8 ja §12; Riiklike spordistipendiumide ja -preemiate määramise tingimused ja kord §4 p.2), saab tippportlaseks pidada Eesti kodanikku, kes esindab Eesti rahvuskoondist olümpiahartas sätestatud olümpiaspordialal. Seetõttu käsitletakse käesolevas magistritöös tippportlase definitsioonina eelmainitud seisukohta, kuigi tuleb tunnistada, et tippportlase mõiste pole üheselt defineeritud ja universaalne.

Eesti spordiorganisatsioonide ja spordiliikumise jaoks on 2014. aasta sügisel toimunud VIII Eesti Spordi Kongress koostanud ja 2015. a Riigikogu poolt heaks kiidetud Eesti spordipoliitika põhialused aastani 2030 ehk sõnastanud strateegilised eesmärgid ja suunad, mida soovitakse saavutada nii spordi arenguks kui ka spordi kaudu elukvaliteedi ja elukeskkonna parandamiseks. Muuhulgas on käsitletud ka tippportlaste spordikarjääri väljakutseid ning kavatsusi soodustada saavutustele orienteeritud

sportlaste sporditegevust. Paraku puuduvad dokumendis rakenduslikud tegevused ning konkreetsed meetmed, kuidas soovitud eesmärke saavutada planeeritakse. Sportlaste toetusmeetmed peavad olema perspektiivis kehtestatud viisil, mis toetavad nii spordikarjääri aegset kui ka –järgset eluetappi, võimaldades tegeleda sportlaste karjääri väljakutsetega terviklikult ja tulemuslikult.

Magistritöö eesmärgiks on tuvastada Eesti tippsportlaste spordikarjääri järgseid valikuid takistavad ja toetavad asjaolud ning teha ettepanekuid ministeeriumitele, rahvuslikule olümpiakomiteele ning spordialaliitudele tippsportlaste spordikarjääri mõjutavate aspektide arendamiseks. Liikumine ja sport on Eestis sotsiaalselt ja majanduslikult oluline tulemusvaldkond, milles riik teostab poliitikat ning seetõttu lasub eelpoolnimetatud osapooltel vastutus spordi arendamise ees, mistõttu on soovitud suunatud neile, kes mõjutavad läbi regulatsioonide ja rahastamise Eesti spordi elu ja teostavad vähemal või suuremal määral spordistrateegia elluviimist.

Magistritöö eesmärgist tulenevad uurimisküsimused on järgnevad:

1. Millised tegurid mõjutavad tippsportlase spordikarjääri kujunemist?
2. Kes, kuidas ja milliste meetmetega toetab ja/või mõjutab tippsportlase spordikarjääri olemust?
3. Millised on tippsportlase spordikarjääri lõpetamise peamised põhjused ja probleemid ning üleminekut kujundavad asjaolud?

Magistritöö eesmärgist tulenevad uurimisülesanded on järgmised:

- spordi ja kitsamalt tippspordi mõiste, olemuse ja sotsiaalmajandusliku mõju avamine ühiskonnas;
- karjäärijuhtimise eripärade väljaselgitamine tippspordi valdkonnas;
- tippspordijärgse eluperioodi karjääri võimaluste ja -väljakutsete selgitamine;
- tippsportlaste spordikarjääri probleemvaldkonna olulisuse, aktuaalsuse ja struktuuri selgitamine (nt sportlaste haridustase, töökogemuse olemasolu, seotud isikud ja nende rolli olulisus jms) ning tippsportlaste karjääriuuringu läbiviimine Eestis;
- kogutud informatsiooni analüüsi põhjal rakenduslike soovitude formuleerimine ministeeriumitele ning spordiorganisatsioonidele arendamiseks ja soodustamiseks

tingimusi sportlaste karjääriga seotud toetavate tegevuste arendamiseks ja väljatöötamiseks.

Käesolev magistritöö koosneb kahest osast. Esimeses osas tuuakse välja spordi roll ühiskonnas ja majanduses ning käsitletakse karjäärijuhtimise üldist olemust ja eripärasid tippspordi valdkonnas, tippspordlaste spordikarjääri väljakutseid ja üleminekuid ühest etapist teise ning spordikarjääri järgse eluperioodi karjäärivalikuid. Magistritöö teises, empiirilises osas, tutvustatakse tippspordlaste karjääri lõpetanud sportlaste karjäärivalikute problemaatikat Eestis. Järelduste ja ettepanekute osas kõrvutatakse teoorias väljatoodut ning uurimusest saadud tulemusi.

Magistritöö puhul on tegemist uuringuga, mille koostamisel kasutatakse kvalitatiivsete ja kvantitatiivsete uuringu- ja analüüsimeetodite kombineerimist. Empiirilise uuringu läbiviimiseks viidi läbi poolstruktureeritud intervjuud treeneritega, ankeetküsitlus Eesti rahvuskoondist taasiseseisvumise ajal olümpiamängudel esindanud tippspordlastega ning fookusrühma arutelu ekspertidega. Küsitluse sihtgrupi (valimi) puhul võis prognoosida, et see ei kata spordialasid kõikehõlmavalt ning seetõttu on üldistuste tegemisel olnud pigem ettevaatlik. Küsitlusankeedi koostamise aluseks oli teoreetilisest osast ning dokumendianalüüsi käigus omandatud teadmised ja tulemused.

Magistritöö autor soovib tänada oma juhendajaid Gerda Mihhailovat ja Liina Puuseppa, kes toetasid ja suunasid käesoleva magistritöö läbiviimist. Ühtlasi soovib magistritöö autor eraldi tänada ka Kärt Rõigast ning Kaia Philipsit uuringu läbiviimise meetoodika nõustamise osas, Eesti Olümpiakomiteed toetamise, eksperte intervjuudes ja fookusrühma arutelus osalemise, olümpiasportlasi ankeetküsitluse täitmise ning perekonda mõistva ja toetava suhtumise eest.

# 1. SPORDI ROLL ÜHISKONNAS JA TIPPSPORTLASTE KARJÄÄRIJUHTIMINE SELLE OSANA

## 1.1. Spordi roll, vajalikkus ja sotsiaalmajanduslik mõju ühiskonnas

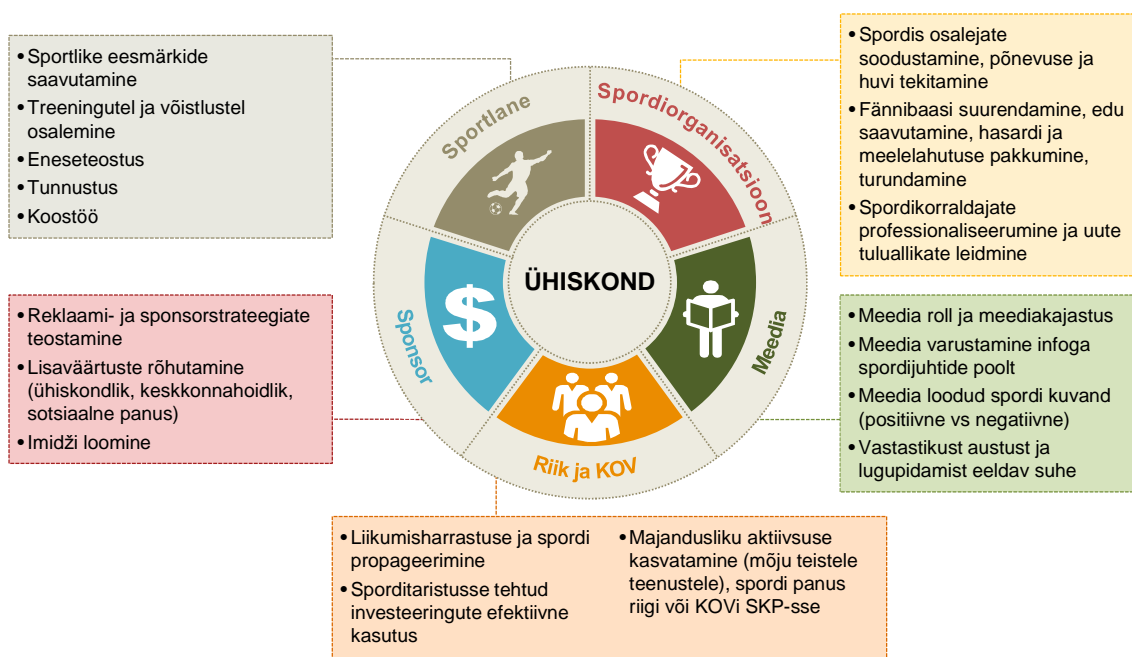
Sport on olnud ja on jätkuvalt erilise ühiskondliku tähelepanu objektiks, mistõttu on selle olemasolu ja mõju ühiskonnale ning majandusele võimatu arvestamata jätta. Sport hoiab vaimu ja keha tasakaalu ning toetab olulisel määral rahva tervise ja heaolu kujunemist. Tervelt ja tegusalt elatud elu aitab kaasa omakorda riigi sotsiaalmajandusliku arengusse ning tagab ühiskondlikult sidusa väärtusruumi.

Spordi sõna mainiti tõenäoliselt esmakordselt Inglismaal (päribneb prantsuse keelsest sõnast *desport*, mis tähendab vaba aega) ning selle tähendus on aja jooksul muutunud (Luitzen, Kemmerman & Delheye, 2015, lk 1431). Euroopa Ühenduste Komisjoni valge raamat spordi kohta (2007) toob välja, et:

sport on kasvav sotsiaalne ja majanduslik nähtus, mis aitab oluliselt kaasa Euroopa Liidu strateegilistele eesmärkidele, mis on seotud solidaarsuse ja heaoluga. Olümpiaideaal, mille kohaselt sport edendab rahvaste- ja kultuuride vahelist rahu ja mõistmist ning aitab kaasa ka noorte inimeste haridusele, sündis Euroopas ning seda ideaali on edendanud Rahvusvaheline Olümpiakomitee ja Euroopa olümpiakomiteed. (lk 2)

Spordi rolli üle ühiskonnas võib vaielda, kuid selle kohta on väidetud, et haritud ja edukad tippportlased (näiteks olümpia- või muude meistrivõistluste medalite võitjad) võivad motiveerida mingit osa inimesi ka ise aktiivselt spordis osalema (Dewenter & Giessing, 2014, lk 2; Gómez, Kase & Urrutia, 2012, lk 16), osutavad seega positiivset mõju (Puusepp, 2014, lk 40) ning omavad olulist rolli meie ühiskonnas (Heinze,

Soderstrom & Zdroik, 2014, lk 685). Positiivne mõju ühiskonnas avaldub erinevate spordiga seotud huvirühmade vajaduste ja nõudmiste rahuldamisel (vt Joonis 1), mille puhul huvitav asjaolu on tõdemus, et kui leiab aset mingi positiivne sündmus, siis vallandab see teiste positiivsete sündmuste ahela, mis haarab kaasa teisedki huvipooled (Gómez *et al.*, 2012, lk 7). Spordi rolli ja mõju avamisel alltoodud skeemi alusel ilmneb, et kasud avalduvad kõigi oluliste huvirühmade jaoks, kuid see eeldab positiivsete asjaolude kokkulangevust.



**Joonis 1.** Spordi roll ja sotsiaalmajanduslik mõju ühiskonnas (Gómez *et al.*, 2012, lk 8; autori täiendatud)

Nii saab nt eduka sportlase kaasaamisel korraldatud (tipp-)spordivõistlusest<sup>1</sup> kasu spordorganisatsioon<sup>2</sup>, sponsor, aga ka meedia ning riik või kohalik omavalitsus. Selline koostöösenergia pakub mõistagi nii isiklikku, aga laiemalt ka ühiskondlikku teostusvõimalust, mistõttu täidab sport siin keskse sidususe rolli.

<sup>1</sup> Tipp-sport – tipp-sportina käsitletakse rahvusvaheliste tiitlivõistluste tasandil toimuvat või selle suunalist sportlikku konkurentsi (Spordikoolituse ja –Teabe Sihtasutus, 2015).

<sup>2</sup> Spordorganisatsioon – spordorganisatsioon laiemas mõistes on üldnimetus organiseerunud ja ühinenud spordiliikumises osalevate organisatsioonide, ühenduste, asutuste ja institutsioonide koostöövõrgustikule. Spordorganisatsioon kitsamas mõistes on spordi arendamiseks asutatud eraõiguslik juriidiline isik - mittetulundusühing, sihtasutus või äriühing, sh spordiklubi, spordiselts või -ühendus, maakonna või linna spordiliit, spordialaliit, rahvuslik olümpiakomitee. Spordorganisatsioonid kantakse Eesti spordiregistrisse. (Spordikoolituse ja –Teabe Sihtasutus, 2015)



Spordi tähtsat rolli ühiskonnas ning tema omapärasest olemusest tunnustati 2000. aastal nn Nice'i deklaratsioonis, mis käsitles spordi erilisi omadusi ja selle sotsiaalset funktsiooni, mida tuleks arvesse võtta ühise poliitika rakendamisel (Euroopa Ühenduste Komisjon, 2007, lk 2). Deklaratsiooni neljandas lisas rõhutatakse, et spordiorganisatsioonidel ja spordialaliitudel<sup>3</sup> lasub sporditegevuse juhtimisel peamine vastutus (Euroopa Parlament, 2000) ning seetõttu on ootused spordiorganisatsioonide rolli suhtes kõrged.

Üks spordi eripära seisneb selles, et see ei rahulda ainult indiviidi vajadusi nagu sportlik ja tervislik eluviis ning heaolu, vaid see panustab sellistesse positiivsetesse välismõjudesse nagu sotsiaalne integratsioon, sotsialiseerumine, demokraatia ja rahva üldine tervishoid, ning on seetõttu valitsuste huviorbiidis liikumisharrastuse soodustamiseks (Hallmann, Wicker, Breuer & Schönherr, 2012, lk 525). Euroopa Ühenduste Komisjoni valge raamat (2007, lk 3) täiendab, et lisaks kodanike tervise parandamisele on spordil ka hariduslik mõõde ning sotsiaalne, kultuuriline ja meelelahutuslik roll. Islandil läbiviidud uuringu põhjal on leidnud kinnitust, et mida aktiivsemalt noorukid sportimisega tegelevad, seda vähem tõenäolisemalt nad alkoholi tarbivad (Halldorsson, Thorlindsson & Sigfusdottir, 2014, lk 325) või Norras küsitatud noorukite (n=438) seas ilmnes, et võimlemisel noorukieas on oluline eeldus positiivse meelestatuse kujunemiseks täiskasvanuna (Rasmussen & Laumann, 2013, lk 354). Kuigi sporti on harjumuspäraselt kasutatud kui *status quo* näitena, mis toimib ühiskonnas üldjuhul neutraalse osapoolena, siis võib ja on näiteid, kus sport mängib olulist rolli ka ühiskonnas toimuvates poliitilistes revolutsioonides (Carter, 2014, lk 744). Nauright ja Wiggins (2014, lk 694) täiendavad näidetega, kus Inglismaal asutas eelkõige esialgu kriketimängijana tuntust kogunud Henry Mayers Hyndman radikaalse Sotsiaaldemokraatliku Föderatsiooni, mis hiljem muutus Sotsiaaldemokraatlikuks Erakonnaks või Venemaa bolševike juht Vladimir Lenin (Oktoobrirevolutsiooni läbiviija), kes kindlameelselt uskus, et spordi ja kehakultuuri tähtsuse rõhutamine tagab sobiva õhustiku ja revolutsioonimeelse kultuuri, mis ühtlasi arendab inimesi isiksusena ning panustab seeläbi ühiskonna edusse.

---

<sup>3</sup> Spordialaliit – spordiala harrastavate spordiklubide üleriigiline ühendus, kes spordiala rahvusvahelise spordialaliidu ning rahvusliku olümpiakomitee liikmena spordiala esindab ja kellel on ainuõigus korraldada üleriigilisi meistrivõistlusi ning anda vastavaid tiitleid (Spordikoolituse ja –Teabe Sihtasutus, 2015).

Türgis läbiviidud uuring ilmestas, kuidas spordis domineerib poliitika erinevatel spordi juhtimisega seotud tasanditel. Poliitikute manipulatsioonide ja sekkumise tulemusel määratakse soodustatud isikud erinevate spordiorganisatsioonide juhtivatele positsioonidele, operatiivtasandi juhtimisotsused on tihti poliitiliselt mõjutatud vastamaks poliitikute huvidele ning ka rahastamine võib olla korraldatud poliitilistest eelistustest johtuvalt. Selline korraldus, mida nimetatakse ka klientelismiks, on ohtlik, kuna tekitab ebatervet konkurentsituatsiooni, kus juhtivatele positsioonidele värvatakse selleks mittekompetsentsed isikud ning sellist olukorda võib iseloomustada antidemokraatia (nt valimissüsteemi ohustamine) ning korruptsioonisüüdistused (nt avalike ressursside omastamine). (Erturan-Ogut & Sahin, 2014, lk 564) Sport on seega poliitiline instrument, mida kasutatakse poliitikute poolt teistes eluvaldkondades edu saavutamiseks (Mizrahi, Bar-Eli & Galily, 2008, lk 135) ning sellekohaseid ilminguid eksisteerib paljudes riikides.

Nii ühiskonna kui ka kohaliku kogukonna arengu seisukohalt omavad spordiorganisatsioonid teinekord päris olulist mõju, kes kesksete koordinaatoritena, läbi toimiva partnerluse (Woratschek, Horbel & Popp, 2014, lk 8), suudavad omavahel ühendada mitmete valdkondade esindajad ühtse eesmärgi nimel (Heinze *et al.*, 2014, lk 685). Seetõttu toimub kohati lausa võistlus avaliku võimu poolt spordiklubide toetamiseks (näiteks sihtotstarbelised otsetoetused, maksusoodustused, investeeringud sporditaristusse), mille abil loodetakse saavutada sellist positiivset välismõju, mis soodustaks töökohtade loomist, turismi arendamist ja piirkonna atraktiivsuse reklaamimist (Sparvero & Chalip, 2007, lk 2). Euroopa Komisjoni hariduse ja kultuuri peadirektoraadi (2012, lk 3-4) tellimisel läbiviidud uuring spordi panusest Euroopa Liidu (EL) majanduskasvu ning tööhõivesse selgub, et kogu EL-i tööhõivest moodustab spordiga seotud tegevus 2,12% (absoluutnumbrites 4,5 miljonit töötajat), mis on kõrgem näitaja spordi loodud kogulisandväärtusest<sup>4</sup> ELi majanduses (1,76%) ning indikeerib, et sporditegevus on tööjõumahukas. Täiendavalt, uuringu tulemustest järeldati, et sport on oluline majanduse osa ning selle osatähtsus tulevikus suureneb.

---

<sup>4</sup> Uuringus (Euroopa Komisjoni hariduse ja kultuuri peadirektoraat, 2012, lk 19) on kasutatud mõistet *Gross Value Added* (GVA), mille vaste eesti keeles oleks kogulisandväärtus ehk sisemajanduse koguprodukt (SKP).

Sport ei toimi üldjuhul kunagi ükski, vaid vajab tõhusat koostööd ja partnerlust ning seetõttu võib nimetada spordis osalemist kui väärtuste ühispakkumiseks. (Woratschek *et al.*, 2014, lk 8) Seega on sport riigile ka oluline vahend saavutamaks suuremat rahvusvahelist tähelepanu ja sellise tuntuse saavutamisele kaasaidanud sportlased on kõrgelt lugupeetud (Hatamleh, 2013, lk 350). Eelnevat ilmestab veelkord skeem, mis erinevate asjaosaliste huvid kokku seob (vt Joonis 1 lk 8).

Spordi roll Ida-Euroopas on pärast Nõukogude Liidu lagunemist olulisel määral muutunud. Režiimi kokkuvarisemise järel pöörati pilgud lääne poole ideede ja inspiratsiooni saamiseks ning toimivate mudelite kohandamiseks sinise poliitilise, majandusliku ja sotsiaalse olukorraga. (Davies, 2004, lk 799) Davies'i poolt läbiviidud uuringust Ida-Euroopa spordikorralduses on muuhulgas tehtud ettepanekuid, et riikide keskvalitsused ja kohalikud omavalitsused ning haridusasutused ja spordiorganisatsioonid peaksid suurendama koostööd, et pakkuda vajalikku haridust ja praktikat nii palgalistele spordivaldkonna töötajatele kui ka vabatahtlikele.

Aquilina (2009, lk 4) toob oma doktoritöös välja, et tippportlane on sportlane, kes on oma riigi rahvuskoondist esindanud suurematel rahvusvahelistel võistlustel nagu Euroopa- või Maailmameistrivõistlused või Olümpiamängud. Tuleb siiski mõista, et kuna tippportlased on panustanud suure osa oma elust treeningutele ning võistlustele, siis võib nende muu elukorraldus olla tasakaalust väljas ja raskused võivad ilmneda kohanemisel spordikarjääri järgse eluga (Sinclair & Orlick, 1993, lk 148). Samuti tuleb arvestada, et mitte kõik sportlased ei teeni piisavalt investeringust tippporti (Hatamleh, 2013, lk 350). Siinkohal kasutataksegi erialases kirjanduses mõistet tippportlaste topeltkarjäär (ingl k *Dual Career*), mille all peetakse silmas perioodi, mil isik ühendab sporditegemise hariduse ja/või töökogemuse omandamisega.

Kuna spordi ja tippportlaste roll ühiskonnas on oluline, siis on põhjendatud riiklikult kaasa aidata tippportlaste edu saavutamisele kõige kõrgemal sportlikumal tasemel, kuid selliselt, mis arvestaks sportlaste topeltkarjääri eripäradest tulenevaid väljakutseid. Otsustamiseks, millised meetmed tippportlaste karjääri toetamiseks on asjakohased, mõistlikud ja jõukohased, tuleb probleemistiku olemus Eestis avada. Ilma tervikliku

lähenedeseta on keeruline pakkuda välja lahendusi, mis aitaks leevendada neid kitsaskohti, mis potentsiaalset lahendamist vajada võivad.

## **1.2. Karjäärijuhtimise olemus ja eripärad tippspordi valdkonnas**

Tavaliselt käsitletakse karjäärijuhtimist personalijuhtimise osana, mille eesmärgiks on ühelt poolt inimese eluliste ja professionaalsete ning teiselt poolt organisatsiooni vajadustest tulenevate eesmärkide täitmine. Spordi kontekstis võiks organisatsiooniks pidada näiteks spordiklubi või spordiühendust, mis tagab sportlase esmased vajadused ja korraldab tugistruktuuride toimivuse eesmärgiga saavutada spordiklubi või spordisüsteemi poolt seatud eesmärgid, mida sportlased saavutada aitavad. Eesmärkide seadmine ei eelda ilmtingimata, et üks osapool teisele ette kirjutab mida ja kuidas teha, kuid teatud määral peab toimima siiski sünergia tulevikuperspektiivi suunas liikumiseks.

Karjääri defineeritakse kui indiviidi professionaalse eneseteostuse vahendit, teekonnal, mis sisaldab hüvede saamisega seotuid tegevusi ja ameteid ning on seostatav mh Maslow vajaduste hierarhiaga, mis toob välja, et töötamise kaudu ja selle abil on võimalik indiviidil rahuldada nii oma füsioloogilised- (toit, turvalisus, kuuluvus) kui ka eneseteostusvajadused (Dumitru & Voinea, 2015, lk 100). Tänapäeva kiiresti muutuv ja ebakindlas maailmas sõltub karjäärialane edukus ning sellega kaasnev rahulolu ka sellest, kuidas indiviid tajub muudatusi, kui hästi ennast mõistab, õpib oma vigadest ja loob endale võimalusi. Karjääri juhtimisel lähtutakse eelkõige organisatsiooni huvidest ja luuakse indiviidi karjääriks sobivad tingimused ja süsteemid, kuid oluline roll on täita ka indiviidil, kes kujundab välja reaalsed eesmärgid ja strateegiad ning tagasisidesüsteemi oma karjääri hindamiseks. Karjäärijuhtimine eeldab karjäärisüsteemi olemasolu, mis suurendab indiviidide universaalsust, tõstab nende motiveeritust, loovust ja turvalisust tuleviku suhtes. (Türk, 2005, lk 342-343, 347)

Mõistena defineeritakse spordikarjääri kui pikaajset sportlikku tegevust, vabatahtlikult valitud, ja sooviga saavutada oma isikliku võimete tipp ühel või mitmel

spordisündmusel valitud spordialal (Wylleman, Alfermann & Lavallee, 1999, lk 27). Spordikarjäär võib olla teostatud kohalikul või rahvusvahelisel tasandil ning amatöör- või professionaalsel tasemel (Stambulova, Alfermann, Statler & Côté, 2009, lk 397). Sportlaste karjäärijuhtimise temaatika on selle sajandi algusest üha kasvava tähelepanu all nii erinevate riikide valitsuste kui ka spordiliikumise eestvedajate poolt (Henry, 2013, lk 356). Sportlase spordikarjääri vaadeldes võib jääda arusaamine, et see on rutiinne ning tavapärane tsüklil oma selge alguse ning lõpuga, kuid tegelikult ilmnevad spordikarjääris erinevad etapid ja üleminekud (Wylleman *et al.*, 1999, lk 6; Debois, Ledon, Argiolas & Rosnet, 2012, lk 661; Hatamleh, 2013, lk 340; vt Joonis 2). Nii teadlased kui ka praktikud väidavad, et need pöördepunktid võivad kujuneda võrdlemisi keerulisteks protsessideks, mille jaoks sportlane peaks valmistuma ja vajadusel ka tuge ning abi saama.

Vanus	10	15	20	25	30	35
<b>I Spordikarjääri areng</b>	Alustamine	Arenemine	Tippspordikarjäär Professionaliseerumine   Lõpetamine			
<b>II Inimese areng</b>	Lapseiga	Noorukiga	Täiskasvanuiga			
<b>III Sotsiaalne areng</b>	Vanemad Õed-vennad Eakaaslased	Vanemad Treener Eakaaslased	Elukaaslane Treener		Perekond Treener	
<b>IV Akadeemiline ja tööalane areng</b>	Põhiharidus	Üld- kesk- haridus	Kõrgharidus	Kutsealane väljaõpe, tööalane ametikoht		

**Joonis 2.** Sportlase karjäärimudel (Wylleman, Alfermann & Lavallee, 2004, lk 11; Stambulova *et al.*, 2009, lk 397; Wylleman *et al.*, 1999, lk 27-28; Debois *et al.*, 2012, lk 661; autori täiendatud)

Spordikarjäär erineb klassikalisest tööalasest karjäärimudelist, mille etapid jaotatakse vanuse alusel karjääriüuringutes kolmeks: alustamine vanuses 20-34, keskmine iga vanuses 35-49 ja seniorid vanuses 50 ja enam (Van der Heijden, 2006, lk 106). Seega saab väita, et spordikarjäär algab ning lõpeb varem. Spordikarjääri kvaliteet ei sõltu ühe või teise etapi tulemustest ja üleminekutest, vaid kogu spordikarjäärist tervikuna (Wylleman *et al.*, 1999, lk 17). Uuringud on andnud kinnitust, et spordikarjääri

kujunemist tuleks vaadata protsessina, mida kujundavad erinevad tingimused ja tegurid (Stambulova, Stephan & Jäphag, 2007, lk 114). Kuna spordikarjäär on lahutamatu osa elust, võivad üleminekud spordis olla mõjutatud ja omavahel seotud ka muude muutustega, mis toimuvad spordist väljaspool.

Sportlase karjäärimudeli (vt Joonis 2 lk 13) spordikarjääri arengu real näitlikustatud spordikarjääri lõpetamise etapp võib varieeruda nii spordialast kui ka individuaalsetest eripäradest tulenevalt, kuid selged seosed on leitud olevat edukuse ja tippspordikarjääri<sup>5</sup> kestvuse vahel ehk mida edukam, seda tõenäoliselt pikem karjäär (Baker, Koz, Kungl, Fraser-Thomas & Schorer, 2013, lk 75). Edu määravad aspektid on jaotatud kolmeks kategooriaks (Debois *et al.*, 2012, lk 661):

1. sportlast ümbritsevad inimesed ehk sotsiaalne keskkond (nt vanemad, treener jt);
2. isiklikud faktorid (nt sportlase isikuomadused, isiklikud otsused ja valikud);
3. spordile pühendumus (nt pidev ja sihikindel treening, vaimne valmisolek).

Sportlase karjäärimudeli teine aspekt näitab inimese psüühilise küpsemise ja arengu kulgu ning kolmas esitleb sellised sotsiaalseid arenguid ja isikuid, millega ja kellega inimesed oma elus kokku puutuvad (suhted vanematega, eakaaslastega, treeneriga, elukaaslasega jt isikutega). Viimane tasand peegeldab hariduse ja kutsealase väljaõppe ning töökogemusega seonduvaid etappe ja arenguid (Wylleman *et al.*, 2004, lk 11), mida võiks isegi eraldiseisvate aspektide ehk tasanditena vaadelda. Cecic Erpic, Wylleman ja Zupancic (2004, lk 51, 57) on sellised mittesportlased muutused (sportlase karjäärimudeli II kuni IV tasand) omakorda positiivseteks ja negatiivseteks jaganud (vt Tabel 1 lk 15). Näiteks sagedate negatiivsete sündmuste (lähedase haigus või surm) läbielamine mõjutab eelkõige spordikarjääri lõpetamise protsessi, mis seondub nii psühholoogilise kui ka ametialaste raskustega. Samas positiivsete sündmuste (nt kooli lõpetamine, uute tutvuste ja suhete loomine) puhul pole otseseid seosed spordikarjääri lõpetamise suhtes tuvastatud.

---

<sup>5</sup> Sportlase karjäärimudeli (Joonis 2) spordikarjääri arengu real mõistetakse tippspordikarjääri professionaliseerumise ja lõpetamise faasidena ehk tippspordikarjäär on spordikarjääri kitsam tähendus, kuid selle silmapaistvam osa.

**Tabel 1.** Positiivsed ja negatiivsed mittespordialased sündmused

Mittespordialaste sündmuste liigitus	Jrk	Sündmused
<b>POSITIIVSED</b>	1	Kooli lõpetamine
	2	Lapse sündimine
	3	Rasedus
	4	Oluline isiklik saavutus
	5	Uue suhte alustamine
	6	Uus töökoht
	7	Oluline elukoha kvaliteedimuutus
	8	Kokku kolimine elukaaslasega
	9	Edu eksamitel (haridusega seonduvalt)
	10	Abielu
	11	Oluline paranemine suhete arengus vanematega
	12	Vanemate toetus olulistele elusündmustele
<b>NEGATIIVSED</b>	1	Elukaaslase surm
	2	Venna/õe surm
	3	Vanemate surm
	4	Vanemate raske haigus või vigastus
	5	Oluline isiklik põrumine
	6	Lapse raske haigus või vigastus
	7	Töö kaotus, töötu olek
	8	Vanavanemate raske haigus või vigastus
	9	Venna/õe raske haigus või vigastus
	10	Vanematega suhtluse halvenemine
	11	Sõbra surm
	12	Sportlase enda raske haigus või vigastus

Allikas: Cecic Erpic *et al.*, 2004, lk 51.

Sportlase karjäärimudel (Joonis 2 lk 13), milles vanus on indikatiivse tähendusega, ilmestab sportlase kui indiviidi elukaare terviklikku kujunemist, kus olulist mõju võivad avaldada seega mittespordialased arengud ja välistegurid (Euroopa Komisjon, 2012). Spordikarjääri kujunemise protsess on seega mitmedimensiooniline (st muutused erinevates eluvaldkondades), mitmetasandiline (st muutused psühholoogilistel tasanditel) ja mitmetahuline (st erinevate tegurite koosmõju, sh rahvuslik päritolu) (Stambulova *et al.*, 2007, lk 114). Mudeli väärtus peitub just eelkõige selles, et see aitab lahti mõtestada olulised momendid tippportlase elus, kus arvukad mõjutajad ja üleminekud võivad kesta paralleelselt ning selliste tegurite mõistmine ja arvestamine võib aidata sujuva karjääri planeerimist (Aquilina, 2013, lk 382-383). Sportlase spordikarjääri kujunemist tuleb analüüsida seega terviklikult ning muutusi sportlikus

arengus ei saa vaadelda lahus või sõltumatult sportlase arengust kõikides teistes elu valdkondades.

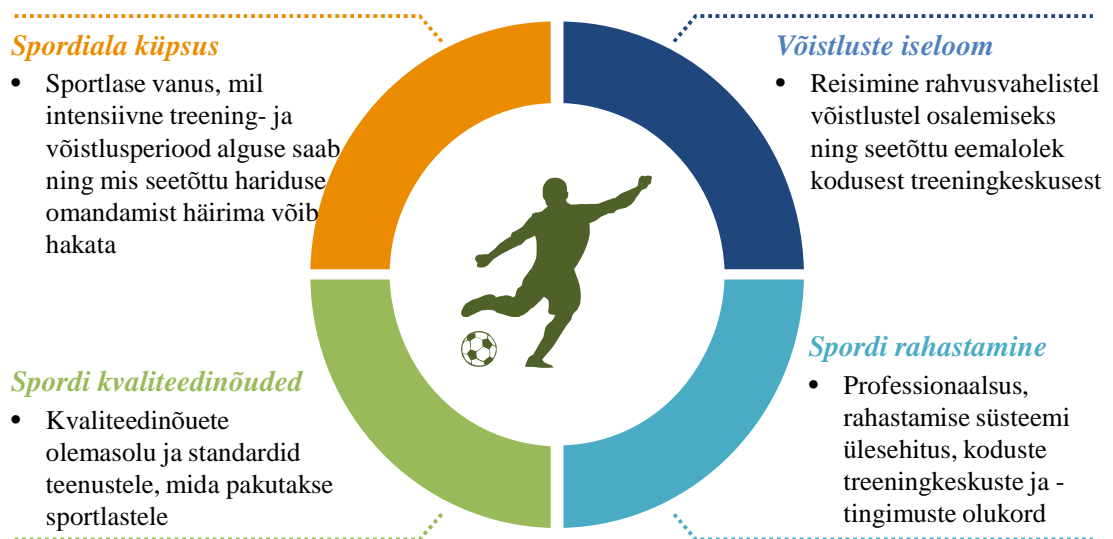
Sportimisega alustamise faasis on nimetatud vähemalt kuute erinevat põhjust, mis motiveerib lapsi sportimisega tegelema (Baillie & Danish, 1992, lk 79):

- oskuste arendamine,
- sportimisega kaasnev mängulisus ja meelelahutus,
- sõpradega koosviibimine,
- põnevuse ja atraktiivsuse hoidmine,
- parema füüsilise ettevalmistuse saavutamine,
- sotsiaalne tegevus.

Ühtlasi kujuneb selles arengujärgus välja armastus spordiala vastu ning olulist rolli omavad sel perioodil eelkõige lapsevanemad (Gould, Dieffenbach & Moffett, 2002, lk 199). Mitmed erinevad uurimused on näidanud, et just üleminek noortesportist täiskasvanute vanuserühma on kõige olulisem otsustuskoht jõudmaks edasi tippporti (Stambulova *et al.*, 2009, lk 408). Professionaliseerumise faasis saab enam määravaks näiteks treeneri või õpetaja panus, kus areneb välja meisterlikkus, tehnika ja oskused (Gould *et al.*, 2002, lk 199). Üleminek sel perioodil ei puuduta ainult sportlikku aspekti, kus muutub treeningutele lähenemine ja võistlustel osalemine, vaid muutused leiavad aset ka mittesportimisega seotud tasanditel nagu sotsiaalpsühholoogilised arengud (vanemad, sõbrad, elukaaslane), hariduse omandamine (üleminek keskkoolist kutse- või kõrghariduse omandamisele) või tööle asumine. (Wylleman *et al.*, 2004, lk 16-17) Seetõttu on eriti oluline mõista sportlaste motivatsioonitegureid ja valmisolekut hariduse omandamiseks ning spordikarjääri teostamiseks, mis annaksid haridus- ja spordiasutustele vajalikud teadmised paremate ning sobivamate teenuste väljatöötamiseks, ühildamaks hariduse omandamist sportimisega (Corrado, Tessitore, Capranica, Rauter & Topic, 2012, lk 53). Kurnavate tunniplaanide kombineerimine mahukate treeningtundidega mõjutab selgelt noorsportlase elustiili ajaplaneerimise seisukohast, nõudes tõsist pingutust ja pühendumist erinevate rollide täitmiseks, muuhulgas tuleb arvestada ka vanemate, elukaaslase ja teiste lähedaste isikute vajadustega. Väljakutse esineb ka selles, et kui sportimist planeerib ja suunab üldjuhul



treener või spordiklubi, siis hariduse omandamine lasub peaaesjalikult sportlase enda isiklikul vastutusel. (Aquilina, 2013, lk 375, 383) Pühendunud noorsportlased ohverdavad tihti erinevad akadeemilised või sotsiaalsed võimalused sportlike eesmärkide nimel (Lally, 2007, lk 91). Peamised tegurid, mis mõjutavad tippportlaste hariduse omandamist on esitatud järgneval joonisel (Joonis 3) ning mille tulemusel selgub, et hariduse omandamine võib olla häiritud mitme erineva asjaolu tõttu: spordiala küpsus ehk väljakujunenud aeg ja sportlase vanus, mil tüüpiliselt algab intensiivne treening- ja võistlusperiood, aga ka võistluste iseloom ja rahvusvaheliskus, rahastamine ja koduste treeningkeskuste ja –tingimuste sobivus ning tugiteenuste olemasolu ja kvaliteet.



**Joonis 3.** Peamised tegurid, mis mõjutavad sportlasel hariduse omandamist (Henry, 2013, lk 366; autori täiendatud)

Näiteks professionaalsetel meeskondlikel pallimängualadel nagu jalgpall või korvpall sõlmitakse profiilepingud juba orienteeruvalt 18. eluaasta paiku ning neil aladel on hariduse omandamine sellest hetkest edasi pigem harvaesinev nähtus. Individuaalse spordialana nõuab näiteks tennis tohutut pühendumist juba väga noores eas, mistõttu tippportlaste seas katkestatakse õpingud kohati isegi 16. eluaastast arvates või isegi veel varem. Samas on see spordiala rahvusvahelises tippkonkurentsisis väga hästi rahastatud. Kergejõustik, vehklemine või ujumine seevastu pole kõrgelt tasustatud spordialad ja seetõttu kombineeritakse spordikarjäär tihtipeale paralleelselt hariduse

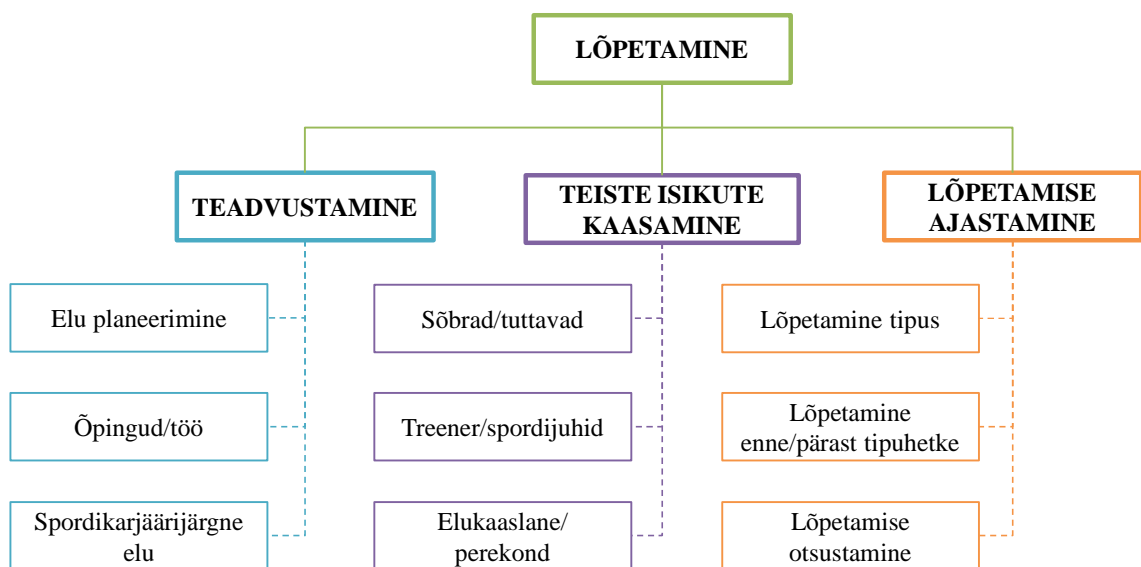
omandamise või töö käimisega. (Henry, 2013, lk 367) Iga muutus, sõltumata selle keerukusest, vajab kohanemist (Hatamleh, 2013, lk 340; Sinclair & Orlick, 1993, lk 147). Sportlase karjäärimudeli (Joonis 2 lk 13) puudujäägiks võib pidada asjaolu, et see arvestab n-ö normaalse olukorraga ning ei anna aimu ettekavatsematutest ja ootamatutest (n-ö mittenormaalsetest) sündmustest (Aquilina, 2013, lk 382-383). Spordikarjääri on seega täiendavalt klassifitseeritud veel omakorda kaheks (Debois *et al.*, 2012, lk 661; Stambulova *et al.*, 2009, lk 398; Samuel & Tenenbaum, 2011, lk 393):

1. ettearvatavate üleminekute ja arengutega karjääri teekond (iseloomulik sportlase karjäärimudelile Joonis 2 lk 13);
2. ootamatute sündmustega (nt vigastused, treenerivahetus, rahvuskoondisesse valituks mitteosutamine) teekond.

Toimetuleku või kohanemisstrateegiate roll spordikarjääris on muutumas järjest olulisemaks ning viimatised uuringud näitavad, et tipp sportlased kasutavad erinevate strateegiate kombineerimist, mis vastab paremini dünaamiliselt arenevale karjäärile (Stambulova *et al.*, 2007, lk 114; Grove, Lavalley & Gordon, 1997, lk 198). Spordikarjääri väljakutsetega toimetulek ja kohanemine liigitatakse kolmeks (Stambulova *et al.*, 2009, lk 399):

1. ennetav toimetulek,
2. kriisijuhtimine ja
3. negatiivsete tagajärgedega toimetulek.

Igal juhul on peetud oluliseks spordikarjääri järgse elu ette planeerimist ja selle toetamist riiklike struktuuride poolt (Surujlal & van Zyl, 2014, lk 482), mida Kadlcik ja Flemr (2008, lk 259) on kokku võtnud järgneval joonisel (Joonis 4 lk 19). Spordikarjääri lõpetamise planeerimine koosneb kolmest osast: esmalt selle vältimatu sündmuse teadvustamine, teisalt sportlasega lähemalt seotud isikute teavitamine ja kaasamine ning kolmandaks spordikarjääri lõpetamise ajastamine ja otsuse vastuvõtmine ning just lõpetamisotsuse vastuvõtmisega kui olulise aspektiga spordikarjääris on magistritöö autor Kadlcik'i ja Flemr'i skeemi täiendanud.



**Joonis 4.** Spordikarjääri lõpetamise korraldamine ja tuleviku planeerimine (Kadlcik & Flemr 2008: 259; autori täiendatud)

Spordikarjääri lõppemine on paratamatu sündmus (Wylleman *et al.*, 2004, lk 16) ning seetõttu on oluline teadvustada ning arvestada aegsasti spordikarjääri lõppemise vältimatusega. Gould *et al.* (2002, lk 200) uuring toob välja, et vanemad ja perekond mängivad olulist rolli sportlase psühholoogilises arengus, kuna nad pakuvad nii rahalist, logistilist kui ka sotsiaalset ning emotsionaalset tuge. Samuti omavad väga olulist tähtsust treenerid, kes kasvatavad distsipliini, töökust, arendavad vaimseid oskusi ja palju muud. Treenerite puhul on just oluline lugeda ja tunnetada sportlase psühholoogilisi vajadusi ning sekkuda vastavalt.

Tippspordi valdkonnas on karjäärijuhtimisel seega oluline arvestada nii sportlike arengute kui ka mittespordialaste teguritega nagu inimese areng, ümbritsev sotsiaalne keskkond ja hariduse omandamine või töö käimine. Edu tagab tasakaalu loomine kõikide spordikarjääri mõjutada võivate sündmuste vahel ning keskendumine ainult spordi tegemisele ei pruugi jätkusuutlikku elu luua. Ühtlasi on selge, et spordikarjääri järgse elu planeerimine ja sportlasega seotud oluliste isikute kaasamine loob soodsa aluse sujuvaks üleminekuks ning paremaks kohanemiseks uue eluperioodiga. Enamusega eeldatud üleminekutest saavad sportlased tõenäoliselt iseseisvalt hakkama,

kuid teadlikkuse tõstmine üleminekutega kaasnevatest riskidest ja spordikarjääri kui terviku mõistmisest aitab vältida võimalike probleemide tekkimist.

### **1.3. Sportlase spordikarjääri järgse eluperioodi karjäärivalikud ja väljakutsed**

Sportlase spordikarjäär (sh konkreetsemalt tippspordi osa) on keeruline periood ning mõjutatud paljudest asjaoludest, mis nõuavad või püüavad sportlase tähelepanu. Kuigi alati võib väita, et kõige olulisem on inimese isiksus ise ja valikud taanduvad indiviidi tasandile, siis tippспорт, kus nii isikliku kui ühiskondliku edu nimel ohverdatakse palju, eeldab siiski ka teiste, sportlasele lähedal seisvate isikute, panust ja osalemist sportlase tippspordijärgse eluperioodi valiku- ja otsustusprotsessides.

Spordikarjääriga lõpetamise põhjused on mitmesugused, kuid need mõjutavad tugevalt spordikarjääri järgset elu ja kujundavad ülemineku kvaliteeti (Cecic Erpic *et al.*, 2004, lk 56). Läbiviidud uuringud on ilmestanud, et sunnitud spordikarjääri lõpetamisotsustel võib olla hävitav tagajärg ülemineku perioodile spordikarjääri järgses elus. Sellisteks sunnitud põhjusteks võib pidada vanust, rahvuskoondisesse valituks mitte osutumist või vigastust (Wylleman *et al.*, 2004, lk 16). Vabatahtliku või sundimatu põhjusena määratletakse sportlase isiklikku otsustamist (nt tööle asumine, õpingutega alustamine või jätkamine, eesmärgistatud tulemuste saavutamine) (Alfermann, Stambulova & Zemaitytec, 2004, lk 62), mille puhul toimub üleminek spordikarjääri järgsele elule üldjuhul valutumalt (Hatamleh, 2013, lk 350; Sinclair & Orlick, 1993, lk 146; Cecic Erpic *et al.*, 2004, lk 56). Lisaks eelmainitud põhjustele on oluline arvestada kas otsus oli ette planeeritud või mitte (Alfermann *et al.*, 2004, lk 62; vt ka Joonis 4 lk 19 ja Tabel 2 lk 21), sest see võib oluliselt mõjutada kohanemist spordikarjääri järgse eluga (Wylleman *et al.*, 1999, lk 16). Kohanemaks paremini spordikarjääri järgse eluga on soovitatav spordikarjääri järgset elu ette planeerida (Stephan, 2003, lk 367), sest ettevalmistusel on positiivne seos tagajärgedega tegelemisel (Kadlcik & Flemr, 2008, lk 266; Stambulova *et al.*, 2007, lk 116). Samas on uuringud näidanud, et nii sportlaste kui ka treenerite teadlikkus sellise vajaduse järgi on madal, eelkõige aktiivse

tippspordikarjääri kestel (Park, Tod & Lavallee, 2012, lk 452). Spordikarjääri lõpetamisotsuste kujunemise asjaolud on esitatud järgnevas risttabelis (Tabel 2), mille puhul võib pidada kõige keerulisemaks situatsiooni, kus lõpetamisotsus on sündinud sunnitud põhjuste tõttu ning spordikarjääri lõpetamist ja sellele järgnevat elu pole ette planeeritud.

**Tabel 2.** Spordikarjääri lõpetamise otsustamise tegurid

		PÕHJUS	
		Vabatahtlik	Sunnitud
KAVATSUS	Planeeritud	Planeeritud otsus ja vabatahtlik põhjus	Planeeritud otsus, kuid sunnitud põhjus
	Mitteplaneeritud	Mitteplaneeritud otsus, kuid vabatahtlik põhjus	Mitteplaneeritud otsus ning sunnitud põhjus

Allikas: Alfermann *et al.*, 2004, lk 62; Wylleman *et al.*, 2004, lk 16; Stephan, 2003, lk 367; Kadlcik & Flemr, 2008, lk 266; Stambulova *et al.*, 2007, lk 116; autori koostatud.

Varasemad uuringud on teadvustanud, et sugudel (mees, naine) ei nähtu olevat olulisi erinevusi ülemineku protsessis (Alfermann *et al.*, 2004, lk 62; Hatamleh, 2013, lk 350; Sinclair & Orlick, 1993, lk 147), välja arvatud erandina perekondlikud põhjused (enamasti lapse saamine), mis domineerivad naiste puhul (Moesch, 2012, lk 62). Ja kuigi tippspordikarjääri lõpetamine igal spordialal on paratamatu sündmus, siis sportlase vanus, millal see hetk aset leiab, võib olla vägagi spordialapõhine (nt naisvõimlejatel üldjuhul väga noores eas *versus* meessõudjatel suhteliselt vanemas eas) (Wylleman *et al.*, 2004, lk 16; North & Lavallee, 2004, lk 86). Spordikarjääri lõpetamine ja üleminek spordikarjääri järgsele etapile on enamike spordipsühholoogide ja –sotsioloogide huviobjekt (Kadlcik & Flemr, 2008, lk 251; Moesch, 2012, lk 50), sest üldjuhul on lõpetamisega seotud otsus erinevate põhjuste kombinatsioon (Kadlcik & Flemr, 2008, lk 266; Wylleman *et al.*, 1999, lk 16; Surujlal & van Zyl, 2014, lk 483). Mitteplaneeritud otsused ja sunnitud põhjused võivad kaasa tuua muuhulgas näiteks alkoholi ja narkootikumide tarvitamist, depressiooni, viha, toitumisharjumuste muutumist, identiteedikriisi, enesehinnangu langust ja äärmistel juhtudel ka enesetapu kavatsust (Wylleman *et al.*, 2004, lk 8; Hatamleh, 2013, lk 348; Sinclair & Orlick, 1993, lk 146). Kolm peamist põhjust spordikarjääri lõpetamiseks on: motivatsiooni langus,

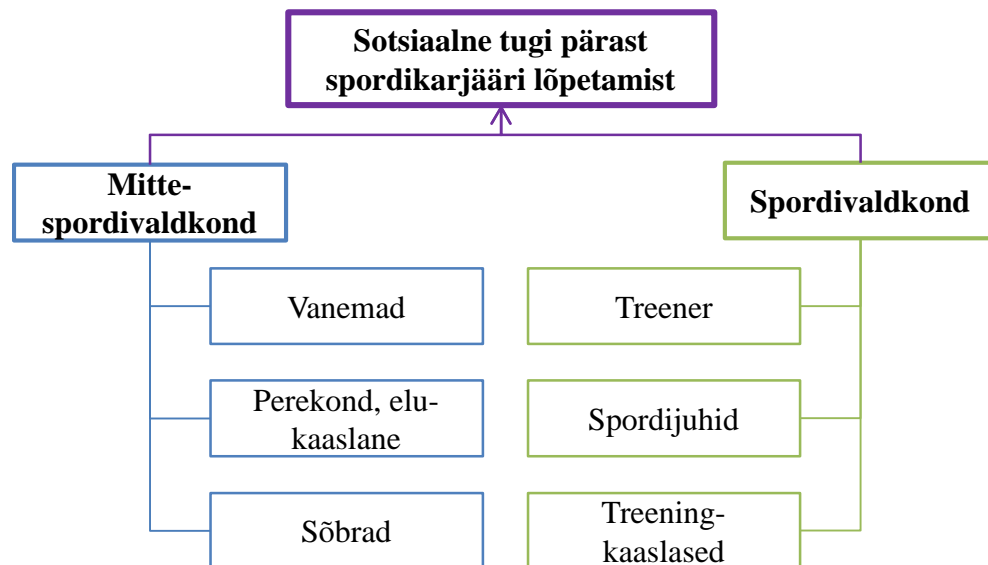
vigastus või terviseprobleemid ning perekondlikud põhjused (Moesch, 2012, lk 60), mõningate spordialade puhul võivad just vigastused osutada peamiseks põhjuseks (Ristolainen, Kettunen, Kujala & Heinonen, 2012, lk 281). Rootsi ja Prantsusmaa tippportlaste seas läbiviidud uuring tõi lisaks välja ka tööga seotud põhjused (Stambulova *et al.*, 2007, lk 113) ning austraallaste seas läbiviidud uuring rahvuskoondisse valituks mitteosutumise põhjuse (Lavallee, Grove & Gordon, 1997, lk 133). Kadlcik ja Flemr (2008, lk 258) liigitasid Tšehhi olümpiasportlaste seas läbiviidud küsitluse põhjal tippportlaste spordikarjääri lõpetamise põhjused mõnevõrra erineva lähenemisenurga alusel:

- spordialased ja
- mittespordialased.

Spordialaste põhjustena ilmnemise järgnevad asjaolud: motivatsiooni langus, probleemsed suhted treenerite ja spordijuhtidega, raskused sportliku tippvormi hoidmisel, vigastus või terviseprobleem ning vanus. Sarnased põhjused esinesid ka Jordaania olümpiasportlaste seas läbiviidud uuringus (Hatamleh, 2013, lk 348). Mittespordialaste põhjustena toodi välja hariduse ja tööga seonduvaid asjaolusid, kolimist, perekondlikke põhjuseid ning lihtsalt vaba aja soovi (Kadlcik & Flemr, 2008, lk 258). Toetamaks sportlast tema spordikarjääri jooksul ja üleminekul spordikarjääri järgsesse eluperioodi on vaja esmalt mõista, millised probleemid ja väljakutsed sportlast häirivad, et pakkuda talle sobivat tuge.

Edukale spordikarjääri järgsele eluetapile ülemineku võtmesõnadeks on aktiivne sotsiaalne suhtlemine (nt treeneriga, perekonnaga, sõpradega, spordikaaslastega), mida peetakse üldjuhul kõige optimaalsemaks viisiks uute väljakutsetega kohanemiseks (Wylleman *et al.*, 1999, lk 16; Sinclair & Orlick, 1993, lk 143; Park *et al.*, 2012, lk 453; Grove *et al.*, 1997, lk 199). Kadlcik ja Flemr (2008, lk 261) on sotsiaalse taustsüsteemi omakorda esitanud järgneval skeemil (vt Joonis 5 lk 23), mille osas Hatamleh (2013, lk 348) on leidnud, et just treenerid peaksid võtma suuremat vastutust sportlaste üleminekul spordikarjääri lõpetamisele. Kokkuvõttes on leitud olevat asjakohane kaasata sportlasega aktiivses suhtluses olevad võtmefiguurid üleminekuprotsessi

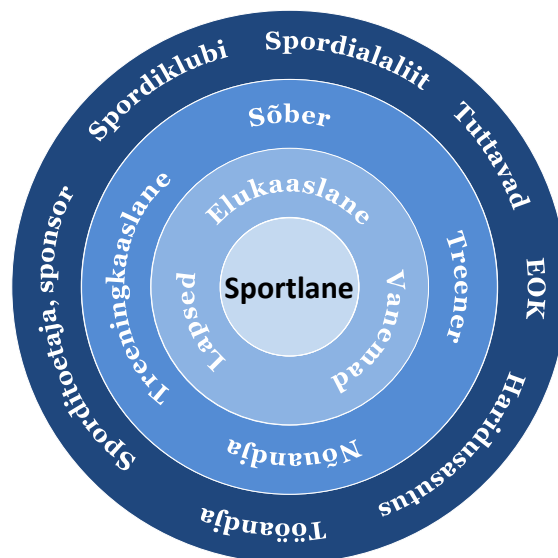
aegsasse planeerimisse (vt ka Joonis 4 lk 19 ning Joonis 6 lk 24) ning avada neile nende rolli tähtsus ja vastutus (Park *et al.*, 2012, lk 453).



**Joonis 5.** Sportlase sotsiaalne võrgustik üleminekul spordikarjääri järgsele eluetapile (Kadlcik & Flemr, 2008, lk 261)

Sportlasega seotud isikuid ehk huvirühmi ja institutsioone on mõistagi rohkem kui eelneval skeemil esitletud (Joonis 5) ning kõigil on mingi roll ja mõju sportlase karjääri kujunemisel. On siiski väljakujunenud erinevate uuringute taustal, et sportlasele vahetult kõige lähemal seisvad isikud on tavapäraselt elukaaslane, perekond ja sõbrad, kes omavad seega valikute tegemisel ja otsuste langetamisel ka kõige otsesemat ja kaalukamat mõju. Spordiorganisatsioonid, haridusasutused või tööandjad jäävad oma tähtsusest siiski eemale, kuigi omavad mõjuvõimu ja võivad oma rolli vääriti mõistmisel isegi kahju tekitada.

Eelpool viidatud autorite poolt läbiviidud uuringute taustal on magistr töö autor sportlasega seotud isikute tähtsuse ja mõju esitanud järgmisel teoreetilisel skeemil (vt Joonis 6 lk 24), milles ringid sportlase ümber väljendavad lähedust sportlasele ehk sportlasest kaugemal asuv sõõr ning isik (huvirühm) omab seega vähemolulisemat ja vähemkaalukat mõju sportlase spordikarjääri kujundamisel, sh edasise elu planeerimisel ja korraldamisel.



**Joonis 6.** Sportlast ümbritsevate isikute vahetu lähedus ja mõju tähtsus (Wylleman *et al.*, 1999, lk 16; Sinclair & Orlick, 1993, lk 143; Park *et al.*, 2012, lk 453; Grove *et al.*, 1997, lk 199; Kadlcik & Flemr, 2008, lk 261; Hatamleh, 2013, lk 348; autori koostatud)

Kohanemist spordikarjääri järgse eluga mõjutab ka sportlase tunnetatav rahulolu oma spordikarjääriga (Cecic Erpic *et al.*, 2004, lk 55). Eelkirjeldatud põhjuste või tingimuste nimistu (nt sportlase identiteet, rahulolu karjääriga, lõpetamise põhjused, lõpetamise planeerimine, vabatahtlik/sunnitud lõpetamine, lõpetamise ajastus jt) mõjutab sportlase tippspordiga lõpetamise ja edasise karjääri kujunemise iseloomu (Stambulova *et al.*, 2007, lk 107) ja kohanemist (Lavallee *et al.*, 1997, lk 134). Seega on asjakohaste sekkumisviiside pakkumiseks vaja teada, kuidas on sportlase spordikarjääri lõpetamine kujunenud, hindamaks, millist abi sportlane võiks vajada.

Nõuded tänapäeva kaasaegses maailmas eeldavad tippspordlastelt veelgi pühendunumat lähenemist, et saavutada kõrgeid tulemusi, mis tähendab, et teiste eluvaldkondadega tegelemiseks jääb paratamatult vähem aega. Samuti peavad paljud sportlased tõdema, et ainult vähesed on rahaliselt hästi kindlustatud (Lavallee *et al.*, 1997, lk 134), kuid veel väiksem hulk saab toetuda erinevatele riiklikele toetusmeetmetele spordikarjääri lõpetamisel. (Aquilina, 2013, lk 375) Erinevad karjäärijuhtimise programmid oleksid sportlastele kasulikud ja vajalikud aga mitmes valdkonnas: tervis ja isiklik areng, sujuv spordikarjääri lõpetamine ja kohanemine edasise eluga ning paremad võimalused tööd



leida (Puusepp, 2014, lk 41). North ja Lavallee (2004, lk 87) täpsustavad, et sellised programmid aitaksid sportlastel paremat fookust seada tulevikuvajadusi arvestades.

Taoliste topeltkarjääri programmide või toetavate tegevuste planeerimiseks ja korraldamiseks ning vastutuse määramiseks sobib hästi RACI mudel, mis võimaldab esile tuua erinevate osapoolte rollid. Mudeli tavapärase esitlusviisi on nn vastutusmaatriks, mille veergudesse kantakse rollid (osapooled) ja ridadesse tegevused. Rollide ja tegevuste vahelisi seoseid tähistatakse tähtedega RACI, mis lahtiseletatuna tähendavad (Cabanillas, Resinas & Ruiz-Cortes, 2012, lk 59):

- **Responsible** – teostaja, vastutab ülesande teostamise eest;
- **Accountable** – vastutaja, vastutab töö valmimise eest, kinnitab teostaja tehtud töö või tulemuse, tegevusel saab olla ainult üks vastutaja;
- **Consulted** – isik, kelle arvamust küsitakse tegevuse teostamisel, toimub kahe-suunaline suhtlus;
- **Informed** – teavitatud osapool, teavitatakse tegevuse toimumisest, toimub n-ö ühe-suunaline suhtlus.

Riigid, kus erinevad rahalised toetused või muud toetusprogrammid puuduvad, panevad kogu vastutuse ainult sportlase õlule, mis aga sunnib neid spordikarjääri järgset elu ette planeerima ning kaalutletuid otsuseid langetama (Stambulova *et al.*, 2007, lk 114). Mitmed uuringud ilmestavadki, et spordikarjääri lõpetamise planeerimine, vabatahtlik üleminek spordikarjääri järgsele elule ja aktiivne kohanemisstrateegia lihtsustavad sportlaste kohanemist spordikarjääri järgse eluga (Stambulova *et al.*, 2009, lk 408; Baillie & Danish, 1992, lk 95; Aquilina, 2013, lk 375; Park *et al.*, 2012, lk 453; Lavallee *et al.*, 1997, lk 134). Suurbritannias läbiviidud uuringust selgus, et 32% küsitletud sportlastest planeeris või soovis edaspidi töötada spordiga seotud valdkonnas. Selline osatähtsus võib kohati viidata ka olukorrale, et sportlased pole välja arendanud oskusi ega omandanud kogemusi, et muudes valdkondades edukad olla. (North & Lavallee, 2004, 87) Samas tõdetakse EL-i suunistes sportlaste spordikarjääri teemadel, et tihtipeale sõltub sportlase spordikarjääri järgne edu mõningate era- ja/või avaliku sektori organisatsioonide või ametkondade võtmekohtadel töötavate isikute otsustusel (nt sportlaste tööle värbamine, toetamine), kuid vaja oleks luua süsteemne lähenemine

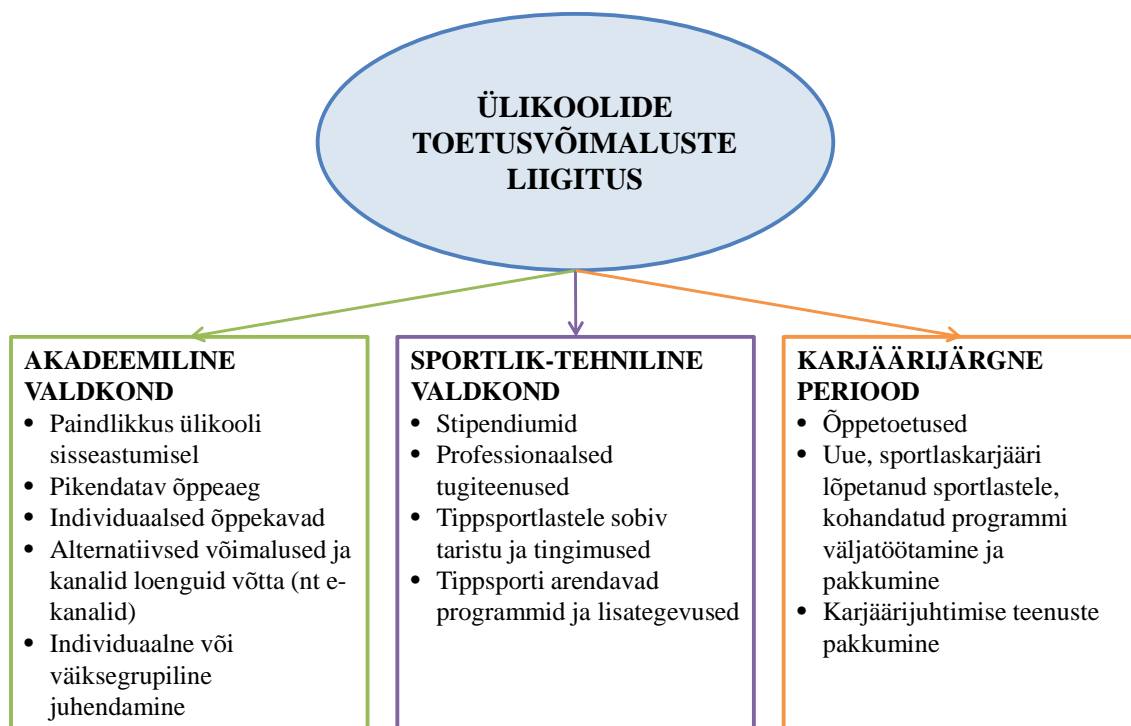
rahastamiseks ning õiguskeskkonna kohandamiseks (Euroopa Komisjon, 2012, lk 4). Üleminek spordikarjääri järgsele elule ja täielik kohanemine võib võtta erinevate sportlaste puhul küll erineva aja, kuid valdaval enamusel sportlastest kestab täielik üleminek ja kohanemine enam kui 6 kuud (Sinclair & Orlick, 1993, lk 142; Lally, 2007, lk 97). Stephen (2003, lk 366) on leidnud, et esimese kahe kuu jooksul tunnevad sportlased end justkui kahe erineva maailma vahel, mida iseloomustab segadus ja tühjus. Lavallee *et al.* (1997, lk 134) on tuvastanud, et sõltumata vabatahtlikust või sunnitud otsustest, kogevad stressisituatsiooni kõik spordikarjääri lõpetanud sportlased.

Väljapaistavad sportlikud tulemused võivad spordikarjääri lõpetanud sportlastel aidata paremini kaasa töö saamisele näiteks spordijuhtidena, treeneritena või spordikommentaatoritena (Corrado *et al.*, 2012, lk 54). Näiteks koguni 67% Prantsusmaa endistest tippspordlastest töötab spordiga seotud valdkonnas, samal ajal Rootsis ainult 24% (Stambulova *et al.*, 2007, lk 113-114). Grove *et al.* (1997, lk 199) leidis oma uuringust jällegi, et tugev sportlik identiteet võib aga mõjuda psühholoogiliselt raskemini (nt spordikarjääri lõppemise eitamine) ning üleminek spordikarjääri järgsele elule võib kauem aega võtta. Üleminek spordikarjääri järgsele elule on samuti mitme-etapiline ning ilmneb, et sportlased soovivad ka uuele karjäärile eesmäärke seada, mis elu uutele väljakutsetele mõtte annaks (Stephan, 2003, lk 365). Eesmärkide seadmisel ning üleminekuga kohanemisel näib olevat kasulik saada selleks vajadusel tuge ja nõu.

Aquilina ja Henry (2010, lk 31) üle-euroopaline riikide uuring jagab sportlaste toetamisvõimalused kõrgharidust pakkuvate asutuste poolt kolmeks valdkonnaks (vt täpsemalt Joonis 7 lk 27):

1. akadeemiline,
2. sportlik-tehniline ning
3. sportlase spordikarjääri järgne periood.

Esimest valdkonda iseloomustavad paindlikud ning personaalsed õppevõimalused, teist valdkonda kvaliteetsed tugiteenused, toetused ja sportimisvõimalused ning kolmandat valdkonda erinevad õppetoad ja nõustamisteenused.



**Joonis 7.** Ülikoolide poolt pakutavate teenuste liigitus spordikarjääri toetamise meetmetena (Aquilina & Henry, 2010, lk 31)

Sinclair ja Orlick (1993, lk 145) uuring on näidanud, et kõige enam ootavad sportlased spordikarjääri järgse elu korraldamisel abi rahalise toe pakkumisel, informatsiooni töö leidmise ja hariduse omandamise võimaluste osas, informatsiooni teiste sportlaste kogemuste osas, teavet, kuidas oma spordialaseid tugevusi ja isiksuseomadusi edukalt uue karjääri puhul ära kasutada, tuge uue fookuse või eesmärgi seadmisel, psühholoogilist nõu ja soovitusi enesekindluse hoidmiseks kohandumisel uue ümbritseva elukorraldusega. Spordipsühholoogidega näib olevat varasemate uuringute puhul huvi kõige enam konsulteerida.

Sportlastel on väljakujunenud isiksuseomadused ja eelised, mis võivad soodustada eduka spordikarjääri järgse elu kujunemist: enesejuhtimine ning enesekindlus, keskendumisvõime, kontrollitus, pühendumine ja sihikindlus. Oskustest tuuakse välja näiteks eesmärkide seadmine, läbimõeldud strateegia ja selle elluviimine, pingete juhtimine. Samuti ilmnevad sportlaste seas perfektsionism, optimism ja lootusrikkus ning vähem muretsetakse vigade põhjustamise või teiste arvamuse üle. (Gould *et al.*,

2002, lk 198) Spordikarjäärilt ülemineku ja spordikarjääri järgse elu sujuvuse tagamiseks on seega soovitatav sportlastel planeerida oma spordikarjääri lõpetamist aegsasti ette ning treeneritel ja spordijuhtidel suhelda sportlastega eesootavast vältimatust paratamatusest. Tuleb teadvustada, et sunnitud ning planeerimata spordikarjääri lõpetamine kujundab ülemineku selgelt keerulisemaks väljakutseks ning lähedaste tugi on siin vajalik. Arvestades ka, et üks olulisemaid edu garante näib olevat aktiivne sotsiaalne suhtlemine, siis on oluline märgata sportlast ümbritsevaid võtmepersoone ülemineku protsessi kaasamisel. Täiendavalt tuleks spordikarjääri järgset elu vaadelda kui protsessi ning mitte kui ühekordset sündmust.

## **2. TIPPSPORTLASTE SPORDIKARJÄÄRI UURING EESTIS**

### **2.1. Tipp sportlaste karjäärivalikute problemaatika Eestis**

Sport on Eesti kultuuri lahutamatu osa, mis on muutunud kättesaadavamaks, mitmekesisemaks, varustuse ja rajatiste kvaliteet on paranenud ning haarab oluliselt suuremat hulka rahvast kui me võrdleme aastakümnete taguse perioodiga. Alates kaasaegse spordiliikumise kujunemisest eelmise sajandi alul on sport ja spordikangelased olnud Eestis populaarsed. Edu saavutusspordis on väärtustatud, õnnestumised on aidanud hoida ja ergutada omariiklust, mõjutada inimeste (eelkõige noorte) valikuid ja hoiakuid.

Eesti spordipoliitika põhialustes aastani 2030 seletuskirja lisas 2 (Spordikoolituse ja – Teabe Sihtasutus, 2015) defineeritakse spordi mõiste järgnevalt: „sport on igasugune kehaline tegevus, milles osaletakse organiseerimatult või organiseeritult ning mille eesmärk on näidata või parandada kehalist vormi ja vaimset heaolu, tekitada sotsiaalseid suhteid või saavutada erineva tasemega võistlustel tulemusi.“ (lk 18) Tipp sportlaste näol on reeglina tegemist elukutselise sportlasega, kelle sporditegevus on tema põhitegevuseks, mis hõlmab osalemist nii spordivõistlustel kui ka nende ettevalmistusprotsessis (treeningutel) ja millega teenitakse elatist. (Maksu- ja Tolliamet, 2015) Eestis on ülevaade tipp sportlaste spordikarjääri kujunemisest seni terviklikult kaardistamata ning teadaolevad kitsaskohad ja nende põhjused on üksikute näidete ehk sportlaste põhised. Enamjaolt on sportlaste lugudest kirjutanud spordiajakirjanikud. See aga ei võimalda üldistada ning hinnata olukorda kõikehõlmavalt. Täiendavalt tuleb tõdeda, et kuigi EOK-l ning spordialaliitudel on üldjuhul olemas olümpiasportlaste kontaktandmed, siis keskne ülevaade isikuprofiilist ja selle arenemisest on puudulik. Näiteks ei ole teada, milline on tipp sportlaste haridustase, töökogemus, toimetulek ning

samuti pole teada, mis põhjustel on sportlased oma spordikarjääri lõpetanud, mis on neist edasi saanud, kuidas on üleminek sujunud või milline on olnud sportlase rahulolu teda ümbritsevate isikute panusega nii spordikarjääri kestel kui selle järgselt. Seda kõike on oluline mõista, et teadvustada, millist tuge sportlastele tema karjääri erinevatel etappidel pakkuda.

Spordikarjääri lõpetamine tuleb kõikidel tippsportlastel üle elada. Enamjaolt tähendab see elus täiesti uue lehekülje pööramist. Mitmetelt suurvõistlustelt medaleid võitnud kümnevõistleja Erki Nool, jalgrattur Erika Salumäe, purjetaja Toomas Tõniste, sõudja Jüri Jaanson, kergejõustiklane Jüri Tamm, endine tippkorpballur ja -treener Jaak Salumets, ujuja Indrek Sei, sõudja Jüri Jaanson ja paljud teised – kõik nad alustasid uut karjääri poliitikas ja/või ettevõtluses. Samas on näited (odaviskaja Andrus Värnik, judoka Indrek Pertelson), kus üleminek uuele eluetapile pole nii sujuvaks ja edukaks kujunenud ning tõstatub diskussioonikoht, et kui tippsportlased on spordikarjääri säravamatel hetkedel pakkunud ühiskonnale emotsionaalseid hetki ning suurendanud ühtekuuluvustunnet ja ohverdanud selle nimel oma elust väga palju, siis kas ja kuidas peaks ühiskond osutatud hetkede eest sportlasele tunnustust ja toetust pakkuma.

Sportlased on tihti avatud suhtlejad ning pika ja rahvusvahelise karjääri jooksul on tekkinud hulgaliselt kontakte, mida hilisemas elus ärielistel või poliitilistel eesmärkidel kasutada saab. Puusepp (2014, lk 40) kirjutab: „Sportlastel on head sotsiaalsed oskused, nad saavad hakkama stressirohketes olukordades ega karda oma oskusi proovile panna. Sellised omadused julgustavad tööandjaid sportlasi palkama. Abi saavad Eesti sportlased kõige enam oma perekonnalt, treenerilt ning teistelt sportlastelt, kõige harvem aga rahvuslikult olümpiakomiteelt.“ Riigi sekkumine sportlaste karjääri toetamisel varieerub riigiti ning võib olla korraldatud väga selgetest reeglitest ja regulatsioonidest kuni igasuguste puudevate süsteemideni välja (Henry, 2013, lk 359). Eesti on Aquilina ja Henry (2010, lk 34) poolt iseloomustatav kui toetaja (vt Tabel 3 rida 3 lk 31), mille järgi eksisteerib formaalne süsteem, millega teadvustatakse õppivate tippsportlaste vajadusi, kuid mis pole seadustes, õigusaktides või regulatsioonides piisavalt reguleeritud. Riik omab siin küll olulist rolli, kuid mitte dikteerivat, mistõttu otsused tippsportlaste toetamise asjus langetatakse siiski ülikoolides.

**Tabel 3.** Sportlastele kõrgema hariduse pakkumise lähenemised erinevates riikides

Tüüp	Selgitus	Näited
1. Riigikeskne regulatsioon	Vastutus on läbi seaduste, õigusaktide ja regulatsioonide pandud ülikoolidele pakkumaks õppivatele tippsportlastele kohandatud ning personaalseid võimalusi	Prantsusmaa, Ungari, Luksemburg, Hispaania, Poola, Portugal
2. Riik kui toetaja	Lähenemine, kus riik soodustab formaalseid kokkuleppeid, et õppivate tippsportlaste vajadused oleksid tagatud ülikoolide poolt (iseloosulike on nn „leebed õigusaktid“)	Belgia, Taani, <b>Eesti</b> , Soome, Saksamaa, Läti, Leedu, Rootsi
3. Rahvuslik spordiühing kui vahendaja	Süsteem, kus tunnustatud riiklikud ühingud vahendavad läbirääkimiste teel tippsportlastele paindlikke õppetingsusi	Kreeka, Suurbritannia
4. Puuduvad formaalsed struktuurid ( <i>laissez-faire</i> )	Puuduvad formaalsed meetmed ning kokkulepped sünnivad individuaalsete läbirääkimiste teel tippsportlaste ja ülikooli vahel	Austria, Küpros, Tšehhi, Holland, Iirimaa, Itaalia, Malta, Slovakkia, Sloveenia

Allikas: Aquilina & Henry, 2010, lk 32.

Näiteks on Eesti, aga ka Taani ja Rootsi ülikoolides kasutusel internetipõhised õppekanalid, mis võimaldavad sportlastel kaugjuhtimise teel õppeaineid sooritada. Taani pakub sportlastele kaugjuhtimise teel õppimiseks tasuta õppevahendeid (nt sülearvuti). Samas pakuvad Eesti kaks suurt ülikooli – Tartu Ülikooli ja Tallinna Ülikool – õppeaegade pikendamise või edasilükkamise võimalusi ning vajadusel ka individuaalset õppeprogrammi. Sellised kokkulepped on aga juhuslikud ning isikukesksed ega allu väljakujunenud normidele ja korraldustele. Seetõttu ei saa kindel olla selliste võimaluste jätkusuutlikkuses.

Tippsportlaste karjäärivalikute olemuse ja probleemide täpsemaks selgitamiseks viis töö autor läbi kaks intervjuud (vt intervjuu kava Lisa 3) teenekate ning pikaajalise kogemusega olümpiasportlaste treeneritega. Esimene intervjuu korraldati 6. märtsil 2015. aastal Harry Lembergiga, kes on Tartu Ülikooli Akadeemilise Spordiklubi ja Eesti Kergejõustikuliidu juhatuse liige, kergejõustiku didaktika lektor Tartu Ülikoolis ja jooksutreener. Teine intervjuu viidi läbi 12. märtsil 2015. aastal Matti Killinguga, kes

on pikaajalise kogemusega tunnustatud sõudetreener. Intervjuude korraldamise peamine eesmärk oli seega selgitada ja täpsustada tippsportlaste karjäärivalikute problemaatikat Eestis, kuna valdkonda on Eestis seni väga vähe uuritud. Intervjuude käigus kogutud teavet on kasutatud uuringutulemuste sünteesimisel ja järelduste tegemisel.

Treenerite sõnul võib spordikarjääri kujunemist lihtsustatult kirjeldada kui alustamise-, arenemise-, professionaliseerumise- ja lõpetamise faasidena (vt ka Joonis 2 lk 13). Selline tsükkel võib jääda vahemikku 10 kuni 35 eluaastat, ent kujuneb igal sportlasel siiski isemoodi. Sportlaste karjääri kujunemist mõjutab olulisel määral ümbritsev sotsiaalne keskkond ehk sportlase kõrval seisvad lähedasemad isikud nagu vanemad, õed-vennad, elukaaslane, sõbrad, hiljem koolis ka kehalise kasvatusõpetaja, veelgi hiljem juba treener ja teised tugiisikud. Spordikarjääri kujunemise algfaasis on hariduse omandamine noore inimese elus oluline ning sport kindlasti vähemprioriteetsem, kuid aja möödudes ja spordikarjääri arenemisel ja spetsialiseerumisel võib noore jaoks hariduse omandamine ja sportimine tasakaalustuda tähtsuse skaalal. Spordikarjääri professionaliseerumise perioodil võib sportimine aga omandada ka tähtsama rolli kui õppimine. Seega on oluline, et otsus tippsportlasega alustada või jätkata oleks kaalutletud, kuna teatud juhtudel võib see nõuda inimese elust 10 kuni 15 aastat ja kui sportlike tulemusi ei saavutata ning alternatiive on elus vähe, siis ollakse väga raske ning keerulise olukorra ees. Professionaalse spordikarjääri (ehk tippsportlase) suhtes valiku langetamine peab olema korraldatud samuti vastutustundlikult, kuid tihtipeale võivad siin põrkuda erinevate isikute huvid. Spordiorganisatsioonid ja treenerid on huvitatud sportlike tulemuste saavutamisest, haridusasutused hariduse andmisest, perekond ja lähedased isikliku tähelepanu ja hoolivuse eest, kuid kui tulemused jäävad saavutamata ja spordikarjääri lõpetamise otsus sünnib ootamatult ning ette kavatsemata, siis praktikas distantseeruvad suuremat huvi ja mõju üles näidanud isikud sportlase edasisest elust ega võta vastutust. Vastutustundetu käitumine nii teadmatusel kui tahtlikult aspektist ongi üheks probleemiks, mistõttu vajab sportlasega seotud isikute rolli ja vastutuse määramine täpsustamist.

Spordikarjääri lõpetamise otsus kujuneb tüüpiliselt mitme keerulise põhjuse kombinatsioonis ning on erinev sportlaste võrdluses. Kahevõistleja ning suusahüppaja



Kaarel Nurmsalu jaoks nähtus peamiseks põhjuseks olevat piisava rahastamise puudumine, et teostada etteseatud kõrgeid sportlikke eesmärgi. Erinevate põhjuste sidusus ei võimalda ka üheselt öelda, kas spordikarjääri lõpetamise otsused on olnud vabatahtlikud või sunnitud. Mõningate spordialade puhul, kus järelkasvu potentsiaal on madal, on püütud ka kunstlikult spordikarjääri pikendada, et spordiala elus hoida.

Spordikarjääri lõpetamise faasis on inimene üldjuhul juba sellises vanuses, kus tuleb arvestada ka teiste inimestega. Kuigi oma tuge pakub sportlasele ka treener, keda võib samuti lähedaseks isikuks pidada, on treeneri roll tippportlase küpsemisel ajas vähenev ning mida iseseisvam ja edasijõudnum sportlane on, seda ebaolulisemaks mõju jääb. Samas on välja toodud, et treeneritel puuduvad oskused ja teadmised erialase nõu andmiseks ning eelkõige just spordiga mitteseotud tasanditel nagu tööle asumine või isikliku elu korraldamine. Üheks täiendavaks probleemiks on ka vähesed oskused sportlase tugevuste ja eeliste äratundmisel ning kasutamisel. Sportlased ei oska neid ise välja tuua, kuid uuringud on kinnitanud (Corrado *et al.*, 2012, lk 54), et tippportlase taust soodustab edasise eluperioodi kujunemist, sest sportlased on isikuna läbilöögivõimelised, eesmärgi saavutamisele pühendunud ning need loovad head eeldused tööle asumiseks ja eduka elu jätkamiseks aktiivse spordikarjääri järel. Treenerid on täiendavalt öelnud, et oluliseks peetakse teadlikkuse tõstmist spordikarjääri eripärade selgitamisel ning lisaks sportlasega suhtlemisele ka temaga seotud isikute konsulteerimist. On täheldatud, et kui spordikarjääri kestel on toetus ja mõistmine olemas, siis spordikarjääri lõpetamise ja ülemineku perioodil huvi kaob ning seotud isikute ring tõmbub koomale. Riik saaks mitmete võimaluste kaudu tippportlaste spordikarjääri kujundamist soosivamaks ning paindlikumaks muuta.

Kuna kõik sportlased kogevad spordikarjääri lõpetamise järel segadust ja stressihetki ning kui arvestada, et mõned lõpetamise otsused võivad olla planeerimata ning sunnitud olukorrad, siis võivad need halvimal juhul kaasa tuua negatiivseid tagajärgi. Suhteliselt väikse riigina ei saa Eesti endale aga lubada, et tippportlased (eelkõige olümpiasportlased) ühiskonnaelust taanduksid ning tõrjutuks jääks.

Üks maailma esimestest tippportlastele loodud karjäärinõustamiskeskustest sai alguse Kanadas 1985. aastal (*The Olympic Athlete Career Centre in Canada*), millele järgnes

Ameerika Ühendriikide poolt 1988. aastal loodud spetsiaalne toetusprogramm spordikarjääri lõpetanud tippportlastele (*The Career Assistance Program for Athletes*). Sarnased programmid on kasutusele võetud Suurbritannias (*ACE UK Program*), Lõuna-Aafrika Vabariigis ja Austraalias (mõlemad *Olympic Job Opportunities Program*). (North & Lavallee, 2004, lk 81). Euroopas on alles viimasel ajal hakanud mõnede riikide (haridus-)asutused ellu viima tippportlaste spordikarjääri toetavaid programme (nt Soomes 2001. aastal loodud nõustamisprogramm, Suurbritannias 2008. aastal loodud *Performance Life Skills Programme*), mis pakuvad mitmeid nõustavaid koolitusseminare eesmärgiga toetada ja õpetada õppivaid noorsportlasi erinevatel teemadel (Aquilina, 2013, lk 376-378). Cecic Erpic *et al.* (2004, lk 55) uuring Sloveenias tõendas, et kõrgharitud tippportlastel esines vähem raskusi spordikarjääri järgse eluga kohanemisel.

Eestis aga puudub sportlaste topeltkarjääri programm, muuhulgas puuduvad sellised programmid veel mitmes teiseski Euroopa riigis (Puusepp, 2014, 42). Seda ilmselt seetõttu, et sportlaste topeltkarjääri korraldusi puudutavad meetmed on võrdlemisi uued Euroopas ja isegi kui mõningates riikides erinevad programmid eksisteerivad, puuduvad siiski asjakohased kokkulepped spordi- ja haridussüsteemi või spordi- ja tööjõuturu vahel (Euroopa Komisjon, 2012, lk 3). Kuna sport on ka oluline majanduse osa, panustades Eestis tööhõivesse 2,58% (ELi keskmine 2,12%) ja moodustades kogulisandväärtusest 1,64% (ELi keskmine 1,76%) (Euroopa Komisjoni hariduse ja kultuuri peadirektoraat, 2012, lk 102), siis on ka igati õigustatud spordivaldkonna jätkuv arendamine, sh tippportlaste topeltkarjääri väljakutseid adresseerivate toetavate tegevuste planeerimine ja elluviimine.

Tippportlaste karjääriuuringu läbiviimine võimaldaks eelnimetatud probleemkohtade täpseid sügavusi tõenduspõhisemalt välja tuua, mille pinnalt pakkuda välja asjakohaseid lahendusi ja ettepanekuid tippportlaste karjääri senisest tõhusamaks toetamiseks. Tippportlaste spordikarjääri kujunemine ei ole tavapärane ning ennustatav tsükkel oma selge alguse ning lõpuga, selles ilmnevad erinevad etapid ja üleminekud ning mitmed pöördepunktid võivad kujuneda võrdlemisi keerulisteks protsessideks, mille jaoks sportlane peaks valmistuma ja vajadusel ka tuge ning abi saama.

## 2.2. Tippportlaste spordikarjääri kujunemise uuringu meetodika ja tulemused

Tippportlaste karjääriuuringu raames viis töö autor läbi tegevused, mis on kokkuvõtvalt esitatud järgnevas tabelis (Tabel 4). Siinkohal on oluline välja tuua, et uuringu tulemuste põhjuste analüüsimiseks ja järelduste sõnastamiseks korraldatud fookusrühma arutelul osalesid nii tegev- kui tippportlaste karjääri lõpetanud sportlased, kes ühtlasi andsid sisendit ka ankeetküsitluse läbiviimisel.

**Tabel 4.** Uuringu raames läbiviidud tegevused (autori koostatud)

Meetod	Aeg	Valim	Eesmärk
Poolstruktureeritud ekspertintervjuu	6. märts 2015 12. märts 2015	Treener (Harry Lemberg) Treener (Matti Killing)	Selgitada sportlaste karjäärivalikute probleemi olemus Eestis ning saada ettepanekuid.
Ankeetküsitlus	23.-31. märts 2015	100 vastanud sportlast (vt täpsemalt Tabel 7 lk 39)	Topeltkarjääri probleemvaldkonna aktuaalsuse uuring.
Fookusrühma arutelu	22. märts 2016	Erinevaid huvirühmasid esindavad valdkondlikud eksperdid (vt osalejate nimikiri Lisa 4)	Tutvustada uuringu tulemusi, täpsustada probleemide põhjuseid, koguda arvamusi, kujundada järeldused.

Uuringu läbiviimiseks valitud meetodite eeliste ja puuduste võrdlev lühianalüüs koos lahendusmeetmetega on esitatud järgnevas tabelis (Tabel 5 lk 36). Töö autor kaalus fookusrühma meetodi puhul ka mitme arutelu pidamist, kuid seoses ajaliste piirangutega ja tõdemusega, et ainsa arutelu koosseis õnnestus komplekteerida erinevate huvirühmade esindajatest (vt osalejate nimekiri Lisa 4), siis vajadus kordamiseks puudus. Täiendavalt arutles töö autor ka individuaalintervjuu meetodit ankeetküsitluse tulemuste valideerimiseks, kuid leidis, et see oluaks ajamahukas ning poleks võimaldanud diskussiooni tekitamist erinevate huvirühma esindajate vahel.

**Tabel 5.** Uuringu meetodite eelised ja puudused

Meetod	Eelised	Puudused	Lahendusmeetmed
Pool- struktureeritud ekspert- intervjuu	Võimalik väga sügavuti minna küsimustega. Ideaalne valdkonnaspetsiifilise ekspertteabe kogumiseks. Kvalitatiivne teave. Kerge diskussiooni suunata.	Eksperti enda subjektiivse arvamuse mõju on suurem. Ajamahukas teabe kogumise meetod. Väikese valimi läbi töötamise võimalus.	Kombineerimine töö teoreetilise osa ning ankeetküsitluse ja fookusrühma meetoditega.
Ankeet- küsitlus	Võimaldab koguda suure hulga andmeid. Annab ülevaate keskmisest olukorrast. Kvantifitseeritav – võimalik teha statistikat.	Detailid ja erandid ei tule niivõrd hästi esile isegi avatud küsimustega. Küsitluse kvaliteet on tugevas sõltuvuses küsitluse kvaliteedist.	Avatud küsimuste kasutamine. Küsitluse ettevalmistuse seostamine töö teoreetilise osaga. Kombineerimine ekspertintervjuudes ja fookusrühmas kogutud kvalitatiivsete andmetega.
Fookusrühma arutelu	Kerge saavutada interdistsiplinaarset arutelu. Kvalitatiivse informatsiooni suur hulk.	Diskussiooni suunamine on keerukam ja vajab kogemust.	Fookusrühma modereerimise tehnikate kasutamine. Kombineerimine küsitluse meetodiga.

Uuringu läbiviimiseks koostati struktureeritud ankeetküsitlus (vt Lisa 1), mille valimi moodustasid Eesti Vabariiki taasiseseisvunud ajaperioodil nii suve- kui taliolümpiamängudel esindanud sportlased (vt Tabel 7 lk 39). Kokku on Eesti Olümpiakomitee (EOK) kodulehel avaldatud andmete alusel Eestit perioodil 1992-2014 olümpiamängudel esindanud 231 sportlast, kellest 168 (73%) on mehed ning 63 (27%) naised. Neli sportlast on erinevatel põhjustel surnud, mistõttu elavate sportlaste arv on kokku 227, kes moodustavad ka uuringu kogupopulatsiooni ehk üldkogumi.

Ankeetküsitluse üldkogumi juures tuleb arvestada, et selles ei sisaldu mitmete olümpiamängude kavas olevate ning laia harrastajaskonnaga spordialade esindajaid (nt pallimängud nagu jalgpall, võrkpall, korvpall, hoki jt) ega ka olümpiamängude kavas mitteolevaid populaarseid spordialasid. Magistritöö autor piiritles sihtgrupi olümpiamängudel osalenutega, kuna uuringu ettevalmistavas faasis ilmnes, et spordiorganisatsioonidel Eestis puuduvad aktuaalsed sportlaste kontaktandmed, mistõttu

olnuks laiema sihtgrupi tippsportlaste ja üldkogumi määratlemine ning kehtivate kontaktide kogumine veelgi aeganõudvam ja keerulisem.

Ankeetküsitluse väljasaatmiseks koguti sportlaste kontaktandmeid perioodil 2014. a jaanuar kuni 2015. a veebruar. Relevantsete kontaktandmete kogumise tegi keerukaks tsentraalse andmebaasi puudumine ning kokkuleppel EOK-ga pöördus magistritöö autor otse vastavate spordialaliitude poole kontaktandmete kogumiseks ja uuendamiseks. Ühtlasi selgus, et mitte kõikide sportlaste kohta polnud andmed olemas ka spordialaliitudel, mistõttu lõplikuks valimiks ning küsitlusankeedi saajateks kujunes 211 sportlast (93% üldkogumist).

Ühe sportlase puhul lepidi ankeetküsitluse läbiviimise osas kokku paberankeedi täitmine, ülejäänud sportlastele saadeti uuringul osalemise kohta e-kiri koos viitega uuringu küsimustikule. Kolme sportlase asjus kooskõlastati spordialaliitudega, et sportlase isikuandmeid magistritöö autorile ei väljastata ning uuringu teade koos viitega küsimustikule edastati sportlasele spordialaliidu vahendusel. Ankeetküsitlus viidi läbi perioodil 23. kuni 31. märts 2015. aastal, mis koosnes kolmest osast (vt küsimustik Lisa 1):

1. vastaja üldandmed,
2. aktiivselt tippspordiga tegeleva sportlase osa,
3. spordikarjääri lõpetanud sportlase osa.

Ankeet sisaldas peamiselt valikvastustega ja skaaladel põhinevaid küsimuste tüüpe. Avatud vastusena pakuti kõigile vastajatele võimalus ankeedi viimase küsimusena täiendavaid kommentaare ja ettepanekuid esitada. Küsitluse koostamisel tugineti eelkõige käesoleva magistritöö teooriaosale, kuna puudub sobiv universaalne valmisankeet sportlaste karjääri analüüsimiseks. Üldine uurimustöö ülesehitus on kirjeldatud töö lisas (vt Lisa 2).

Analüüsimeetoditena on uuringu tulemuste analüüsimisel kasutatud erinevaid statistilise andmeanalüüsi meetodeid, kuid peaasjalikult mitmeid kirjeldava statistika (*Excel Descriptive Statistics*) esmaanalüüsi tüüpe (nt sagedustabelid, aritmeetiline keskmine, mediaan, standardhälve). Seoste analüüsimisel on koostatud rist- ning võrdlustabeleid.

Uuringu raames kogutud avatud tekstiga vastuste analüüsimisel on lähtutud nn kontent- ja kvalitatiivsest sisuanalüüsimetoditest. Analüüsitulemuste põhjuste, järelduste ja soovitude sõnastamisel on viidud läbi fookusrühma arutelu, mille eesmärk ja valiku põhjendus on kirjeldatud meetodite tabelites (vt Tabel 4 lk 35 ning Tabel 5 lk 36).

Kokku vastas küsitlusele 100 sportlast, neist mehi 73 ja naisi 27 (vt Tabel 6). Vastanute arv moodustas kõigist ankeedi saanud sportlastest 47% ning üldkogumist 44% (vt Tabel 7 lk 39). Vastanutest kolmandik olid aktiivselt spordiga tegelevad tippportlased ning kaks kolmandikku spordikarjääri lõpetanud sportlased (vt Tabel 6). Vastajate keskmine vanus oli 36 eluaastat, mediaanvanus 35 aastat. Tegevportlastest vastanute keskmine vanus oli 27 ning spordikarjääri lõpetanud sportlaste keskmine vanus 40 eluaastat. Noorim vastaja oli 19 ning vanim 54 aastane.

**Tabel 6.** Vastanute vanuseline jaotus

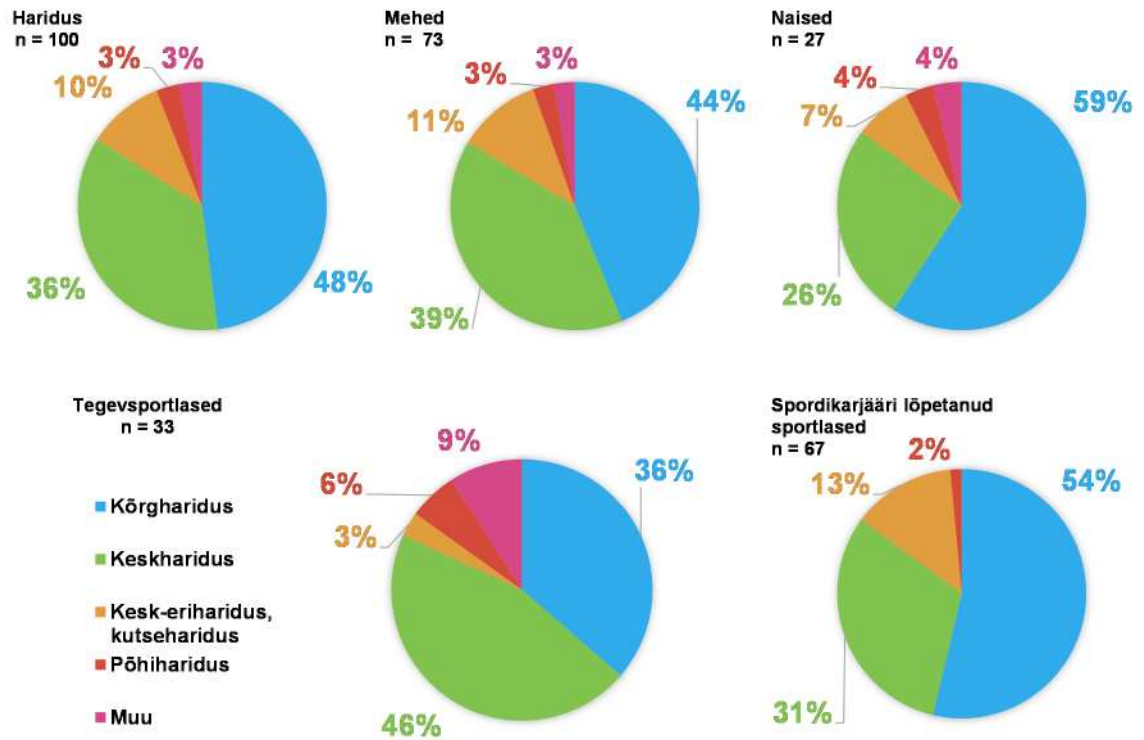
<i>Vastanute vanus</i>	<b>Kokku</b>	Mehed	Naised	Tegevportlased	Spordikarjääri lõpetanud sportlased
Aritmeetiline keskmine	<b>36</b>	37	32	27	40
Mediaan	<b>35</b>	38	31	28	42
Standardhälve	<b>9,521</b>	9,259	9,389	5,478	7,896
Miinumum	<b>19</b>	20	19	19	27
Maksimum	<b>54</b>	54	52	38	54
<i>n (vastanute arv)</i>	<b>100</b>	73	27	33	67

Spordialade jaotuses on vastanute (valim) jagunemine esitatud järgnevas koondtabelis (Tabel 7 lk 39). Suveolümpiamängude kavas olevate spordialade (kokku 15 spordiala) esindajate vastused moodustavad 54% ning taliolümpiamängude spordialade (kokku 7 spordiala) esindajate vastused 46%. Kuigi taliolümpiamängude kavas olevate spordialade nimekiri on lühem ning koondina on vastajaid vähem, esineb spordialade võrdluses enim vastajaid just talialade osas: murdmaasuusatamine (21 vastanut) ja laskesuusatamine (14 vastanut). Nimetatud spordialad on ka kõige suurema esindatusega talialade võrdluses. Mõneti tagasihoidlikuks on jäänud kõige laiema osalejate arvuga kergejõustik, mille vastanute arv (8 sportlast) moodustab ankeedi saanutest (35 kergejõustiklast) 23%.

**Tabel 7.** Olümpiamängudel perioodil 1992-2014 osalenud ja ankeetküsimustikule vastanud sportlaste arv (autori koostatud)

Spordiala		Üldkogum	Saadetud	Vastanud ehk valim
Suveolümpiamängude spordiala	Aerutamine	2	2	2
	Iluvõimlemine	1	1	1
	Jahilaskmine	4	2	1
	Jalgrattasport	17	17	10
	Judo	3	2	0
	Kergejõustik	37	35	8
	Laskmine	2	2	0
	Lauatennis	1	0	0
	Maadlus	7	6	2
	Moodne viievõistlus	1	1	0
	Purjetamine	11	11	7
	Sulgpall	2	2	1
	Sõudmine	18	17	8
	Tennis	2	2	1
	Triatlon	1	1	1
	Ujumine	17	16	6
	Vehklemine	8	6	2
	Vibulaskmine	2	2	2
	Võrkpall	4	4	2
<b>Kokku suvealade sportlased</b>		<b>140 (62%)</b>	<b>129 (61%)</b>	<b>54 (54%)</b>
Taliolümpiamängude spordiala	Iluuisutamine	10	10	2
	Kahevõistlus	10	9	2
	Kelgutamine	2	1	1
	Laskesuusatamine	26	25	14
	Murdmaasuusatamine	30	29	21
	Mäesuusatamine	6	5	4
	Suusahüpped	3	3	2
<b>Kokku talialade sportlased</b>		<b>87 (38%)</b>	<b>82 (39%)</b>	<b>46 (46%)</b>
<b>Kõik kokku</b>		<b>227</b>	<b>211</b>	<b>100</b>

Küsitlusele vastanute põhjal selgub, et ligi pooled (48%) tippsportlastest on kõrgharitud (vt Joonis 8 lk 40), 36% omavad keskharidust ning ainult 3% on põhiharidusega. Soolises võrdluses ilmneb, et naiste puhul on kõrgema haridusega sportlaste osakaal kõrgem kui meestel, vastavalt 59% ja 44%. Vastusevarianti muu on nimetanud 3 tegevsporlast ning kõigil juhtudel on kommentaariks lõpetamata kõrgharidus, mis annab alust arvata, et keskharidusega sportlaste osakaal on selle võrra tegelikult isegi olulisem.



**Joonis 8.** Haridustase tippportlaste seas (autori koostatud)

Olulisem erinevus hariduse profiilis avaldub aga aktiivselt tippspordiga tegelevate ning spordikarjääri lõpetanud sportlaste võrdluses. Uuringu läbiviimise ajal end aktiivselt tippspordiga tegelevaks pidanud sportlaste seas on kõrgema haridusega 36% ning keskhariidusega 46%, vastavad näitajad spordikarjääri lõpetanud sportlaste puhul on 54% ja 31%. Treenerite sõnul on tippportlaste hariduse tase Eestis üldjuhul hea. Kui arvestada olümpiasportlasi, siis kõrghariidusega sportlaste osakaal (sh need, kes omandavad) on suhteliselt kõrge (nt sõudja Allar Raja omandab spordikarjääri ajal juba teist kõrgemat haridust). Küll aga leiavad ja peavad oluliseks nii treenerid kui teised isikud (vt fookusrühmas osalenute nimekiri Lisa 4), sh sportlased ise, et tagatud oleks võimalused sportimise ühendamisel hariduse omandamisega.

Vastanute seas ei ilmne olulisi erinevusi tippspordiga alustamise vanuses. Nii mehed kui naised ja suve- ning taliolümpiamängude spordialade esindajad on pidanud tajutavaks tippspordikarjääriga alustamise keskmiseks vanuseks 18-ndat eluaastat (vt Tabel 8 lk 41). Enam kui kahe kolmandiku vastanute puhul jääb tippspordikarjääriga alustamise vanus vahemikku 16 kuni 20 eluaastat.



**Tabel 8.** Tippspordikarjääriga alustamise vanus (autori koostatud)

<i>Tippspordikarjääriga alustamise vanus</i>	<b>Kokku</b>	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Aritmeetiline keskmine	<b>18</b>	18	18	18	18
Mediaan	<b>18</b>	18	18	18	19
Standardhälve	<b>2,679</b>	2,616	2,896	2,760	2,612
Miinumum	<b>12</b>	12	12	12	12
Maksimum	<b>25</b>	24	25	25	23
<i>n</i>	<b>100</b>	73	27	54	46

Fookusrühma arutelul osalenud ekspertide sõnul tuleneb see samal eluetapil aset leidvatest mitmetest muudest olulistest ning eelkõige haridusega seotud muutustest. Keskmiselt 16-aastastel noortel toimub üleminek põhikoolist keskharidusele ning vanusevahemikus 18 kuni 20 keskhariduse lõpetamine ning seega uute valikute langetamine. Tippspordikarjääriga alustamise hetke fikseeritud kriteeriumiks saab seega pidada n-ö teadliku valiku langetamist, mille tulemusel sportimine muutub kõige tähtsamaks ning ülejäänud tegevused jäävad tahaplaanile, muutuvad teisejärguliseks. Sisuliselt saab sportimisest töö ehk 100%-lise pühendumise objekt iseendale ning toimub tajutav üleminek professionaalsele spordikarjäärile (vt ka sportlase karjäärimudel Joonis 2 lk 13).

Uuringu tulemusel selgub, et 36% tegevspordlastest õpib samal ajal tippspordiga tegelemisel. Aktiivsemad õppurid on naissportlased, kellest 45% õpib, meessportlastest vastavalt 32%. Suuremad erinevused ilmnevad aga suve- ja taliolümpiamängude kavas olevate spordialade võrdluses. Suvealadega tegelevatest sportlastest õpib 44%, kuid talialadega tegelevatest sportlastest ainult 27%. Peamine põhjus spordialade võrdluses avaldub akadeemilise õppeperioodi kattumisega talialade spordialadega, mis ei võimalda ettenähtud õppeprogrammi läbi teha. Samuti tuuakse välja, et kuigi teave õppekavadest on ülikoolide veebilehtedel üldjuhul olemas, siis ei ole tegevspordlastel tihtilugu isegi aega, et õppevõimalustega lähemalt tutvuda ja nende mõju sportimisele hinnata. Tuuakse küll välja, et paindlikke õppelahendusi pakutakse, sh eksisteerivad ka e-õppe võimalused, kuid paljude õppeainete puhul nõutakse kindlat koha peal käimist, sh allkirjaga osalemise kinnitamist ja puudumisi ei võimaldata, aga need võivad langeda samale ajale tähtsate spordivõistlustega. Täiendavalt arvavad tegevspordlasted, et informatsioon pole kättesaadav osas, mis selgitaks õppima asudes muudatuste vajadusi

üldises elukorralduses, sh sporditegemises. Soov oleks teada kuidas mõjutab õppima asumine planeeritud treening- ja võistluskalendrit (nt kui palju tuleb täiskohaga sportimise kõrvalt ikkagi koolis koha peal käia) ehk et millega täpselt tuleb arvestada elu korraldamisel ja kuidas sellist informatsiooni koguda. Ühtlasi ilmneb, et praktikad ülikoolide võrdluses varieeruvad ja sportlast soovivad vastutulekud sünnivad juhuslikult ning taanduvad sportlase ja õppejõu või õppeosakonna vahelisele teineteisemõistmisele. Tihtilugu see aga puudub ning puuduvad ka formaalsed võimalused põhjusega puudumiseks. Fookusrühma eksperdid näitlikustavad, kus nt kehakultuuriteaduskonna mingi eriala õppe raames läbiviidava spordiaine (nt võrkpall, jalgpall vms) toimumise ajal osaleb sportlane rahvuskoondist esindaval spordivõistlusel, kuid ülikool seda puudumise põhjusena ei arvesta ning sportlasele esitatakse põhjusega puudumise eest veel nn lisa kodutöö ja nii võib tippportlastest õppurile langeda osaks isegi topelt koormus, sh võib olla mõningate rühmatööd eeldavate õppeainete üksi järele tegemine võimatu. Üheks probleemi põhjuseks on vähene info liikumine huvirühmade vahel (sportlane, spordialaliit, ülikool, treenerid jt) ja vähene teadlikkus.

Intervjuul treeneritega toodi välja, et näiteks USA-s on kogu spordisüsteem üles ehitatud läbi kõrgema hariduse omandamise ülikoolides. Kui sportlane on 4 kuni 5 aastat kõrgkoolis õppinud ja selle kõrvalt sportinud, siis vanuses 22 kuni 24 on oluliselt lihtsam otsustada tippportdikaarjääri või teiste alternatiivide vahel. Paralleelselt hariduse omandamine suurendab noorte enesekindlust ja julgustab sportimise kasuks valimise, aga samas on võimalus otsustada teisiti. Ülikooli ajal saab keskenduda sportimisele ning kui oled andekas ja perspektiivikas, siis on võimalik edasi liikuda või juhul kui selgub, et sellist perspektiivi pole, siis on võimalus kasutada omandatud kõrgharidust ja valida teine tee.

Töökogemust omavad ligi pooled (45%) tippportlased. Meessportlastest omavad 50% töökogemust, naissportlastest 36%. Suve- ja talispordialade võrdluses selgub, et suvealade esindajatel on ulatuslikum kogemus, vastavalt 50% ja 40%. Töökogemust omavatest tippportlastest töötab tippportdikaariga tegelemisega samal ajal ligikaudu kolmandik, sealjuures mitte ükski naissportlane. Töötatakse nii täis- kui osakoormusega, esineb ka ettevõtjana tegutsevat töövormi, kuid näiteks tööpraktikat

töövormina kogetut pole. Lisaks selgub, et töökogemusega, kuid hetkel mittetöötavatest sportlastest kolmandik siiski otsib tööd. Töökogemus sõltub väga mitmetest teguritest, kuid kõige olulisem on ikkagi sportlane ise. Arvatakse, et mehed on keskmiselt initsiatiivikumad, suurema pingetaluvusega ja ettevõtlikumad, naised tüpaažilt tagasihoidlikumad ja valivad seetõttu kindlana näivana hariduse omandamise tee. Töötamist sarnaselt õppimisega mõjutab kahtlemata ka spordiala, aga ka töö iseloom ning Eestis on näiteid töökogemuse osas väga erinevaid. Põhimõtteline lähtealus näib olevat selline, et kui eksisteerib võimalus teha spordikarjääri kõrvalt tööd, nii, et see ei sega olulisel määral sportimist ja kavandatud eesmärkide saavutamist, siis on töökogemuse omandamine võimalik ja seda kasutatakse. Näiteks kõrgushüppaja Anna Iljuštšenko on omandanud kõrghariduse ning töötab spordikarjääri ajal hambaarstina olles säilitanud sportlikus mõttes tippaseme.

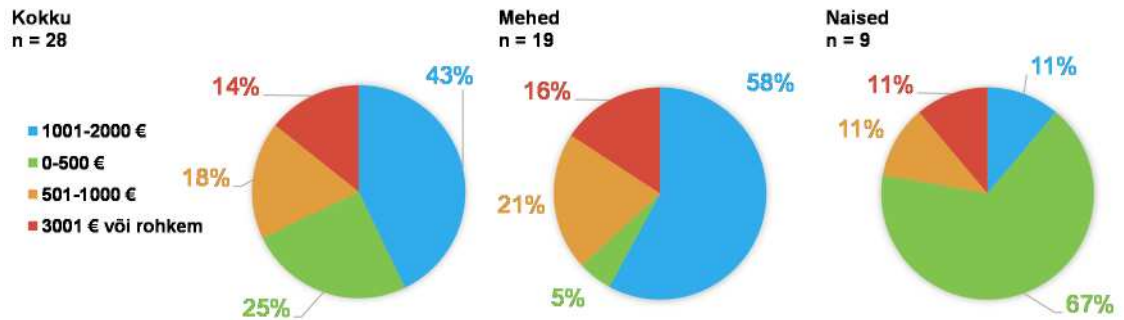
Kooselu tulemusi kokku võttes selgub, et ligikaudu pooled (49%) sportlastest elavad koos elukaaslase või oma perega (abikaasa ja laps), kusjuures meessportlastel on see näitaja 54% ning naissportlastel 37%. Üksi oma majapidamises elab 36% naissportlastest, kuid ainult 14% meessportlastest. Suhteliselt võrdselt esineb kooselu vanematega, meestel 14% ning naistel 18%.

43% tippsportlastest jääb igakuise leibkonna<sup>6</sup> netosissetulek<sup>7</sup> 1 001 ja 2 000 euro vahele, kuid alla 500 eurot teenivaid sportlasi on koguni neljandik (vt Joonis 9 lk 44). Oluliselt suuremad erinevused ilmnevad sissetulekutes mees- ja naissportlaste võrdluses. Kui naissportlastest koguni 2/3 leibkonna sissetulek jääb alla 500 euro, siis meessportlastel on vastav osatähtsus ainult 5%. Põhjusestena saab välja tuua, et naissportlased elavad enam üksi oma majapidamises, nad ei tööta sportimisega samal ajal ning pühendavad rohkem õpingutele.

---

<sup>6</sup> Leibkond - on ühises eluruumis elavad inimesed, kes jagavad toidu- ja raharessursse. Erinevalt perekonnast võib leibkond olla ka üksikisik. (Statistikaamet)

<sup>7</sup> Netosissetulek - sissetulek, mis jääb inimesele kätte pärast igakuiste maksude ja muude seadusjärgsete mahaarvatiste tegemist (Statistikaamet).



**Joonis 9.** Igakuise leibkonna netosissetuleku suurus (autori koostatud)

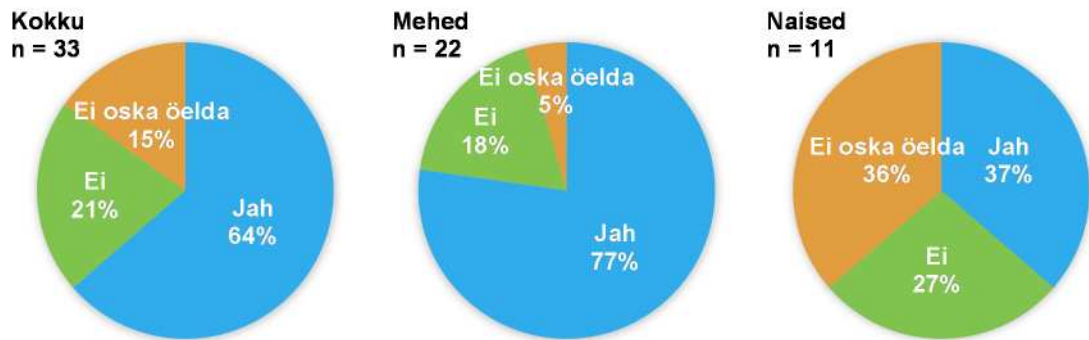
Keskmiseks tippspordikarjääri lõpetamise vanuseks arvatakse kujunevat 32 ja pool eluaastat, mis erineb mees- ja naissportlaste võrdluses. Meeste keskmine oodatav tippspordiga lõpetamise vanus on 34 eluaastat (mediaan 35), kuid naistel 29 eluaastat (mediaan 31). See tähendab, et naissportlased lõpetavad eelduslikult 4-5 aastat varem oma spordikarjääri kui meessportlased. Olulisi erinevusi ei ilmne suve- ja talispordialade võrdluses (vt Tabel 9). Lisanduva märkusena tuleb mainida, et koguni neljandik küsitlusele vastanutest tegevspordlastest ei osanud sellele küsimusele vastata.

**Tabel 9.** Oodatav tippspordikarjääri lõpetamise vanus tegevspordlaste hinnangul (autori koostatud)

Näitaja	Kokku	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Aritmeetiline keskmine	32,4	34,0	29,3	32,6	32,2
Mediaan	32,5	35,0	31,0	32,5	33,5
Standardhälve	5,763	4,967	6,251	4,799	7,177
Miinumum	20	26	20	23	20
Maksimum	40	40	37	40	40
<i>n</i>	24	16	8	14	10

Fookusrühma arutelul osalenud eksperdid arvasid, et konkreetset vanust on väga keeruline nimetada, pigem on see tajutav perioodina, mil tippspordikarjäär lõppeda võiks ning kehtib üldjuhul ennustatava spordikarjääri kujunemisel, mitte ettearvamatute sündmuste puhul. Spordikarjääri lõpetamist on planeerinud ligikaudu 2/3 tegevspordlastest (vt Joonis 10 lk 45), kuid sarnaselt oodatava spordikarjääri lõpetamise vanuse kohta (vt Tabel 9) erinevad mees- ja naissportlaste vastused oluliselt. Naissportlastest koguni 63% ei ole planeerinud või ei oska öelda kas nad on planeerinud

spordikarjääri lõpetamist, samas meessportlastest koguni 77% on spordikarjääri lõpetamist kavandanud.



**Joonis 10.** Tippspordikarjääri lõpetamise planeerimine (autori koostatud)

Sooline erinevus näib ilmnevat peamiselt seetõttu, et vastanud tegevspordlastest on naissportlaste mediaanvanus 23 eluaastat ning meessportlastel 28 ja pool eluaastat, mistõttu tõdetakse, et suhteliselt nooremas vanuses on lõpetamise planeerimine ja riskide tajumine vähem teadvustatud tegevus ning vanemas eas edasise elu planeerimise olulisus kasvab.

Likerti 5 palli skaalal tähtsust hinnates selgus, et kõige olulisemaks peetakse spordikarjääri kestel hariduse ja/või töökogemuse omandamisel vanemaid ja perekonda (4,48), kellele järgneb haridusasutus (4,26) ning treener (4,09) (vt Tabel 10 järgmisel leheküljel). Kõige vähemtähtsamaks on peetud spordialaliite (3,13), tööandjaid (2,92) ning karjäärinõustajaid (1,68), kusjuures kahe viimase puhul on paljud jätnud küsimusele vastamata. Treeneritega läbiviidud intervjuudel arvati, et kuna Eesti riik on väga väike ja suhteliselt madala elatustasemega, siis riigi ja spordisüsteemi võimalused ja ressursid on piiratud, millega (noor-)sportlasi toetada. Fookusrühma arutelul osalenud eksperdid lisasid, et kuna töökogemus on tegevspordlaste seas suhteliselt madal, siis on ka ootuspärane, et tööandja suhtes on suur mittehindajate arv. Sama tähelepanek ka karjäärinõustaja osas ning kuigi erineva fookusega karjäärinõustajaid Eestis eksisteerib, siis tõdetakse, et tippspordikarjäärile spetsialiseerunud nõustamise funktsiooni Eestis ei eksisteeri, kuigi selle järele on tunnetatav nõudlus.

**Tabel 10.** Isikute tähtsus sportlase tippspordikarjääri ühendamise võimaldajatena hariduse ja/või töökogemuse omandamisel (autori koostatud)

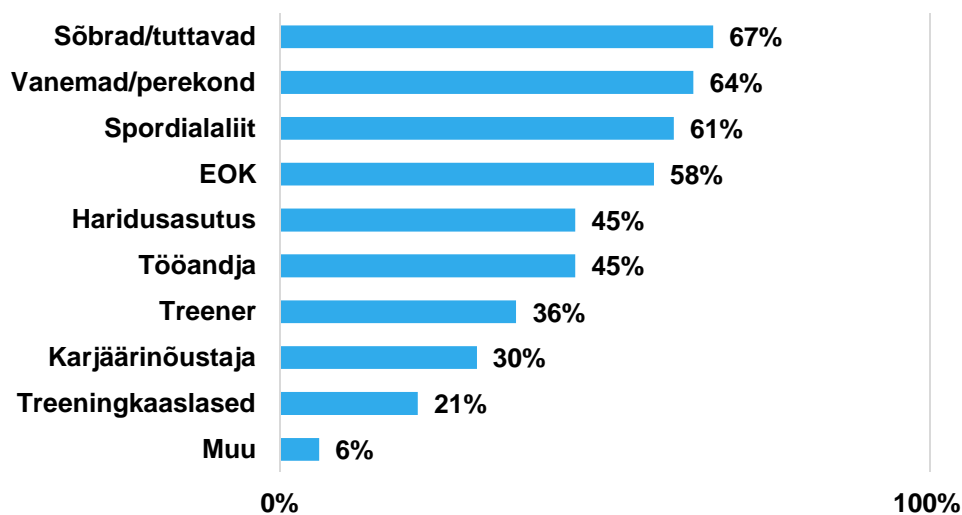
Topp	Isik	n	AK	M	SH	Ei oska öelda
1	Vanemad/perekond	33	<b>4,48</b>	5,00	0,970	0
2	Haridusasutus	31	<b>4,26</b>	5,00	0,860	2
3	Treener	33	<b>4,09</b>	4,00	1,160	0
4	Sõbrad/tuttavad	32	<b>3,41</b>	3,00	1,130	1
5	EOK	32	<b>3,41</b>	4,00	1,480	1
6	Treeningkaaslased	33	<b>3,24</b>	3,00	1,060	0
7	Spordialaliit	32	<b>3,13</b>	3,00	1,520	1
8	Tööandja	24	<b>2,92</b>	3,00	1,640	9
9	Karjäärinõustaja	22	<b>1,68</b>	1,00	1,290	11

Märkused: Väärtused on 5 punkti skaalal (1 – ei ole olnud üldse tähtis, 5 – on olnud väga tähtis). AK – aritmeetiline keskmine; M – mediaan; SH – standardhälve.

Ühtlasi tuuakse välja, et spordialaliitude vähese võimekuse põhjus on nende napp personali arv, sest tihti on spordialaliidu büroos tööl ainult 1-3 inimest ning paratamatult nad igale poole ei jõua ja eraldi inimest, kes toetaks sportlast tema spordikarjääri kujundamisel, eelkõige lõpetamisel, ei ole. Täiendavalt võib lisada, et puudub ka teadlikkus spordiorganisatsiooni rolli tajumisest sportlase toetamiseks hariduse omandamisel.

Kõige enam tuge tippspordikarjääri järgse elu planeerimisel ja korraldamisel vajatakse sõpradelt ning tuttavatelt (67%) ja vanematelt ning perekonnalt (64%) (vt Joonis 11 järgmisel leheküljel). Neid isikuid on peetud tegevspordlaste sõnul ka väga tähtsateks senise spordikarjääri ühendamise võimaldajatena hariduse ja/või töökogemuse omandamisel, vastavalt neljanda ja esimesena (Tabel 10). Tulemusi analüüsid selgub, et senisest enam tuge oodatakse siiski spordialaliitudelt (61%) ning tööandjalt (45%), samuti indikeerib karjäärinõustaja sagedane nimetamine pea kolmandiku vastuste puhul, et kui seni pole seda isikut tähtsaks peetud (5 palli skaalal ainult 1,68, Tabel 10), siis sellise funktsiooni tuge vajatakse. Fookusrühma eksperdid arvavad, et EOK ja spordialaliitude koosseisu sellise alalise funktsiooni loomine pole ratsionaalne, kuid erialase väljaõppega karjäärinõustajad peaks olema olemas, mille teenuse osutamine võiks olla riiklikult finantseeritud. Nt Soome Olümpiakomitee on sõlminud koostöökokkuleppe Rahvusvahelise Olümpiakomiteegagi koostööd tegeva ning ühe

maailma suurima personalivaldkonna teenuseid osutava ettevõttega Adecco<sup>8</sup>, millel on muuhulgas olemas ka erialased teadmised tipp sportlaste spordikarjääri toetamiseks ja tööpakkumiste vahendamiseks.



**Joonis 11.** Sportlasega seotud isikute tähtsus tipp sportikarjääri järgse elu planeerimisel ja korraldamisel (autori koostatud)

Ekspertid rõhutavad eelkõige treeneri tähtsat rolli, mis on väga oluline tipp sportikarjääri kestel, kuid uue elu kujundamisel vähemtähtsam, mida selgitatakse sellega, et see eeldab ikkagi erialaseid teadmisi, mida treeneritel olema ei peagi. Samuti ei saa treenerid oma sportlast demoraliseerida, kuna töötatakse ühise eesmärgi nimel, kuid nende eriline vastutustundlik roll avaldub just tipp sportikarjääriga alustamise hetkel. Täiendavalt lisatakse, et erinevalt treenerist oskaks karjäärinõustaja lisaks psühholoogilisele toele tuua välja ka need sportlase tugevused, mida tööturul esitleda ja tõsta seega sportlase eneseusku ja –kindlust uuele eluetapile vastu astudes.

Tegev sportlaste avatud vastuste ja ettepanekute analüüsimisel joonistusid välja järgmised soovitusel ja ootused, mida käsitletakse töö autori poolt pikemalt kokkuvõtte ja järelduste tegemisel ning magistr töö soovitusel sõnastamisel peatükis 2.3:

- sportlastele tervisekindlustuse tagamine;
- eripensioni ehk spordipensioni loomine;

<sup>8</sup> <http://www.adecco.fi/en-gb/default.aspx>

- spordikarjääri nõustamisprogrammi loomine (sh karjäärinõustamine, täiendkoolitused, seminarid);
- kõrghariduse omandamiseks personaalne õppeprogramm (nt pikem nominaalae, personaalne ajakava, tasuta õpe või õppemaksu kompenseerimine);
- tippspordi ja selle olemuse senisest tõhusam teavitamine (st alates noortesportlast tippspordi olemuse avamine, eesoleva selgitamine)
- rahastamise läbipaistvuse suurendamine.

Järgnevalt kirjeldatakse tippportlaste karjääri lõpetanud sportlaste vastuste tulemusi. Peamise põhjusena on spordikarjääri lõppemisel esile toodud motivatsiooni, ambitsiooni ja naudingu puudust (45%), millele järgnevad majanduslikud raskused (36%) ning soov keskenduda tööalasele karjäärile (30%) (vt Tabel 11).

**Tabel 11.** Peamised põhjused tippportlaste karjääri lõpetamisel (autori koostatud)

<b>Topp</b>	<b>Põhjus</b>	<b>Protsent vastanutest (n = 67)</b>
1	Motivatsiooni/ambitsiooni/naudingu puudus	45%
2	Majanduslikud raskused	36%
3	Soov keskenduda tööalasele karjäärile	30%
4	Vigastus ja/või terviseprobleem	27%
5	Soov keskenduda perekonnale/suhetele	27%
6	Liiga kõrge vanus	18%
7	Sportliku taseme langus	18%
8	Probleemsed suhted treeneri ja/või spordijuhtidega	12%
9	Soov keskenduda hariduse omandamisele	4%
10	Eesmärkide saavutamine	4%
11	Muu <sup>9</sup>	4%

Topp 5 põhjused on meeste ja naiste võrdluses sarnased (vt Tabel 12 lk 49), mis ühtib teiste varasemate uuringute tulemustega (Alfermann *et al.*, 2004, lk 62; Hatamleh, 2013, lk 350; Sinclair & Orlick, 1993, lk 147), kuigi naissportlaste puhul on motivatsiooni, ambitsiooni ja naudingu puudumist nimetatud koguni 63% korral. Naissportlaste puhul on teise peamise põhjusena nimetatud soovi keskenduda perekonnale (38%), mis meessportlaste puhul asetseb viiendal real (24%). Perekondlike põhjuste eristumist naiste puhul on esile tõstnud ka Moesch (2012, lk 62).

<sup>9</sup> Muu põhjusena on nimetatud spordialaliidu suutmatust sportlaste eest seista, korruptsioon, pädeva treeneri puudus.



**Tabel 12.** Peamised põhjused spordikarjääri lõpetamisel mees- ja naissportlaste võrdluses (autori koostatud)

<b>Topp</b>	<b>Põhjus</b>	<b>Mehed</b>	<b>Põhjus</b>	<b>Naised</b>
1	Motivatsiooni/ambitsiooni/naudingupuudus	39%	Motivatsiooni/ambitsiooni/naudingupuudus	63%
2	Majanduslikud raskused	37%	Soov keskenduda perekonnale/suhetele	38%
3	Soov keskenduda töölasele karjäärile	33%	Majanduslikud raskused	31%
4	Vigastus ja/või terviseprobleem	27%	Vigastus ja/või terviseprobleem	25%
5	Soov keskenduda perekonnale/suhetele	24%	Soov keskenduda töölasele karjäärile	19%
6	Sportliku taseme langus	22%	Liiga kõrge vanus	19%
7	Liiga kõrge vanus	18%	Eesmärkide saavutamine	13%
8	Probleemsed suhted treeneri ja/või spordijuhtidega	14%	Sportliku taseme langus	6%
9	Soov keskenduda hariduse omandamisele	6%	Probleemsed suhted treeneri ja/või spordijuhtidega	6%
10	Muu	6%	Soov keskenduda hariduse omandamisele	0%
11	Eesmärkide saavutamine	2%	Muu	0%

Fookusrühma ekspertide sõnul on tulemused ootuspärased, kuigi vähene eesmärkide saavutamine meeste puhul on üllatav, mille põhjustena arvatakse, et edu saavutamisel soovitakse seda uuesti korrata (nt korrata uuesti medalivõitu tiitlivõistlustelt), mis võib tähendada, et püstitatud eesmärgid on liiga kõrgele seatud. Sarnaselt teistes riikides läbi viidud uuringutele (Kadlcik & Flemr, 2008, lk 266; Wylleman *et al.*, 1999, lk 16; Surujlal & van Zyl, 2014, lk 483) ilmneb ka Eesti olümpiasportlaste puhul, et 2/3 sportlaste puhul on lõpetamine kujunenud erinevate põhjuste kombinatsioonina, vaid 1/3 on nimetatud lõpetamiseks ühte mõjuvat põhjust (vt Joonis 12 lk 50). Naissportlaste puhul on ühe mõjuva põhjuse esiletoomine domineerivam (44%), meestel vähem (29%). Üle 6 põhjuse pole samas korraga keegi nimetanud, peamiselt piirduvad lõpetamise põhjused 2 kuni 3 asjaoluga. Domineerivate põhjuste ja nende olemuse (vabatahtlik *versus* sunnitud) mõistmine on oluline, et planeerida sportlasele kõige asjakohasemat tuge ning seega tuleb selgitada, mis põhjustel sportlane spordikarjääri lõpetas. Põhjuste teadvustamine aitab välja töötada võimalikult efektiivset ülemineku strateegiat, et kohanemine uue eluga oleks võimalikult sujuv.



**Joonis 12.** Põhjuste arv spordikarjääri lõpetamisotsuse langetamisel (autori koostatud)

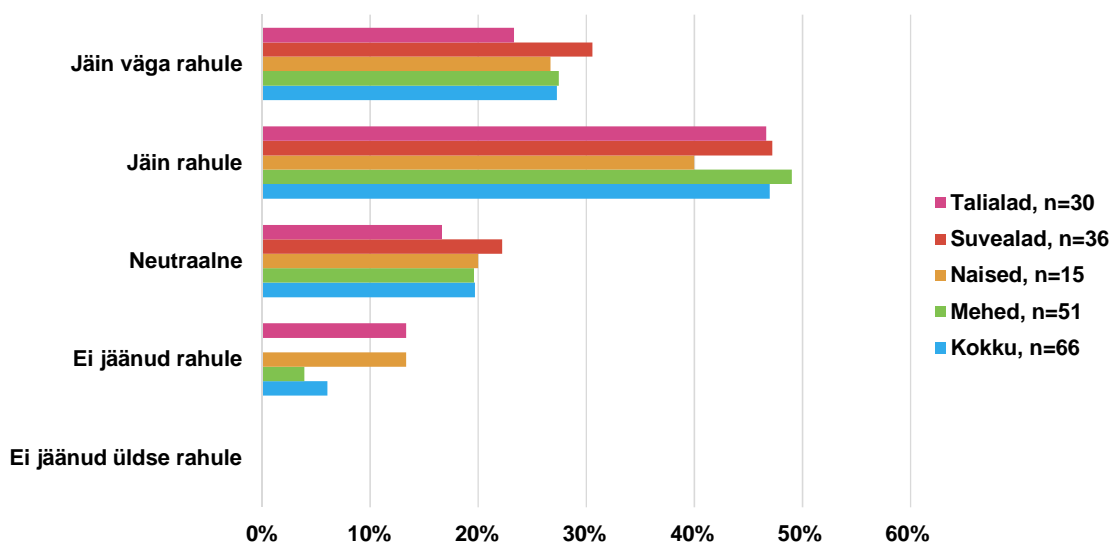
Keskmiseks vanuseks on tippspordikarjääri lõpetamise hetkel kujunenud 30,4 aastat (mediaanvanus 29 eluaastat, vt Tabel 13), mis on 2 aastat noorem kui oodatav spordikarjääri lõpetamise vanus tegevsporlaste hinnangul (võrdle Tabel 9 lk 44). Keskmiseks tippspordikarjääri pikkuseks teeb see 12 aastat võttes aluseks tippspordiga alustamise vanuse 18 eluaastast (vt Tabel 8 lk 41).

**Tabel 13.** Vanus tippspordikarjääri lõpetamise hetkel (autori koostatud)

Näitaja	Kokku	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Aritmeetiline keskmine	30,4	31,2	28,0	31,0	29,8
Mediaan	29,0	30,0	27,5	29,0	28,0
Standardhälve	5,503	5,794	3,596	5,875	5,056
Miinum	22	22	23	23	22
Maksimum	50	50	35	50	40
<i>n</i>	67	51	16	36	31

Selgub, et nii tegevmees- kui naissportlaste oodatav spordikarjääri lõpetamise vanus on kõrgem kui see on olnud spordikarjääri lõpetanud sportlaste puhul. Sama tähelepanek avaldub ka suve- ja talialade spordialade harrastajate puhul. Tulemuste analüüsimisel avaldub, et meessportlased on lõpetanud spordikarjääri kõrgemas vanuses kui naissportlased (sh on meessportlaste kõrgeim vanus 50, naissportlastel 35 eluaastat) ning suveolümpiamängude kavas olevate spordialade harrastajad kõrgemas eas kui talialade esindajad. Samas on soolises võrdluses tulemuste lahknevus ulatuslikum kui

spordialade võrdluses. Fookusrühma arutelul osalenud eksperdid soovivad, et mõistlik oleks tulemusi võrrelda ka spordialade liigitamisel jõu- ja vastupidavusaladeks ning tehnilisteks spordialadeks, kuna nt vibulaskmist või jahilaskmist on võimalik teha oluliselt kõrgemas eas kui suusatamist. Arutelu taustal öeldakse, et spordiala iseloom mõjutab spordikarjääri kestuse, kuigi sunnitud põhjus võib selle lõpetada spordiala olemusest sõltumata. Sportlaste rahulolu spordikarjääriga on olnud kõrge, 74% on jäänud oma spordikarjääriga rahule või väga rahule (vt Joonis 13). Eksperdid toovad välja, et rahulolu puhul peaks veel teadma, et kas seda mõjutasid konkreetsed sportlikud saavutused või pigem spordikarjäär kui terviklik protsess. Nii võib olla, et spordikarjääriga kui protsessiga jäädki küll tervikuna rahule, kuid sporditulemustega mitte ja vastupidi. Samuti täiendatakse, et rahulolu spordikarjääriga sõltub ka elu teistest tasanditest ehk kuidas sportlane oma senise eluga kui tervikuga on rahule jäänud.



**Joonis 13.** Rahulolu spordikarjääriga (autori koostatud)

Olulisi erinevusi pole spordikarjääriga rahulolu osas soolises ega spordialade võrdluses esinenud, kuigi naissportlaste ning talialade esindajate kõrgena hinnatud rahulolu on mõnevõrra madalam (meessportlastel 76% ja naissportlastel 67%, suvealade esindajatel 78% ja talialade esindajatel 70%, vt ka Tabel 14 lk 52), mille põhjuseid fookusrühma arutelul osalenud eksperdid nimetada ei teadnud.

**Tabel 14.** Rahulolu spordikarjääriga soolises ja spordialade võrdluses (autori koostatud)

Näitaja	Kokku	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Aritmeetiline keskmine	4,0	4,0	3,8	4,1	3,8
Mediaan	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
Standardhälve	0,849	0,800	1,014	0,732	0,961
<i>n</i>	66	51	15	36	30

Märkused: Väärtused on 5 punkti skaalal (1 – ei jäänud üldse rahule, 5 – jäin väga rahule).

Cecic Erpic *et al.* (2004, lk 55) on leidnud, et sportlase tunnetatav rahulolu oma spordikarjääriga aitab paremini ja kiiremini kohaneda spordikarjääri järgse eluga ning seetõttu võib hinnata, et ka Eesti tippportlastel on uue elukorraldusega kohanemine sujunud, kuna spordikarjäärile on antud rahulolev hinnang. Sellist hinnangut kinnitab tõepoolest ka käesolev uuring, kuna rahulolu tippspordi karjäärijärgse eluetapiga on samuti kõrgeks hinnatud (vt Tabel 19 lk 60).

Enam kui pooled (51%) sportlased ei planeerinud oma spordikarjääri järgset elu ette või ei osanud selle kohta arvamust öelda (vt Joonis 14), sh ilmnevad olulised erinevused taaskord soolises võrdluses. Naissportlastest ei planeerinud oma spordikarjääri järgset elu ette viiendik (19%), kuid meestest koguni 55%, mis on üllatav vastuolu tegevspordlaste ütlustega (vt Joonis 10 lk 45), milles avaldus, et just mehed planeerivad spordikarjääri järgset elu enam ette kui naised.



**Joonis 14.** Spordikarjääri järgse elu planeerimine (autori koostatud)

Ühisel arutelul ekspertidega seda fenomeni täpselt selgitada ei osatudki, kuid lõpetanud sportlaste sõnul liiga pikalt ja väga otsest planeerimist ei tehta. Üldjuhul hakatakse selle peale konkreetsemalt mõtlema pärast tiitlivõistluste lõppu ehk enne uute eesmärkide seadmist ning pigem võib seda nimetada kui kaudseks planeerimiseks, kuna sportlastel on üldjuhul teada, millega ta oma uues elus arvestada saab ning millised oskused (nt haridustase) ja võimalused (nt huvid, töökogemus) on tal kaasa võtta. Selle tulemusel ei kavandata niivõrd konkreetseid tegevusi, vaid pigem luuakse endale raamistik ning ühtlasi arvatakse, et mõnevõrra vanemal ja küpsemal isikul kujuneb see arvatavalt vastutustundlikumalt, teadlikumalt. Lisaks selgub, et ligikaudu kolmandik (31%) lõpetas oma spordikarjääri liiga vara (vt Joonis 15), kusjuures naissportlastest lõpetas enda hinnangul spordikarjääri õigel ajal 62%, meessportlastest 55%. Olulisi erinevusi spordikarjääri lõpetamise varases planeerimises ning ajastamises ei ilmne aga spordialade võrdluses.



**Joonis 15.** Spordikarjääri lõpetamise ajastus (autori koostatud)

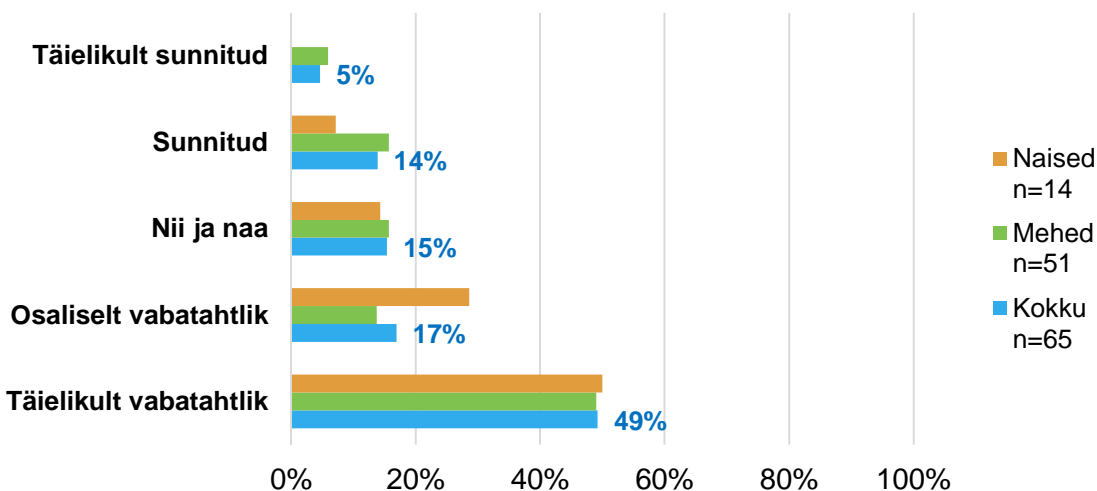
66% sportlastest on hinnanud, et nende spordikarjääri lõpetamine kujunes täielikult vabatahtlikuks või osaliselt vabatahtlikuks, kuid ligi viiendik (19%) hindas, et lõpetamisotsus oli sunnitud (vt Joonis 16 lk 54), mis seega võib põhjendada ka ligi kolmandike sportlaste liiga varajast lõpetamise otsust.

**Tabel 15.** Hinnang spordikarjääri lõpetamise vabatahtlikkusele (autori koostatud)

Näitaja	Kokku	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Aritmeetiline keskmine	2,1	2,2	1,8	2,1	2,1
Mediaan	2,0	2,0	1,5	1,5	2,0
Standardhälve	1,279	1,347	0,975	1,273	1,307
Miinumum	1	1	1	1	1
Maksimum	5	5	4	5	5
<i>n</i>	65	51	14	36	29

Märkused: Väärtused on 5 punkti skaalal (1 – täielikult vabatahtlik, 5 – täielikult sunnitud).

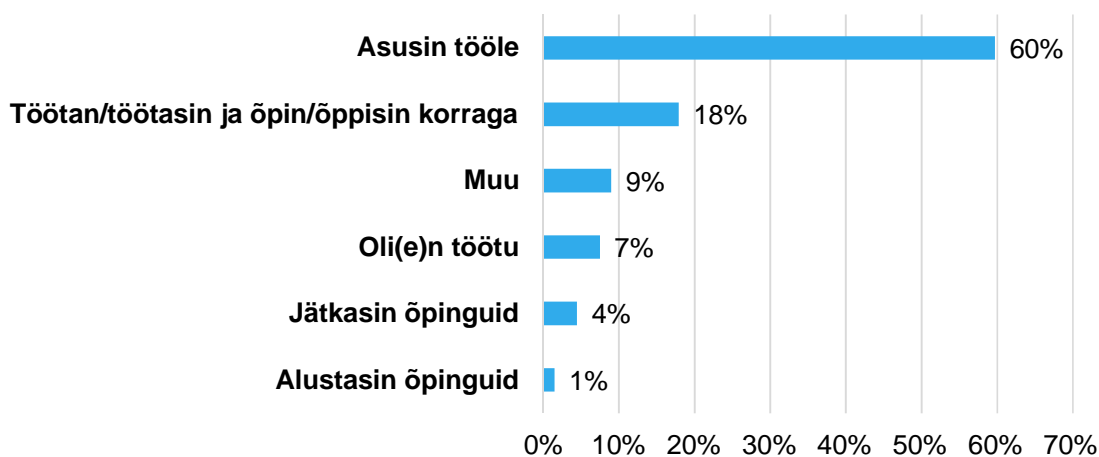
Tulemustest ilmneb, et naissportlaste lõpetamisotsused on vabatahtlikuma iseloomuga (vt Tabel 15), ainult 7% naistest on arvanud, et see on olnud osaliselt või täielikult sunnitud. Meessportlastel on sunnitud lõpetamisotsuste osatähtsus 22% (vt Joonis 16). Üheks põhjuseks on ekspertide hinnangul nõrk või puudulik spordimeditsiin ja muud tugiteenused ning ennetavad abinõud vigastustest hoidumiseks.



**Joonis 16.** Hinnang spordikarjääri lõpetamise vabatahtlikkusele (autori koostatud)

Enam kui pooled (60%) sportlastest asusid aasta jooksul pärast tippspordikarjääri lõpetamist tööle, 18% asusid tööle ja õppisid korraga ning ainult 7% jäid töötuks (vt Joonis 17 lk 55). Soolises võrdluses selgub, et naissportlastest on tööle asunud 50%, ainult õpingutega jätkanud või alustanud 25% ning töötanud ja õppinud korraga 19%. Meessportlastest samad näitajad vastavalt 63%, 0% ja 18%. Naissportlased on seega

enam keskendunud õpingutele, meessportlased töötamisele. Spordialade võrdluses olulisi erinevusi ei ilmne. Ekspertide sõnul võiks soodustada senisest enam tööle asumist just riiklikesse struktuuridesse, kuna riik on tipp sportlastesse nende karjääri ajal palju investeerinud ning peaks seega olema ka huvitatud, et sportlane pärast tipp spordiga lõpetamist kiiresti tööle asub ning nt läbi maksutulude riigile ka edaspidi olemas on.



**Joonis 17.** Elu aasta jooksul pärast tipp spordikarjääri lõpetamist (autori koostatud)

78%-st tööle asunutest sportlastest (vt Joonis 17 vastused „Asusin tööle“ ja „Töötan/töötasin ja õpin/õppisin korraga“) jätkas spordiga seotud valdkonnas 52% (vt Tabel 16). Spordiga seotud valdkonnas on töötamist alustanud või jätkanud talialade esindajad (koguni 62%), suvealade esindajatest alla poole (45%).

**Tabel 16.** Tööle asumise seos spordivaldkonnaga (autori koostatud)

Vastus	Kokku	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Asusin tööle spordivälises valdkonnas	48%	49%	45%	55%	38%
Asusin tööle spordiga seotud valdkonnas	52%	51%	55%	45%	62%
<i>n</i>	52	41	11	31	21

Stambulova *et al.* (2007, lk 113-114) on oma uuringu tulemusel tuvastanud, et Prantsusmaa endistest tipp sportlastest töötab spordiga seotud valdkonnas 67%, Rootsis ainult 24%. Eesti tipp sportlased paigutuvad 52%-ga selle näitaja alusel eelnimetatud riikide vahele. Üleminek ja kohanemine ei toimu kiiresti ning tegemist on

psühholoogiliselt küllaltki keerulise protsessiga. Oluline ülemineku edutegur on sportlast ümbritseva taustsüsteemi võimekus.

Väga eduka näitena võiks esile tõsta Jelena Glebovat (iluuisutaja), kes sai koheselt tööle. Tema isiku tüpaaži ja sobivust kasutati väga oskuslikult ära Tallinna Linnavalitsuse poolt ja rakendati kogemustega inimene spordivaldkonnas tööle (Tondiraba Jäähalli direktor). Sarnaseid näiteid on veel (nt Eesti Suusaliit) ning ekspertide arvamustele tuginedes on võimalik hinnata, et ettenägelikumad asutused või isikud on mõningate tippportlaste spordikarjääri lõpetamise oskuslikult ära kasutanud.

Ekspertid on lisaks täiendanud, et nt Soomes on sealne piirivalveamet pakkunud endistele tippportlastele töötamise võimalust just vahetul ülemineku perioodil ning sellist võimalust edukalt kasutatakse. Eestis on edukalt endisi tippportlasi kaasanud Eesti Jalgpalliliit ning teised spordialaliidud võiksid siinkohal eeskuju võtta. Leitakse, et eraldi võiks soodustada tööle asumist just spordivaldkonda ning seda just tippportlaste puhul, kel on teistega võrreldes enim kogemusi. Spordivaldkonnale tuleb kindlasti kasuks kui endised tippportlased spordiga seotuks jäävad. On aga ilmne, et absoluutselt selgeid tõdesid pole, valikud sünnivad vastassuunaliselt: nii asutuste initsiatiivil, aga ka sportlase enda initsiatiivil.

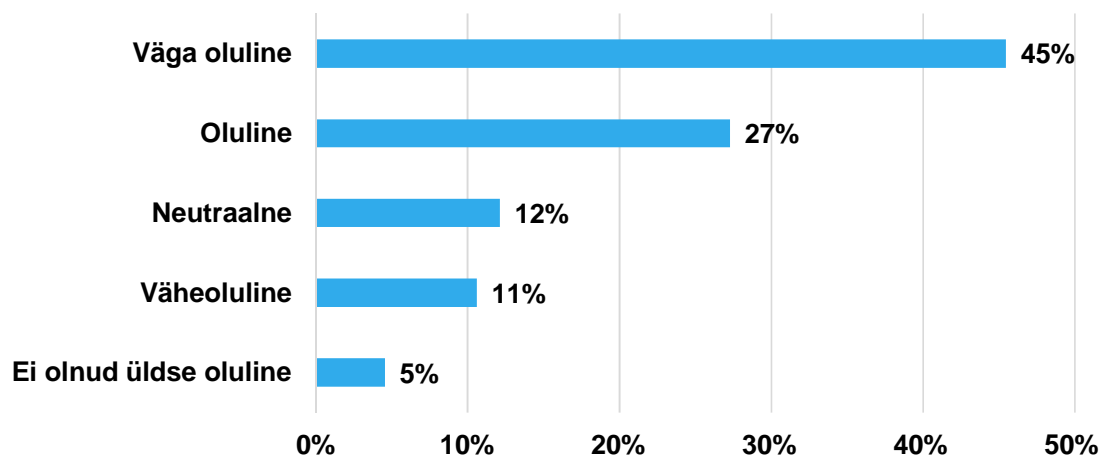
Tööle asunutest domineerib enim erasektor (vt Joonis 18 lk 57), kus alustas või jätkas tööd 56%, millele järgneb avalik sektor (22%) ja mittetulundussektor (20%). Vastuste analüüsimisel selgus, et mõned sportlased on tegutsevad mitmes sektoris korraga (nt ettevõtjana erasektoris ning poliitikuna avalikus sektoris või treenerina avalikus sektoris ja spordiürituste korraldajana mittetulundussektoris). Avalikus sektoris on tööle asunud nt treenerina, poliitikuna, õppejõuna aga ka teenistujana Politsei- ja Piirivalveametis. Erasektoris nt ettevõtjana, teenindajana, müügijuhina, analüütikuna, konsultandina, treenerina, kaupluse juhatajana jm. Kolmandas sektoris (nimetatud ka kui mittetulundus- või valitsusväline sektor) peamiselt treenerina, aga ka spordialaliidu juhina ning võistluste korraldajana.





**Joonis 18.** Tööle asumine sektorite võrdluses (autori koostatud)

72% sportlastest on leidnud, et spordialane taust on olnud nende edasise elu kujunemisel oluline ning ainult 16% leidis, et see on olnud väheoluline (vt Joonis 19). See kinnitab, et sportlastel on omadused ja oskused, mis aitavad edasises elus edukalt hakkama saada, kuid teinekord võib vaja minna just karjäärinõustaja täiendavat tuge, et olemasolevaid tugevusi rõhuda ja esile tuua. Sportlaste jaoks võivad sellised tugevused nagu konkurentsivõime, pingetaluvus, tulemusle orienteeritus, töökus jms olla loomulikud, kuid neid ei pruugita osata endi jaoks alati efektiivselt kasutada.



**Joonis 19.** Spordialase tausta olulisus edasise karjääri kujunemisel (autori koostatud)

62% sportlastest on öelnud, et täielikuna tajutav üleminek spordikarjääri järgsele elule on kestnud enam kui 1 aasta (vt Tabel 17 lk 58). Naissportlastel kestab täielik üleminek

pikemalt kui meessportlastel, sh viiendik naissportlastest on hinnanud, et üleminek on kestnud enam kui 3 aastat. Spordialade võrdluses nähtub samuti oluline erinevus just pikemaajalise üleminekuperioodi võrdluses. Ligikaudu neljandik talispordialade esindajatest on hinnanud, et üleminek on kestnud enam kui 3 aastat, suvealade esindajatest on nii pikka üleminekuperioodi nimetanud vaid 6%.

**Tabel 17.** Täieliku ülemineku tajutatav ajaline kestus (autori koostatud)

<b>Täielik ülemineku tajutatav periood</b>	<b>Kokku</b>	<b>Mehed</b>	<b>Naised</b>	<b>Suvealad</b>	<b>Talialad</b>
kuni 1 kuu	<b>5%</b>	6%	0%	6%	3%
1 kuni 6 kuud	<b>9%</b>	12%	0%	9%	10%
6 kuud kuni 1 aasta	<b>23%</b>	22%	27%	23%	24%
1 kuni 3 aastat	<b>48%</b>	47%	53%	57%	38%
enam kui 3 aastat	<b>14%</b>	12%	20%	6%	24%
<i>n</i>	<b>64</b>	49	15	35	29

Eksperdid leiavad, et üleminek võib pikem olla neil, kelle tippspordikarjäär on kestnud kauem ja täiendatakse, et sellist asjaolu nagu täielik üleminek ei pruugigi esineda. Saab rääkida tunnetatavast üleminekust ja kohanemisest, kuid üldjuhul on see tõepoolest pikem protsess. Esineb ka selliseid näiteid, kus tippspordiga lõpetamise järgselt on küll koheselt tööle asunud, kuid stressiperiood võib avaneda ka alles aasta hiljem.

Spordikarjääri lõpetanud sportlased on sarnaselt tegevspordlastele öelnud, et just vanemate ja perekonna toetus on kõige olulisem nii käimasoleva spordikarjääri ühendamisel hariduse ja töökogemuse omandamisega kui ka hilisema spordikarjääri järgse elu planeerimisel (vt järgnev Tabel 18 lk 59). Sellised tulemused kinnitavad varasemate sportlaste karjääriuuringu leitud, vt Joonis 5 lk 23 ja Joonis 6 lk 24.

Tulemuste analüüsimisel selgub siiski, et sportlasega seotud isikute rolli tähtsus spordikarjääri järgse elu planeerimisel ja kujundamisel on tervikuna mõnevõrra madalam, mis annab tunnistust suurenenud iseseisvusest ülemineku kavandamisel ja lõpetamisotsuse langetamisel. Seda kinnitavad ka eksperdid, kes tõdevad, et lõpetamise hetkel on sportlane inimesena küpsem ning tajub enda valikute vastutust teda ümbritsevate isikute suhtes paremini. Ühtlasi nähtub, et domineerivad just spordiga mitteseotud isikud ning spordiga seotud isikud on vähetähtsat rolli täitnud.

**Tabel 18.** Sportlasega seotud isikute rolli tähtsus spordikarjääri lõpetanud ja tegevspordlaste võrdluses (autori koostatud)

Spordikarjääri lõpetanud sportlane						Tegevspordlane					
Topp	Isik	n	AK	SH	Ei tea	Topp	Isik	n	AK	SH	Ei tea
1	Vanemad/ perekond	65	<b>3,48</b>	1,470	2	1	Vanemad/ perekond	33	<b>4,48</b>	0,970	0
2	Tööandja	65	<b>3,34</b>	1,480	2	2	Haridus- asutus	31	<b>4,26</b>	0,860	2
3	Sõbrad/ tuttavad	67	<b>3,00</b>	1,350	0	3	Treener	33	<b>4,09</b>	1,160	0
4	Haridus- asutus	65	<b>2,52</b>	1,480	2	4	Sõbrad/ tuttavad	32	<b>3,41</b>	1,130	1
5	Treener	65	<b>2,17</b>	1,490	2	5	EOK	32	<b>3,41</b>	1,480	1
6	Treening- kaaslased	66	<b>2,00</b>	1,310	1	6	Treening- kaaslased	33	<b>3,24</b>	1,060	0
7	Spordialaliit	67	<b>1,85</b>	1,290	0	7	Spordialaliit	32	<b>3,13</b>	1,520	1
8	EOK	64	<b>1,52</b>	1,150	3	8	Tööandja	24	<b>2,92</b>	1,640	9
9	Karjääri- nõustaja	61	<b>1,11</b>	0,490	6	9	Karjääri- nõustaja	22	<b>1,68</b>	1,290	11

Märkused: Väärtused on 5 punkti skaalal (1 – ei ole olnud üldse tähtis, 5 – on olnud väga tähtis).

Spordikarjääri lõpetanud sportlased on edasise karjääri planeerimisel pidanud oluliselt tähtsamaks tööandjat (teisel kohal), keda tegevspordlased on spordikarjääri aegsel perioodil pidanud vähemtähtsaks (paigutub kaheksandal kohal), kuid keda on siiski tähtsana esile toodud spordikarjääri järgse elu planeerimisel ja toetamisel (vt Joonis 11 lk 47). Samuti ilmneb, et vähemtähtsamat rolli ülemineku kavandamisel on kujundanud treenerid ja EOK, kuid keda aktiivse spordikarjääri ajaperioodil olulisemaks peetakse.

Ühtlaselt vähetähtsaks on kujunenud spordialaliitude ning karjäärinõustajate roll, mis tähendab, et mõlemad isikud ei oma olulist tähtsust nii spordikarjääri ajal ega selle lõpetamise ja edasise karjääri kujundamise perioodil. Samas on tegevspordlased neid isikuid pidanud oluliseks spordikarjääri lõpetamise ja ülemineku toetamiseks (vt Joonis 11 lk 47), mistõttu nähtub, et spordialaliidud ja karjäärinõustaja funktsioon ning tugi peab muutuma. Fookusrühma arutelul tõdeti ühiselt, et professionaalse ning erialase väljaõppega karjäärinõustaja funktsioon on vajalik ning tõhusamat koostööd võiks töötukassaga teha.

Sarnaselt kõrge rahuloluga kujunenud spordikarjääri suhtes on spordikarjääri lõpetanud sportlased hinnanud kõrgelt ka spordikarjääri järgse eluperioodi kujunemist. 84% vastanutest on jäänud spordikarjääri järgse eluga rahule, sh meestest 86% ning naistest 75%. Rahulolematuid on 4%. Neutraalsete arvamuste hulk on suurem naissportlastel (19% naistel, 10% meestel) ning talialade esindajatele (19% talialad, 6% suvealad).

**Tabel 19.** Rahulolu spordikarjääri järgse eluga soolises ja spordialade võrdluses (autori koostatud)

Näitaja	Kokku	Mehed	Naised	Suvealad	Talialad
Aritmeetiline keskmine	4,1	4,2	3,9	4,1	4,1
Mediaan	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0
Standardhälve	0,851	0,849	0,854	0,867	0,846
<i>n</i>	67	51	16	36	31

Märkused: Väärtused 5 punkti skaalal (1 – ei jäänud üldse rahule, 5 – jäin väga rahule).

Spordikarjääri lõpetanud sportlaste avatud vastuste ja ettepanekute analüüsimisel joonistusid välja järgmised soovitusel ja ootused:

- sportlastele tervisekindlustuse tagamine;
- spordikarjääri nõustamisprogrammi loomine (sh karjäärinõustamine, psühholoogiline nõustamine spordikarjääri ajal ja järel);
- kõrghariduse omandamiseks personaalne õppeprogramm (nt pikem nominaalae, tasuta õpe või õppemaksu kompenseerimine);
- tippspordi ja selle olemuse senisest tõhusam teavitamine (st alates noortespordist tippspordi olemuse avamine, eesoleva selgitamine);
- tippsportlastele treenerikutse lihtsama omandamise võimaldamine;
- tippspordijärgse rahalise preemia või stipendiumi määramine ülemineku sujuvamaks kindlustamiseks;
- praktika- või töökogemuse omandamise võimaldamine sporditoetajate juures;
- rahastamise läbipaistvuse suurendamine.

Uuringu tulemustest selgub, et tippsportlaste karjääri alguseks loetakse 18-ndat eluaastat, mille määratleb teadliku valiku langetamine spordi kasuks ning tippsportlaste karjäär kestab keskmiselt ligikaudu 12 aastat. Lõpetamise peamised põhjused (motivatsiooni ning ambitsiooni puudus, soov keskenduda perekonnale ja suhetele ning tööalasele

karjäärile) on pigem vabatahtliku iseloomuga ning kujunevad üldjuhul mitme põhjuse kombinatsioonis, sh ka sunnitud asjaolude (nt majanduslikud raskused, vigastused) tõttu. Samas on ligikaudu kolmandik lõpetanud oma spordikarjääri liiga vara ja vähem kui pooled on lõpetamist teadlikult planeerinud. Oluline erinevus ilmneb ka lõpetamise planeeritava ning tegeliku lõpetamise vanuse osas, kuna praegused tegevspordlased arvavad end spordikarjääri lõpetama kõrgemas vanuses kui seda lõpetanud sportlased on olnud.

Tippsportlaste seas on 36% kõrgema haridusega, mida võib olümpiasportlaste puhul pidada suhteliselt kõrgeks näitajaks. Aktiivsemad õppurid sportimise ajal on naissportlased ning suveolümpiamängude kavas olevate spordialade esindajad. Tähtsamateks isikuteks spordikarjääri ajal ning spordikarjääri lõpetamise perioodil peetakse vanemaid ning teisi lähedasi tuttavaid ja sõpru. Oluliselt enam oodatakse aga spordiorganisatsioonidelt ja tugiteenuste osutajatelt, mis on seni sisuliselt puudulik olnud. Kuna tajutav üleminek ja kohanemine uue eluga kestab üldjuhul enam kui aasta, siis kõige enam oleks abi erialase väljaõppega karjäärinõustajast, kes toetaks sportlast nii spordikarjääri ajal kui annaks nõu ka edasise elu korraldamisel. Ja kuigi enam kui pooled on asunud tööle või jätkanud õpingutega ja on uue eluga rahul, siis leitakse, et tippsportlaste seas võiks spordivaldkonnas tööle asumise osatähtsus veelgi kõrgem olla.

### **2.3. Tippsportlaste spordikarjääri kujunemise uuringu järeldused ja ettepanekud**

Olümpiasportlaste karjääriuuringu tulemusel ilmneb, et sportlaste lõpetamise põhjused on pigem vabatahtliku iseloomuga (vt Joonis 16 lk 54), kuid vähese etteplaneerimisega (vt Joonis 14 lk 52). Seetõttu võib Eesti sportlaste tulemused klassifitseerida järgneva risttabeli alusel (vt Tabel 20) mitteplaneeritud otsuse, kuid vabatahtliku põhjuse lahtrisse (rõhutatud tekstina). Teooriast lähtuvalt pole tegemist küll kõige keerulisema lõpetamisotsuse iseloomuga, kuid vähene planeerimine viitab mitmetele puudustele, millega olemasolevat olukorda parendada.

**Tabel 20.** Tippspordikarjääri lõpetamise iseloom Eesti olümpiasportlaste näitel

		PÕHJUS	
		Vabatahtlik	Sunnitud
KAVATSUS	Planeeritud	Planeeritud otsus (49%, n=33) ja vabatahtlik põhjus (74%, n=48)	Planeeritud otsus (49%, n=33), kuid sunnitud põhjus (26%, n=17)
	Mitte-planeeritud	Mitteplaneeritud otsus (51%, n=34), kuid vabatahtlik põhjus (74%, n=48)	Mitteplaneeritud otsus (51%, n=34) ning sunnitud põhjus (26%, n=17)

Märkus: arvuliste näitajate aluseks on võetud tulemused Joonis 14 lk 52 ja Joonis 16 lk 54.

Magistritöö tulemusel järeldub, et enim oleks vaja tõsta spordikarjääri olemuse ja väljakutsete suhtes teadlikkust sportlasega seotud isikute, sh sportlaste endi seas. Stephan (2003, lk 367) on välja toonud, et spordikarjääri järgse eluga paremini kohanemiseks on soovitatav seda ette planeerida, mida Kadlcik ja Flemr (2008, lk 266) ning Stambulova *et al.* (2007, lk 116) on omakorda kinnitanud, et ettevalmistusel on positiivne seos tagajärgedega tegelemisel. Sarnaselt käesoleva magistritöö järeldustele tuvastas ka Park *et al.* (2012, lk 452) uuring, et nii sportlaste kui ka treenerite teadlikkus sellise vajaduse järgi on võrdlemisi madal, eelkõige aktiivse tippspordikarjääri kestel. Sportlase spordikarjääri tuleb analüüsida kui indiviidi elukaare terviklikku kujunemist, kus olulist mõju võivad avaldada ka mittesportialased aspektid nagu sotsiaalsed suhted, õppima asumine, tööl käimine. Teadlikkuse tõstmine läbi riskide tajumise ja hindamise on nii sportlaste kui teiste isikute (treenerid, spordiklubi juhid, lähedased jt) seas ühtemoodi oluline, sest mitte kõik asjaosalised, sh sportlased ise, ei teadvusta eesootavaid väljakutseid tippspordikarjääri kestel ja selle lõppemise järel.

Tippspordikarjääri alustamise etapil võivad ilmned mitmed vastakad huvid, kus nt treener võib survestada otsuse langetamist sportimise kasuks, mis võib hiljem osutada sportlasele endile suureks pettumuseks kui eesmärgistatud tulemusi ei saavutata, langeb motivatsioon või kui spordikarjäär kujuneb oodatust märksa lühemaks ja lõpeb äkitselt. Seega on oluline tagada vastutustundlik otsuse langetamine, mille juures tuleks tutvustada tippspordilase spordikarjääri väljakutseid ja võimalikke probleemkohti. Aquilina (2013, lk 375, 383) on leidnud, et kui sportimist planeerib ja suunab üldjuhul treener või spordiklubi, siis hariduse omandamine lasub peaaesjalikult sportlase enda isiklikul vastutusel. Seega peab märksa olulisemat rolli võtma nii spordiklubi kui ka

treener, kes on noorsportlase karjäärivaliku juures olulist mõju omavas positsioonis. Täiendavalt on soovituslik ka haridusasutustel kaaluda liikumisõpetuses spordikarjääri olemuse ja selle väljakutsete avamist, mis on kooskõlas ka Euroopa Komisjoni (2007) tõdemusega, et tagamaks elukutseliste sportlaste re-integratsiooni tööturule nende spordikarjääri lõpus on oluline võtta varases staadiumis arvesse vajadust anda noorsportlastele topeltkarjääri võimaldav koolitus, et kaitsta nende moraalseid, hariduslikke ja elukutselisi huve.

Üks läbiv ja aktuaalne probleem tõstatas ka väheses ning mittesobivas formaadis informatsiooni kättesaadavuses ja seda eelkõige õppima asumises samal ajal sportimisega. Kuigi keskmine haridustase on tipp sportlaste seas hea, sh õpib sportimisega samal ajal 36% sportlastest, siis kõrgema hariduse omandajaid on spordikarjääri ajal vähem eelkõige meeste ja talispordlaste seas, valmisolek õppimiseks aga on olemas. Vaja oleks korraldada tipp sportlastele näidisseminare, kus tutvustada õppima asumise tegelikku sisu ja analüüsida selle ühendamise võimalusi ja mõjusid samal ajal sportimisega. Sportlased sooviksid paremini aru saada kuidas mõjutab õppima asumine planeeritud treening- ja võistluskalendrit. Teadliku valiku langetamiseks ei piisa ainult ülikoolide veebilehtedel olevast teabest, mis on liiga üldine ega ole sobivas formaadis. Sellekohase initsiatiivi peaks lahendama EOK, kes tipp sportlaste huve kaitstes ning ülikoole kaasates vastava programmi ellu võiks kutsuda.

Kuigi mitmete huvirühmade esindajad on arvanud, et tipp sportlased ei vaja erikohtlemist ülikooli õppeainete läbimise suhtes, on siiski soovituslik kaaluda paindlikkuse suurendamist just spordiga otsesemalt seotud õppeprogrammide osas. Uuringust tuli välja, et talispordialade esindajatel on keerulisem õppida seoses akadeemilise semestri kattumisega spordikalendriga, mistõttu võiks eksisteerida paindlikkus õppeainete intensiivsemaks läbimiseks perioodil aprill kuni juuni, mis on talialade esindajatele üldjuhul sobiv üleminekuperiood uuele hooajale. Samuti võiks kaaluda eksamitele või muudele tähtaegadega seonduvatele tegevustele eelisregistreerimise korraldamist, mis võimaldaks tipp sportlastel nende paremat sobitamist treeningute või võistlustega.

Täiendavalt võiks ülikoolide juures kehtestada nn formaalse korralduse mõjuva põhjusega puudumise tõendamiseks, et sportlane, kes esindab oma riiki tähtsatel võistlustel, ei saaks puudumise korral ülikoolist selle eest täiendavalt sanktsioneeritud. Üldjuhul ei ole ühe või teise olukorra kasuks otsustamine sportlasele mugav ja vaba valik, sest puudumine spordivõistlustelt tooks samuti kaasa probleeme. Ja kuna sporditegevus on tippportlastele ikkagi peamine pühendumise objekt, siis on loomulik, et selle suhtes langetatakse ka soosiv otsus, mis ühtib ka Lally (2007, lk 91) uuringuga (vt täiendavalt ka Joonis 3 lk 17).

Eesti spordipoliitika põhialustes aastani 2030 on muuhulgas nimetatud, et tippportlastele tagatakse tasuta kõrgharidusõppe võimalused ka osa-ajaga õppekoormuse puhul, mis on kahtlemata üks täiendavaid võimalusi, kuidas hariduse omandamist kättesaadavamaks teha. Samas on teada, et Eestis ei saa ülikoolid riigilt rahalisi vahendeid eraldi nn ülikoolispordi väljaarendamiseks või hariduse omandamise ja sportimise ühendamise eriliseks soodustamiseks. Tänapäevane korraldus on sisuliselt iga ülikooli enda otsus kas ja kuidas toetada tippportlaste hariduse omandamist.

Ülikoolide, sh ülikoolisiseses, võrdluses lähenemised varieeruvad ja praktikad on erinevad. Kuna rahalisi ressursse on spordivaldkonnas alati vähe, siis on soovituslik paindlikkuse saavutamiseks sportlastel, spordi katusorganisatsioonidel, Kultuuriministeeriumil, Haridus- ja Teadusministeeriumil ning ülikoolidel ja teistel haridusasutustel regulaarselt kokku istuda, et sportlaste väljakutsed ja vajadused saaksid paremini teadvustatud ja soodsamad kokkulepped sportlaste suhtes sünniks teineteist kaasava dialoogi kaudu. Eelnimetatud arutelude pidamiseks on keskne roll sportlastel endil, aga ka spordiorganisatsioonidel, mistõttu võiks see olla tippportlaste komisjoni üks regulaarseid ülesandeid. Selline algatus panustaks ka spordi arengukavas tutvustatud kavatsusele suurendada kõrgkoolide ja kutsekoolide huvitatust sportlaste õppima asumiseks. Soovituslik oleks regulaarselt osaleda Eesti esindaja kaudu ka ELi sarnastel võrgustiku nõupidamistel ja initsiatiividel, et teiste riikide parimat praktikat kasutada.

Kuna töötamine sportimisega samal ajal on veelgi keerulisem kui hariduse omandamine, ent enamik tippportlaste asub just tööle pärast tippportlase lõpetamist ja



tööandjate tähtsat panust on ülemineku perioodil sportlased esile tõstnud, siis tuleks sporditoetajate ja tööandjate rolli senisest enam teadvustada ja tunnustada. Tänapäeval võimaldavad virtuaal- ja kaugtöö lahendused teha tööd paindlikult ka siis, kui ollakse näiteks laagrites ning tihtipeale veedetakse nädalaid ning kuid eemal kodukohast, mistõttu on traditsioonilisematel töökohtadel töötamine mõistetavalt raskendatud. Võimalused töökogemuse omandamiseks on praegu kindlasti avaramad kui varem. Sportlased on üldjuhul väga püüdlikud ja kompetentsed, kes saavad kõigega hakkama ning suudavad elus läbi lüüa väga mitmetel elualadel. Tööandjate tunnustamise kavatsust on esitletud ka spordi arengukavas sportlaste hõivamisel ja neile paindlike töövormide rakendamisel. Seega üheks soovituslikuks tegevuseks oleks tööandjate avalik tunnustamine, millega juhtida tähelepanu tööandjate olulisele rollile sportlase elus ning teisalt pakuks see ka tööandjatele ühe täiendava võimaluse ühiskondliku vastutuse suurendamiseks. Eestvedamise ja vastutuse peaks siin enda kanda võtma Kultuuriministeerium ja EOK.

Uuringu tulemusel selgus samuti, et üks võtmetegur uue eluga kohanemisel on sotsiaalselt aktiivne suhtlemine. Kõige keerulisemaks peetakse kohanemisel just üksi jäämist ja tahtmatult negatiivsete sündmuste enesesse kuhjamist. Olümpiasportlaste saavutusi võiks sarnaselt Eesti Jalgpalliliidu initsiatiivile (nn rahvuskoondise lahkumismäng) tunnustada avalikult selleks sobivas formaadis ja sisus. Sellele täiendavalt tuleks spordialaliitudel ja EOK-l hoida senisest oluliselt aktiivsemat kontakti ja suhteid tippspordikarjääri lõpetanud sportlastega, et suurendada kaasatust ja sotsiaalset sidusust. Kaasamine võib olla korraldatud erinevate võimaluste kaudu olgu selleks siis uudiskirjade saatmine või kutsete edastamine spordiga seotud sündmustele.

Spordikarjääri lõpetamise planeerimine ja selle teemalised diskussioonid on tänases Eestis siiski suhteliselt uus teema, mille vajadust on küll teadvustatud, kuid mille suunas pole oluliselt midagi ette võetud. Kuna tippsportlaste arv on Eestis võrdlemisi väike, siis peab kaalutlema, kuidas nõuandvat tegevust kõige efektiivsemalt korraldada. On arvatud, et pole mõistlik eraldi asutust nõustamiskeskuse näol luua, kuid tõdetakse, et erialase väljaõppe ning kogemusega praktiline nõuandev funktsioon peaks kättesaadav olema, mis pakuks sportlastele nende vajadusi arvestavaid teenuseid (nt seminarid,

psühholoogiline nõustamine, õppima asumise toetamine, uute eesmärkide seadmine, tööpakkumiste vahendamine, elulookirjelduse koostamine jms). Sisuliselt on selline teenus seni puudu olnud ning vajaks esialgu riiklikku finantseeringut, kuid selle teenuse tarbimine peaks kujunema sportlase enda vabal otsusel ja vastavalt vajadusele.

Tipp sportlastele suunatud erialase nõustamisfunktsiooni väljaarendamisel on soovituslik teha koostööd Eesti Töötukassaga ning vaadata teiste riikide kogemusi, kuid kasulik oleks siingi toetuda näitlikustamisel teiste sportlaste kogemustele üleminekul tipp spordikarjääri järgsesse eluetappi. Reaalne silmast-silma kohtumine (nn mentorlus) aitaks vahetada tõepäraseid muljeid ja seeläbi suurendada kindlustunnet üleminekuga kohanemiseks. Nõustamisfunktsiooni disainimise taustal tuleb tähelepanu pöörata ka teiste saavutusspordi tugisüsteemi aspektidele (nt sporditeadus- ja arendustegevus, spordimeditsiini- ja taastusteenused, ennetustegevus), mida töö autor küll eraldi käesoleva töö raames ei uurinud, kuid mis leiavad kajastust Eesti spordipoliitika põhialustes aastani 2030 ning haakuvad olemuslikult ka praeguse töö üldiste tulemuste ja järeldustega.

Uuringu tulemusel tõid nii tegev- kui ka tipp spordikarjääri lõpetanud sportlased välja nii rahastamise vähesuse kui ka rahastamise süsteemi segaduse. Seega peavad Kultuuriministeerium, EOK ja spordiorganisatsioonid kujundama rahastamise läbipaistvamaks ning sportlastele arusaadavamaks. Osaliselt võib küll argumenteerida, et kuidas on rahastamissüsteem seotud spordikarjääriga, kuid sportlased ootavad siiski rahastamisotsuste senisest paremat selgitamist ja toetuste määramise aluste põhjendamist. Samas juhib töö autor lugejate tähelepanu, et kuna rahastamise küsimus ei olnud käesoleva uuringu eraldiseisev objekt ja see teema tõstatus sportlaste poolt esile nõutud vastustena, siis tuleks järgmistes töodes täpsemalt selgitada rahastamise süsteemi probleemi aktuaalsust ja sisu.

Kokkuvõtvalt on eelnevalt kirjeldatud aspektid ehk soovituslikud jätkutegevused koos osapoolte rollide ja vastutuste jaotusega esitatud järgnevas RACI tabelis (vt Tabel 21 lk 67). Kokkuvõtte väljendab magistritöö autori nägemust võimalikest edasistest sammudest (sh esitatuna prioriteetsuse järjekorras), kuid vajab täpsustamist ja edasiarendamist tegevuste reaalse elluviimise käigus.

**Tabel 21.** RACI vastutusmaatriks

Jrk	Aspekt	Tippsportlane	Kultuuri- ministeerium	EOK	Haridus- ja teadusministeerium	Haridusasutused	Sporidi- organisatsioonid	Treener
1	Karjäärinõustamise funktsiooni väljaarendamine	C	I	RA	C	C	C	C
2	Regulaarsed dialoogid topeltkarjääri teemadel	RA	C	C	C	C	C	C
3	Informatsiooni kättesaadavuse parandamine õppima asumiseks	C	I	A	R	C	I	I
4	Paindlikkuse suurendamine õppimisel	C	I	C	C	RA	C	C
5	Tasuta kõrgharidus osa-ajaga õppekoormuse puhul	C	C	C	AR	C	I	I
6	Liikumisõpetuse täiendamine topeltkarjääri teemadega	C	I	C	C	RA	I	C
7	Sporiditoetajate ja tööandjate tunnustamine	C	A	R	I	I	C	C
8	Lõpetanud sportlaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine	I	A	R	I	I	C	C
9	ELi võrgustiku kohtumistel osalemine ja parimate praktikate kasutamine	C	C	RA	I	I	C	C
10	Rahastamise läbipaistvuse suurendamine	C	A	R	I	I	C	I

Märkused: **Responsible** – teostaja, vastutab ülesande teostamise eest; **Accountable** – vastutaja, vastutab töö valmimise eest, kinnitab teostaja tehtud töö või tulemuse, tegevusel saab olla ainult üks vastutaja; **Consulted** – isik, kelle arvamust küsitakse tegevuse teostamisel, toimub kahe-suunaline suhtlus; **Informed** – teavitatud osapool, teavitatakse tegevuse toimumisest, toimub n-ö ühesuunaline suhtlus.

Magistritöö tulemusi ja järeldusi on soovituslik kasutada Eesti spordipoliitika strateegiadokumendis seatud eesmärkide elluviimiseks sobivate lahenduste ja tegevuste valikul. Uuringu tulemusi tuleb käsitleda siiski käesolev töö piires ning kontekstis, kuna tulemused ei sisalda näiteks mitmete teiste olümpiamängude kavas olevate ning laia harrastajaskonnaga spordialade esindajate arvamust nagu pallimängud (jalgpall, võrkpall, korvpall, hoki jt) ega ka olümpiamängude kavas mitteolevate populaarsete spordialade (nt tehnika- ja motosport) esindajate nägemust. Sellised spordialad väärksid täiendavat uurimist ja käesoleva töö tulemuste ning järeldustega seostamist. Täiendavalt, kuna käesoleva töö puhul ilmnes oluline vajadus karjäärinõustaja funktsiooni järele (RACI tabelis esitletud ka kui prioriteetseim tegevus), siis võiks edasised uurimistööd täpsemalt disainida karjäärinõustamise teenuse lähtuvalt sportlaste tegelikest vajadustest.

## KOKKUVÕTE

Magistritöös käsitleti selle esimeses osas spordi rolli ja sotsiaalmajanduslikku mõju ühiskonnas ning tipp sportlaste spordikarjääri selle osana. Sportlaste karjäärimudeli tutvustamisel avati selle olemus ja eripärad, tipp sportlaste spordikarjääri väljakutsed ja üleminekud ühest etapist teise, lõpetamisotsuste põhjused ja nende kujunemine ning spordikarjääri järgse eluperioodi karjäärivalikud. Magistritöö teises ehk empiirilises osas kirjeldati nii spordikarjääri lõpetanud tipp sportlaste karjäärivalikute problemaatikat ja selle aktuaalsust Eestis kui ka tegev sportlaste võimalusi hariduse omandamise ühendamiseks sportimisega, mille raames viidi läbi poolstruktureeritud intervjuud treeneritega, ankeetküsitlus Eesti rahvuskoondist taasiseseisvumise ajal olümpiamängudel (perioodil 1992–2014) esindanud tipp sportlastega ning fookusrühma arutelu ekspertidega.

Käesolev magistritöö uuris Eesti tipp sportlaste spordikarjääri järgseid valikuid takistavaid ja toetavaid asjaolusid ning esitas ettepanekuid ministriumitele, rahvuslikule olümpiakomiteele ning spordialaliitudele tipp sportlaste spordikarjääri mõjutavate aspektide arendamiseks. Kuna liikumine ja sport on Eestis sotsiaalselt ja majanduslikult oluline tulemusvaldkond, milles riik teostab poliitikat, siis lasub eelpoolnimetatud osapooltel vastutus spordi arendamise ees ning seetõttu on soovitud suunatud neile, kes mõjutavad läbi regulatsioonide ja rahastamise Eesti spordi elu ja teostavad vähemal või suuremal määral spordistrateegia elluviimist.

Kuna spordi ja tipp sportlaste roll ühiskonnas on oluline, siis on põhjendatud riiklikult kaasa aidata tipp sportlaste edu saavutamisele kõige kõrgemal sportlikumal tasemel, kuid selliselt, mis arvestaks sportlaste topeltkarjääri eripäradest tulenevaid väljakutseid. Nõuded tänapäeva kaasaegses maailmas eeldavad tipp sportlastelt veelgi pühendunumat lähenemist, et saavutada kõrgeid tulemusi, mis tähendab, et teiste eluvaldkondadega tegelemiseks jääb paratamatult vähem aega. Kuigi alati võib väita, et kõige olulisem on

inimese isiksus ise ja valikud taanduvad indiviidi tasandile, siis tippспорт, kus nii isikliku kui ühiskondliku edu nimel ohverdatakse palju, eeldab siiski ka teiste, sportlasele lähedal seisvate isikute, sh kvaliteetsete toetavate teenuste, panust ja osalemist sportlase tippspordikarjääri järgse eluperioodi kujunemise-, valiku- ja otsustusprotsessides.

Tippspordis on karjäärijuhtimisel oluline arvestada nii sportlike arengute (nt üleminek noortesportist täiskasvanute vanuseklassi ja professionaliseerumine) kui ka mittesportialaste teguritega nagu sotsiaalsühholoogilised arengud (suhted vanemate, sõprade, elukaaslasega), hariduse omandamine (üleminek keskkoolist kutse- või kõrghariduse omandamisele) või tööle asumine. Edu tagab tasakaalu loomine kõikide spordikarjääri mõjutada võivate sündmuste vahel ning keskendumine ainult spordi tegemisele ei pruugi jätkusuutlikku elu tagada. Ühtlasi on selge, et spordikarjääri järgse elu planeerimine ja sportlasega seotud oluliste isikute kaasamine loob soodsa aluse sujuvaks üleminekuks ning paremaks kohanemiseks uue eluperioodiga. Enamusega eeldatud üleminekutest saavad sportlased iseseisvalt hakkama, kuid teadlikkuse tõstmine üleminekutega kaasnevatest riskidest ja spordikarjääri kui terviku mõistmisest aitab vältida võimalike probleemide tekkimist.

Olümpiamängudel osalenud Eesti tippsportlaste karjääriüüringu tulemustest (vastajate arv 100, moodustab üldkogumist 44%) selgub, et sportlase professionaalse- ehk tippspordikarjääri alguseks loetakse 18-ndat eluaastat, mille määratleb teadliku valiku langetamine spordi kasuks ning tippsportlase karjäär kestab keskmiselt ligikaudu 12 aastat. Lõpetamise peamised põhjused (motivatsiooni ning ambitsiooni puudus, soov keskenduda perekonnale ja suhetele ning tööalasele karjäärile) on pigem vabatahtliku iseloomuga ning kujunevad üldjuhul mitme põhjuse kombinatsioonis, sh ka sunnitud asjaolude (nt majanduslikud raskused, vigastused) tõttu. Kolmandik sportlastest on lõpetanud oma spordikarjääri liiga vara ja ligikaudu pooled ei planeerinud oma lõpetamist teadlikult. Oluline lahknevus ilmneb ka lõpetamise planeeritava ning tegeliku lõpetamise vanuse vahel, mis tähendab, et tegevspordlased arvavad, et lõpetavad hiljem kui senised sportlased tegelikult lõpetanud on. Tippspordiga tegelevate sportlaste seas on 36% kõrgema haridusega, mida võib olümpiasportlaste puhul pidada

suhteliselt kõrgeks näitajaks. Aktiivsemad õppurid sportimise ajal on naissportlased ning suveolümpiamängude kavast olevate spordialade esindajad, meessportlastel on seevastu suurem tööalane kogemus ja leibkonna netosissetulek, sh elatakse vähem üksi oma majapidamises.

Kõrgkoolide ja kutsekoolide huvitatuse suurendamiseks sportlaste õppima asumiseks on soovituslik tipp sportlaste komisjoni eestvedamisel korraldada regulaarseid dialooge sobivate ning paindlike õppevormide juurutamiseks spordi katusorganisatsioonide, Kultuuriministeeriumi, Haridus- ja Teadusministeeriumi ning ülikoolide ja teiste haridusasutuste osalusel. Täiendavalt, tagamaks elukutseliste sportlaste re-integratsiooni tööturule nende spordikarjääri lõpus, on oluline võtta varases staadiumis arvesse vajadust anda noorsportlastele topeltkarjääri võimaldav koolitus, et kaitsta nende moraalseid, hariduslikke ja elukutselisi huve, mistõttu on soovituslik täiendada liikumisõpet ja spordiga seotud õppekavasid sportlaste topeltkarjääri teemadega.

Tähtsamateks isikuteks spordikarjääri ajal ning spordikarjääri lõpetamise perioodil peetakse vanemaid ning teisi lähedasi tuttavaid ja sõpru. Oluliselt enam tuge oodatakse aga spordiorganisatsioonidelt ja toetavate teenuste pakkujatel, mis on seni sisuliselt puudulik olnud. Kuna tajutav üleminek ja kohanemine uue eluga kestab üldjuhul enam kui aasta, siis kõige enam oleks abi erialase väljaõppega karjäärinõustajast, kes toetaks sportlast nii spordikarjääri ajal kui annaks nõu ka edasise elu korraldamisel. Ja kuigi enam kui pooled on asunud tööle või jätkanud õpingutega ning on uue eluga rahul, siis leitakse, et tipp sportlaste seas võiks spordivaldkonnas tööle asumise osatähtsus veelgi kõrgem olla. Soovitatav on ka sporditoetajate ja tööandjate panuse senisest avaram teadvustamine sportlaste hõivamisel ja neile paindlike töövormide rakendamisel ning uudse lahendusena tööandjate avaliku tunnustamise korraldamine, millega juhtida tähelepanu tööandjate olulisele rollile sportlaste elus.

Spordikarjäärilt ülemineku ja spordikarjääri järgse elu sujuvuse tagamiseks on soovitatav sportlastel planeerida oma spordikarjääri lõpetamist aegsasti ette ning treeneritel ja spordijuhtidel suhelda sportlastega eesootavast vältimatust paratamatusest ja suhtuda sportlase karjäärivalikutesse vastutustundlikult. Tuleb teadvustada, et sunnitud põhjused (nt vigastus, vanus, majanduslikud raskused) ning planeerimata

spordikarjääri lõpetamine kujundab ülemineku keeruliseks väljakutseks, mis võivad muuhulgas kaasa tuua alkoholi ja narkootikumide tarvitamist, depressiooni, viha, toitumisharjumuste muutumist, identiteedikriisi, enesehinnangu langust ja äärmistel juhtudel ka enesetapu kavatsust. Edu aluseks on eelkõige vaja säilitada aktiivne sotsiaalne suhtlemine. Uuringu tulemusel tõid tegev- ja tippspordikarjääri lõpetanud sportlased muuhulgas välja ka rahastamise vähesuse ning rahastamise süsteemi segaduse. Seega peavad Kultuuriministeerium, EOK ja spordiorganisatsioonid kujundama rahastamise läbipaistvamaks ning sportlastele arusaadavamaks. Täiendavalt oodatakse rahastamisotsuste senisest paremat selgitamist ja toetuste määramise aluste põhjendamist.

Käesolevas magistritöös kirjeldatud aspektid ja soovituslikud jätkutegevused koos osapoolte rollide ja vastutuste jaotusega on esitatud kokkuvõtvast RACI vastutusmaatriksis (vt Tabel 21 lk 67). Magistritöö tulemusi ja järeldusi saab kasutada Eesti spordipoliitika strateegiadokumendis seatud eesmärkide elluviimiseks sobivate lahenduste ja tegevuste valikul ja viitamisel. Uuringu tulemusi tuleb käsitleda siiski käesolev töö piires ning kontekstis, kuna see on olulises osas kujunenud perioodil 1992-2014 Eesti rahvuskoondist olümpiamängudel esindanud sportlaste arvamusel. Täiendavat uurimist vajaksid teistegi olümpiamängude kavast olevate ning laia harrastajaskonnaga spordialade esindajad (nt pallimängud). Täiendavalt, kuna käesoleva töö puhul ilmnes oluline vajadus karjäärinõustaja funktsiooni järele (sh on see magistritöö autori poolt nimetatud ka kui prioriteetseim jätkutegevus), siis võiks edasised uurimistööd täpsemalt disainida karjäärinõustamise teenuse lähtuvalt sportlaste tegelikest vajadustest.



## VIIDATUD ALLIKAD

- Alfermann, D., Stambulova, N., & Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: a cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 5*(1), 61–75. doi:10.1016/S1469-0292(02)00050-X
- Aquilina, D. (2009). Degrees of Success: Negotiating Dual Career Paths in Elite Sport and University Education in Finland, France and the UK (Doctoral dissertation). Retrieved from <https://dspace.lboro.ac.uk/2134/15993>
- 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*(1), 374-392. <http://dx.doi.org/10.1080/09523367.2013.765723>
- Aquilina, D., & Henry, I. (2010). Elite Athletes and University Education in Europe: A Review of Policy and Practice in Higher Education in the European Union Member States. *International Journal of Sport Policy, 2*(1), 25–47. <http://dx.doi.org/10.1080/19406941003634024>
- Baillie, P. H., & Danish, S. J. (1992). Understanding the career transition of athletes. *The Sport Psychologist, 6*(1), 77-98. Retrieved from <http://journals.humankinetics.com/AcuCustom/Sitename/Documents/DocumentItem/8190.pdf>
- Baker, J., Koz, D., Kungl, A. M., Fraser-Thomas, J., & Schorer, J. (2013). Staying at the top: playing position and performance affect career length in professional sport. *High Ability Studies, 24*(1), 63-76. <http://dx.doi.org/10.1080/13598139.2012.738325>

- Cabanillas, C., Resinas, M., & Ruiz-Cortes, A. (2012). Automated Resource Assignment in BPMN Models using RACI Matrices. *Springer-Verlag Berlin Heidelberg*, 1(7565), doi: 10.1007/978-3-642-33606-5\_5
- Carter, T.F. (2014). Game Changer: The Role of Sport in Revolution. *International Journal of the History of Sport*, 31(7), 735-746. <http://dx.doi.org/10.1080/09523367.2014.901759>
- Cecic Erpic, S., Wylleman, P., & Zupancic, M. (2004). The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 45–59. doi:10.1016/S1469-0292(02)00046-8
- Corrado, L., Tessitore, A., Capranica, L., Rauter, S., & Topic, M.D. (2012). Motivation for dual-career: Italian and Slovenian student-athletes. *Kinesiologia Slovenica*, 18(3), 47–56.
- Davies, I. (2004). A Sport for All Project in Eastern Europe: 1990-2001. *The International Journal of the History of Sport*, 21(5), 796-814. <http://dx.doi.org/10.1080/0952336042000262060>
- Debois, N., Ledon, A., Argiolas, C., & Rosnet, E. (2012). A lifespan perspective on transitions during a top sports career: A case of an elite female fencer. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 660-668. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.010>
- Dewenter, R., & Giessing, L. (2014). *The Effects of Elite Sports on Later Job Success* (Working Paper No. 152). Retrieved from Helmut Schmidt University Hamburg, Department of Economics, website [http://www.hsu-hh.de/download-1.5.1.php?brick\\_id=7G64fs61BDjO4f8z](http://www.hsu-hh.de/download-1.5.1.php?brick_id=7G64fs61BDjO4f8z)
- Dumitru, C. & Voinea, V. (2015). Correlations between Career Management, Communication and Career Development. *Valahian Journal of Economic Studies*, 6(2), 99-108.

- Eesti Olümpiakomitee. (2002). *Eesti Spordi Harta*. Loetud aadressil <http://www.eok.ee/eesti-spordi-harta>
- Eesti spordipoliitika põhialused aastani 2030. (2015). *Riigi Teataja III*, 20.02.2015, 2. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/320022015002#>
- Erturan-Ogut, E.E., & Sahin, M.Y. (2014). Political clientelism in Turkish sports federations. *European Sport Management Quarterly*, 14(5), 556-566. <http://dx.doi.org/10.1080/16184742.2014.950307>
- Euroopa Komisjon. (2012). *EU Guidelines on Dual Careers of Athletes. Recommended Policy Actions in Support of Dual Careers in High-Performance Sport*. Retrieved from [http://ec.europa.eu/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf)
- Euroopa Komisjoni hariduse ja kultuuri peadirektoraat. (2012). *Study on the Contribution of Sport to Economic Growth and Employment in the EU*. Retrieved from <http://ec.europa.eu/sport/library/studies/study-contribution-sports-economic-growth-final-rpt.pdf>
- Euroopa Parlament. (2000). European Parliament resolution on the outcome of the European Council on 7-11 December 2000 in Nice. Conclusions of the Presidency. Annexes. Retrieved from [http://www.europarl.europa.eu/summits/nice2\\_en.htm#an4](http://www.europarl.europa.eu/summits/nice2_en.htm#an4)
- Euroopa Ühenduste Komisjon. (2007). *Valge Raamat Spordi Kohta*. Loetud aadressil <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/ET/TXT/PDF/?uri=CELEX:52007DC0391&from=EN>
- Gómez, S., Kase, K., & Urrutia, I. (2012). *Value Creation and Sport Management*. Cambridge University Press.
- Gould, D., Dieffenbach, K. & Moffett, A. (2002). Psychological Characteristics and Their Development in Olympic Champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204. <http://dx.doi.org/10.1080/10413200290103482>

- Grove, J.R., Lavalley, D., & Gordon, S. (1997). Coping with retirement from sport: The influence of athletic identity. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9(2), 191-203. <http://dx.doi.org/10.1080/10413209708406481>
- Halldorsson, V., Thorlindsson, T., & Sigfusdottir, I.D. (2014). Adolescent sport participation and alcohol use: The importance of sport organization and the wider social context. *International Review for the Sociology of Sport*, 49(3/4), 311–330. doi: 10.1177/1012690213507718
- Hallmann, K., Wicker, P., Breuer, C., & Schönherr, L. (2012). Understanding the importance of sport infrastructure for participation in different sports – findings from multilevel modeling. *European Sport Management Quarterly*, 12(5), 525-544. <http://dx.doi.org/10.1080/16184742.2012.687756>
- Hatamleh, R.M. (2013). The Life Transitions of High Performance Athletes Retirement from Sport. *European Scientific Journal*, 9(11), 336-353.
- Heinze, K.L., Soderstrom, S., & Zdroik, J. (2014). Toward Strategic and Authentic Corporate Social Responsibility in Professional Sport: A Case Study of the Detroit Lions. *Journal of Sport Management*, 28(6), 672-686. <http://dx.doi.org/10.1123/JSM.2013-0307>
- Henry, I. (2013). Athlete Development, Athlete Rights and Athlete Welfare: A European Union Perspective. *The International Journal of the History of Sport*, 30(4), 356-373. <http://dx.doi.org/10.1080/09523367.2013.765721>
- Kadlcik, J., & Flemr, L. (2008). Athletic Career Termination Model in the Czech Republic. *International Review for the Sociology of Sport*, 43(3), 251–269. doi: 10.1177/1012690208098544
- Kultuuriministeerium. (2010). *Liikumisharrastuse arengukava 2011–2014*. Loetud aadressil [http://rahvatervis.ut.ee/bitstream/1/4104/1/KuM\\_arengukava\\_2011-2014.pdf](http://rahvatervis.ut.ee/bitstream/1/4104/1/KuM_arengukava_2011-2014.pdf)

- Lally, P. (2007). Identity and athletic retirement: A prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 85-99. doi:10.1016/j.psychsport.2006.03.003
- Lavallee, D., Grove, J. R., & Gordon, S. (1997). The causes of career termination from sport and their relationship to post-retirement adjustment among elite-amateur athletes in Australia. *Australian Psychologist*, 32(2), 131-135.
- Luitzen, J., Kemmerman, T., & Delheye, P. (2015). The Introduction and Meaning of the Word Sport in the Netherlands, 1647–1910. *The International Journal of the History of Sport*, 32(11-12), 1416-1436. <http://dx.doi.org/10.1080/09523367.2015.1092435>
- Maksu- ja Tolliamet. (2015). *Sportlastele ja treeneritele tehtavate väljamaksete määratlemisest ja maksustamisest*. Loetud aadressil <http://www.emta.ee/index.php?id=34781>
- Mizrahi, S., Bar-Eli, M., & Galily, Y. (2008). Sport Policy in a Transformed Socio-Political Setting: The Case of Israel. *Identities: Global Studies in Culture and Power*, 15(1), 123-145. <http://dx.doi.org/10.1080/10702890701801882>
- Moesch, K. (2012). Reasons for Career Termination in Danish Elite Athletes: Investigating Gender Differences and the Time-point as Potential Correlates. *Sport Science Review*, 21(5-6), 49–68. doi: 10.2478/v10237-012-0018-2
- Nauright, J., & Wiggins, D.K. (2014). Sport and Revolutionaries: Reclaiming the Historical Role of Sport in Social and Political Activism. *The International Journal of the History of Sport*, 31(7), 693-695. <http://dx.doi.org/10.1080/09523367.2014.906774>
- North, J., & Lavallee, D. (2004). An investigation of potential users of career transition services in the United Kingdom. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 77–84. [http://dx.doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00051-1](http://dx.doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00051-1)

- Park, S., Tod, D., & Lavallee, D. (2012). Exploring the retirement from sport decision-making process based on the transtheoretical model. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(4), 444-453. doi:10.1016/j.psychsport.2012.02.003
- Puusepp, L. (2014). Sportlaste topeltkarjäär. *Liikumine ja sport, 8*, 40-45.
- Rasmussen, M., & Laumann, K. (2013). The role of exercise during adolescence on adult happiness and mood. *Leisure Studies, 33*(4), 341-356. <http://dx.doi.org/10.1080/02614367.2013.798347>
- Ristolainen, L., Kettunen, J.A., Kujala, U.M., & Heinonen, A. (2012). Sport injuries as the main cause of sport career termination among Finnish top-level athletes. *European Journal of Sport Science, 12*(3), 274-282. <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2011.566365>
- Samuel, R.D., & Tenenbaum, G. (2011). How do athletes perceive and respond to change-events: An exploratory measurement tool. *Psychology of Sport and Exercise, 12*, 392-406. doi:10.1016/j.psychsport.2011.03.002
- Sinclair, D. A., & Orlick, T. (1993). Positive transitions from high-performance sport. *The Sport Psychologist, 7*, 138-150.
- Sparvero, E., & Chalip, L. (2007). Professional Teams as Leverageable Assets: Strategic Creation of Community Value. *Sport Management Review, 10*(1), 1–30. doi:10.1016/S1441-3523(07)70001-3
- Spordikoolituse ja –Teabe Sihtasutus. (2015). Eesti spordipoliitika põhialused aastani 2030 Lisa 2. Loetud aadressil <http://www.spordiinfo.ee/est/g22s447>
- Spordiseadus. (2005). *Riigi Teataja I, 22*, 148. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/1013701?leiaKehtiv>
- 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.  
<http://dx.doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671916>

Stambulova, N., Stephan, Y., & Jäphag, U. (2007). Athletic retirement: A cross national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 101-118. doi:10.1016/j.psychsport.2006.05.002

Stephan, Y. (2003). Repercussions of Transition Out of Elite Sport on Subjective Well-Being: A One-Year Study. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 354-371. <http://dx.doi.org/10.1080/714044202>

Surujlal, J., & van Zyl, Y. (2014). Understanding the Dynamics of Sport-Career Transition of Olympic Athletes. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(20), 477-484. doi:10.5901/mjss.2014.v5n20p477

Türk, K. (2005). *Inimressursi juhtimine*. Tartu: TÜ Kirjastus.

Van der Heijden, Beatrice Isabella Johanna Maria. (2006). Age differences in career activities among higher-level employees in the Netherlands: a comparison between profit sector and non-profit sector staff. *International Journal of Training & Development*, 10(2), 98-120. doi: 10.1111/j.1468-2419.2006.00247.x

Woratschek, H., Horbel, C., & Popp, B. (2014). The sport value framework – a new fundamental logic for analyses in sport management. *European Sport Management Quarterly*, 14(1), 6-24. <http://dx.doi.org/10.1080/16184742.2013.865776>

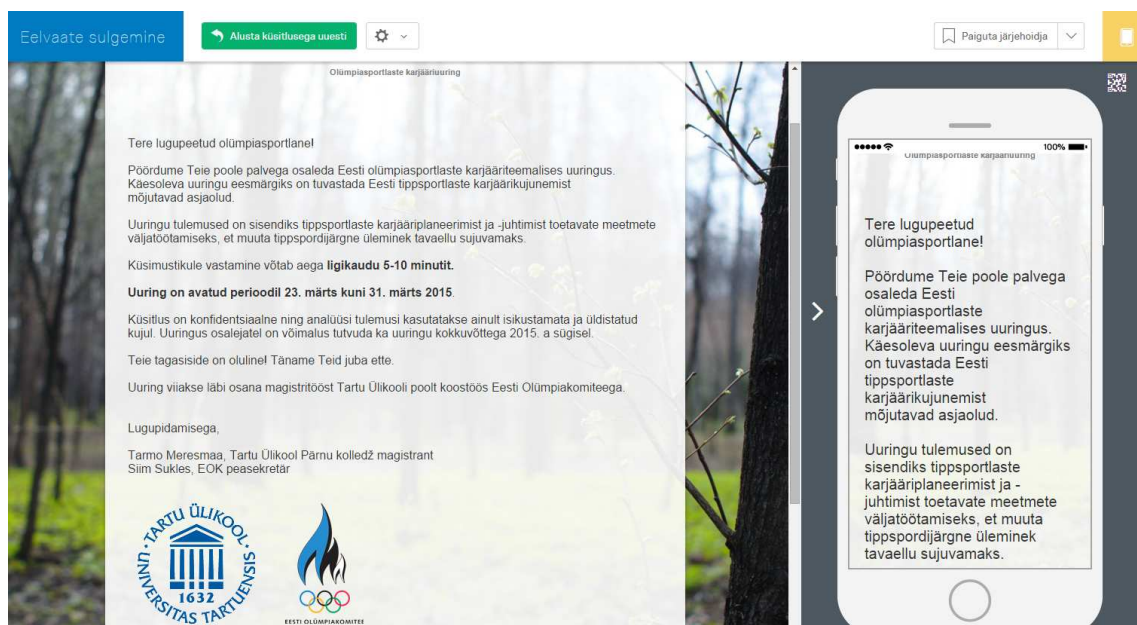
Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (1999). Career transitions in competitive sports. *European Federation of Sport Psychology*, 1-40.

Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7–20. [http://dx.doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](http://dx.doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)

# LISAD

## Lisa 1. Olümpiamängudel osalenud Eesti tippportlaste karjääriuuringu ankeetküsitlus

### Ankeetküsitluse veebi- ja mobiilvaade



### I Üldandmed

1. Kui vana Te olete? Valikvastus: vanus
2. Mis on Teie sugu? Valikvastus:
  - Mees
  - Naine
3. Palun öelge, milline on Teie haridustase? Omandamisel haridust palun selle küsimuse puhul mitte nimetada. Valikvastus:
  - Kõrgharidus
  - Kesk-eriharidus, kutseharidus
  - Keskharidus



- Põhiharidus
  - Muu \_\_\_\_\_
4. Palun nimetage, millise spordialaga tegele(s)ite? Valikvastus: olümpiaspordialade nimekiri (vt Tabel 7 lk 38).
  5. Millises vanuses algas Teie enda hinnangul Teie tippspordikarjäär? Valikvastus: vanus
  6. Palun öelge, kas Te olete praegu tegevspordlane või tippspordikarjääri lõpetanud? Valikvastus:
    - Tegevspordlane
    - Tippspordilase karjääri lõpetanud

## II Tegevspordlaste osa

7. Kas Te õpite praegu? Valikvastus:
  - Jah
  - Ei
8. Palun öelge, kas Te omate töökogemust? Selle küsimuse puhul palun mitte arvestada sportimist töökogemuse hulka ning selle eest saadud tasusid. Valikvastus:
  - Jah
  - Ei
9. Kas Te töötate praegu? Küsimus kohaldub kui küsimusele 8 on vastatud Jah. Valikvastus:
  - Jah
  - Ei
10. Palun valida järgnevate valikute hulgast. Küsimus kohaldub kui küsimusele 9 on vastatud Jah. Valida saab mitu vastusevarianti. Valikvastus:
  - Töötan täistööajaga (40h/nädal või rohkem)
  - Töötan osakoormusega
  - Olen ettevõtja
  - Töötan praktikandina
  - Muu \_\_\_\_\_

11. Palun valida järgnevate valikute hulgast. Küsimus kohaldub kui küsimusele 9 on vastatud Ei. Valikvastus:

- Ma ei tööta praegu, kuid otsin tööd
- Ma ei tööta praegu ning ei otsi ka tööd
- Muu \_\_\_\_\_

12. Palun öelge, kellega Te praegu koos elate? Valikvastus:

- Koos vanema(te)ga
- Koos elukaaslasega
- Üksi oma majapidamises
- Muu \_\_\_\_\_

13. Palun öelge, milline on Teie leibkonna igakuise netosissetuleku suurus (summad eurodes)? Netosissetulek - sissetulek, mis jääb inimesele kätte pärast igakuiste maksude ja muude seadusjärgsete mahaarvatiste tegemist. Leibkond - on ühises eluruumis elavad inimesed, kes jagavad toidu- ja raharessursse. Erinevalt perekonnast võib leibkond olla ka üksikisik. Valikvastus:

- 0-500
- 501-1000
- 1001-2000
- 2001-3000
- 3001 või rohkem
- Ei oska öelda
- Ei soovi öelda

14. Palun hinnake, kui tähtsad on Teie jaoks spordikarjääri ja hariduse omandamise ja/või spordikarjääri ja töötamise ühendamise võimaldajatena olnud järgmised isikud? Valikvastus:

	1. Pole olnud üldse tähtis	2.	3.	4.	5. Väga tähtis	Ei oska öelda
Vanemad/perekond	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Treener	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tööandja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haridusasutus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Karjäärinõustaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sõbrad/tuttavad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Treeningkaaslased	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Spordialaliit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
EOK	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. Palun hinnake, millises vanuses planeerite tippspordikarjääri lõpetada? Valikvastus:  
vanus

16. Palun öelge, kas Te olete planeerinud edasist tippspordikarjääri järgset elu?  
Valikvastus:

- Jah
- Ei
- Ei oska öelda

17. Palun öelge, kelle tuge võiksite vajada tippspordikarjääri järgse elu planeerimisel ja korraldamisel? Valida saab mitu vastusevarianti. Valikvastus:

- Vanemad/perekond

- Treener
- Tööandja
- Haridusasutus
- Karjäärinõustaja
- Sõbrad/tuttavad
- Treeningkaaslased
- Spordialaliit
- EOK
- Muu \_\_\_\_\_

18. Palun kirjeldage, milliseid teenuseid, tegevusi või meetmeid võiks Teie hinnangul sportlaste karjääri paremaks toetamiseks Eestis kasutusele võtta? Vastamine pole kohustuslik. Valikvastus: avatud tekstiväli.

### **III Tippportlase karjääri lõpetanud sportlaste osa**

19. Palun öelge, mis põhjusel Te lõpetasite tippportlase karjääri? Valida saab mitu vastusevarianti. Valikvastus:

- Vigastus ja/või terviseprobleem
- Liiga kõrge vanus
- Soov keskenduda tööalasele karjäärile
- Soov keskenduda hariduse omandamisele
- Soov keskenduda perekonnale/suhetele
- Majanduslikud raskused
- Motivatsiooni/ambitsiooni/naudingu puudus
- Eesmärkide saavutamine
- Sportliku taseme langus (näiteks koondisest väljaarvamine)
- Probleemsed suhted treeneri ja/või spordijuhtidega
- Muu \_\_\_\_\_

20. Palun hinnake, kui oluline oli Teie poolt nimetatud spordikarjääri lõpetamise põhjus selle otsuse langetamisel? Valikvastus:

	1. Polnud üldse oluline	2.	3.	4.	5. Väga oluline	Ei oska öelda
Vigastus ja/või terviseprobleem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liiga kõrge vanus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Soov keskenduda tööalasele karjäärile	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Soov keskenduda hariduse omandamisele	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Soov keskenduda perekonnale/suhetele	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Majanduslikud raskused	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Motivatsiooni/ambitsiooni/naudingu puudus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eesmärkide saavutamine	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sportliku taseme langus (näiteks koondisest väljaarvamine)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Probleemsed suhted treeneri ja/või spordijuhtidega	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muu _____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21. Mis oli Teie vanus spordikarjääri lõpetamisel? Valikvastus: vanus

22. Palun hinnake rahulolu oma spordikarjääriga. Valikvastus:

	1. Ei jäänud üldse rahule	2.	3.	4.	5. Jään väga rahule	Ei oska öelda
Rahulolu spordikarjääriga	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

23. Palun öelge, kas Te planeerisite ette oma spordikarjääri järgset elu? Valikvastus:

- Jah
- Ei
- Ei oska öelda

24. Kas Te lõpetasite spordikarjääri enda hinnangul õigel ajal, liiga vara või liiga hilja?

Valikvastus:

- Õigel ajal
- Liiga vara
- Liiga hilja
- Ei oska öelda

25. Palun hinnake oma spordikarjääri lõpetamise vabatahtlikkust. Valikvastus:

	1. Täielikult vabatahtlik	2.	3.	4.	5. Täielikult mittevabatahtlik ehk sunnitud	Ei oska öelda
Hinnang spordikarjääri lõpetamise vabatahtlikkusele	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

26. Palun öelge, mis sai edasi Teie elust järgneva aasta jooksul pärast tippspordiga lõpetamist? Valikvastus:

- Asusin tööle
- Alustasin õpinguid
- Jätkasin õpinguid
- Töötan/töötasin ja õpin/õppisin korraga
- Oli(e)n töötu
- Muu \_\_\_\_\_

27. Milline seos on Teie töö spordiga? Küsimus kohaldub kui küsimusele 26 on vastatud „Asusin tööle“ või „Töötan/töötasin ja õpin/õppisin korraga“. Valikvastus:

- Asusin tööle spordivälises valdkonnas
- Alustasin tööle spordiga seotud valdkonnas
- Ei oska öelda

28. Millises sektoris tööta(si)te? Küsimus kohaldub kui küsimusele 26 on vastatud „Asusin tööle“ või „Töötan/töötasin ja õpin/õppisin korraga“. Valikvastus:

- Avalik sektor
- Erasektor
- Mittetulundussektor
- Ei oska öelda

29. Palun täpsustage, millisel ametikohal tööta(si)te? Küsimus kohaldub kui küsimusele 26 on vastatud „Asusin tööle“ või „Töötan/töötasin ja õpin/õppisin korraga“. Valikvastus: avatud tekstiväli.

30. Palun öelge, kui oluline oli/on Teie hinnangul spordialane taust spordikarjääri järgse elu kujunemisel? Valikvastus:

	1. Ei olnud üldse oluline	2.	3.	4.	5. Väga oluline	Ei oska öelda
Spordialase tausta olulisus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

31. Palun öelge, kui pikaks perioodiks hindate täielikku üleminekut ja kohanemist spordikarjäärilt spordikarjääri järgsele elule? Valikvastus:

- Kuni 1 kuu
- 1 kuni 6 kuud
- 6 kuud kuni 1 aasta
- 1 kuni 3 aastat
- Enam kui 3 aastat
- Ei oska öelda

32. Palun öelge, kui oluline on Teie hinnangul olnud järgnevate isikute roll Teie edasise karjääri planeerimisel ja elu korraldamisel? Valikvastus:

	1. Pole olnud üldse tähtis	2.	3.	4.	5. Väga tähtis	Ei oska öelda
Vanemad/perekond	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Treener	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tööandja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haridusasutus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Karjäärinõustaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sõbrad/tuttavad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Treeningkaaslased	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Spordialaliit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
EOK	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

33. Palun öelge, kui rahule olete jäänud oma spordikarjääri järgse eluga? Valikvastus:

	1. Ei ole üldse rahul	2.	3.	4.	5. Väga rahul	Ei oska öelda
Rahulolu spordikarjääri järgse eluga	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

34. Palun kirjeldage, milliseid teenuseid, tegevusi või meetmeid võiks Teie hinnangul sportlaste karjääri paremaks toetamiseks Eestis kasutusele võtta? Vastamine pole kohustuslik. Valikvastus: avatud tekstiväli.



## Lisa 2. Uurimustöö struktuur

<b>Probleemid</b>	<p>Sportlastel esineb tõsine väljakutse kombineerimaks spordikarjääri hariduse ja/või tööga. Ainuüksi sportlaste motivatsioonist, pühendumisest, paindlikkusest ja vastutustundlikkusest ei piisa, mistõttu on erimeetmed vajalikud, et vältida olukorda, kus talendikas ning perspektiivikas sportlane on sunnitud valima hariduse ja spordikarjääri või töö- ja spordikarjääri vahel.</p>
<b>Eesmärk</b>	<p>Tuvastada Eesti tipp sportlaste karjäärivalikuid takistavad ja toetavad asjaolud, selgitada sportlaste topeltkarjääri probleemvaldkonna olulisus ja ulatus Eesti kontekstis ning teha ettepanekuid ministeeriumitele, rahvuslikule olümpiakomiteele ning spordialaliitudele sportlaste topeltkarjääri mõjutavate meetmete arendamiseks.</p>
<b>Ülesanded</b>	<pre> graph LR     A[Teoreetilise kirjanduse läbitöötamine] --&gt; B[Kontakt-andmete kogumine]     B --&gt; C[Küsimustik ja andmete kogumine]     C --&gt; D[Tulemuste analüüs ja sünteesimine]     D --&gt; E[Ettepanekute tegemine]          A -.-&gt; A1[Intervjuud Eesti treeneritega (2)]     B -.-&gt; B1[Üldkogum (227 in)]     C -.-&gt; C1[Vastuste arv ehk valim (100 in)]     D -.-&gt; D1[Fookusrühma arutelu (sportlased, EOK, spordialaliidud, ministeeriumid, haridusasutused)]     E -.-&gt; D1     </pre>
<b>Küsimused</b>	<p>Kuidas ühendada sportimine hariduse omandamise ja töökogemuse saamisega, et valmistuda optimaalseks üleminekuks spordikarjäärijärgsele elule?</p>

### **Lisa 3. Intervjuu kava tippsportlaste treeneritele**

Intervjueerija:

Intervjueeritav:

Kuupäev:

Kell:

Intervjuu viis:

1. Kirjeldage Eesti tippsportlaste karjääri kujunemist ja olulisemaid etappe?
2. Millised aspektid lisaks sportimisele mõjutavad olulisel määral sportlase tippspordikarjääri kujunemist?
3. Kes on olulised osapooled, mis on nende roll ning tähtsus sportlase tippspordikarjääris?
4. Milline on keskmise tippsportlase haridus ja selle omandamise võimalused/vajadused/väljakutsed spordikarjääri kestel?
5. Milline on keskmise tippsportlase töökogemus ja selle omandamise võimalused/vajadused/väljakutsed spordikarjääri kestel?
6. Palun selgitage, kas aktiivsed tegevspordlased planeerivad oma spordikarjääri lõpetamist ja teostavad sellesuunalisi ettevalmistustegevusi? Kui jah, siis milliseid ettevalmistustegevusi tehakse?
7. Kelle poolt ja millist tuge võiksid sportlased kõige enam vajada spordikarjääri lõpetamise planeerimisel?
8. Mis on Teie hinnangul enamlevinumad põhjused spordikarjääri lõpetamisel?
9. Palun öelge, kas sportlaste tippspordiga lõpetamist võib nimetada üldjuhul vabatahtlikuks või sunnitud otsusteks/valikuteks?
10. Millest sõltub Teie hinnangul sportlase rahulolu oma spordikarjääriga?
11. Kes on Teie hinnangul kõige olulisemad asjaosalised sportlase tippspordikarjääri lõpetamise otsustamise juures ning järgneva eluga kohanemisel?
12. Mis on Teie hinnangul optimaalne periood (kuudes, aastates), misjärel võib sportlase tippspordikarjääri järgse eluga kohanemist pidada täielikuks?
13. Millised on sportlase spordikarjääri järgse eluperioodi valikud ja võimalused?
14. Millist rolli mängib spordialane taust sportlase tippspordikarjääri järgse eluperioodi kujunemisel?

15. Kuidas iseloomustada sportlaste rahulolu tippspordikarjääri järgse eluperioodiga ning mis on peamised põhjused, miks osad on edukamad ja teised vähemedukamad?
16. Millist tuge/meetmeid võiksid sportlased vajada tippspordiga tegelemise ja tippspordijärgsel eluperioodil?

**Lisa 4. Fookusrühmas osalenud isikute nimekiri**

<b>Jrk</b>	<b>Nimi</b>	<b>Huvirühm</b>
1	Raido Ränkel	Tegevsportlane (murdmaasuusataja)
2	Timo Simonlatser	Tippspordikarjääri lõpetanud sportlane (murdmaasuusataja)
3	Jaak Mae	Tippspordikarjääri lõpetanud sportlane (murdmaasuusataja), spordialaliidu juht
4	Merle Kaljurand	EOK, noortesporti projektide juht
5	Priit Vene	Spordikoolituse- ja Teabe SA, projektijuht
6	Jüri Jaanson	Tippspordikarjääri lõpetanud sportlane (sõudja), Riigikogu liige
7	Malle Englas	Kultuuriministeerium, spordiosakonna nõunik
8	Epp Rebane	Haridus- ja Teadusministeerium, nõunik
9	Margrit Kärp	Tartu Ülikool Pärnu kolledž magistrant ning endine viievõistleja
10	Ants Veetõusme	Eesti Akadeemiline Spordiliit, juhatuse esimees

## **SUMMARY**

### **SUPPORTING THE CAREER OF ESTONIAN ELITE ATHLETES PARTICIPATED AT OLYMPICS AFTER RETIRING FROM THE ELITE SPORT**

Tarmo Meresmaa

Sport has been and remains the object of particular attention in society, as a result of which its existence and impact on society and the economy are impossible to overlook. Sport is an integral part of culture that has become more accessible and diverse, with the quality of equipment and facilities having improved and reaching a significantly greater portion of the population than decades ago. Athletes, however, face the serious challenge combining sporting career with education and/or work. Against the backdrop of general globalisation, where the pressure on elite athletes to practice ever more and compete abroad is increasing, it becomes very complicated acquiring an education and/or going to work. Although one may always claim that the most important aspect is a person's personality itself and that choices boil down to the level of the individual, but at the level of elite sport much is sacrificed for the sake of society as for one's individual interest and such circumstance presume contribution and participation of other stakeholders too. Since ending one's career in elite sport is an inevitability, athletes have to acquire the skills to live through the transition in order to be prepared to launch new careers.

In 2015, the Riigikogu (parliament of Estonia) approved the general principles of Estonia's sport policy until 2030, that is, there were formulated strategic objectives and directions achieving both the development of sport and improvement of the quality of life. Among other things, the paper also considers the challenges of the sporting careers of elite athletes and the intention to promote the sporting activities of elite athletes.

However, the strategy paper lacks operationalising activities and specific measures to achieve the desired objectives and outcomes.

This Master's thesis aims to identify the circumstances that impede and support Estonian elite athletes at their sporting careers and to put forward proposals for the Ministries, the National Olympic Committee and the sport associations as to the development of means that affect the sporting careers of elite athletes. In Estonia, exercising and sport are a socially and economically important domain where the State conducts its policy, and accordingly it is the responsibility of the above-mentioned public authorities and stakeholders to develop sport.

Given the objective of the Master's thesis, the research questions are as follows:

1. What factors influence the formation of the sporting career of an elite athlete?
2. Who, how and by what means supports and/or influences the nature of the sporting career of an elite athlete?
3. What are the main causes and problems when the sporting career of an elite athlete ends, and what factors shape the transition and adaptation in life after sport?

The first section of the Master's thesis considers the role and socio-economic impact of sport in society and the sporting careers of elite athletes as part of it. The presentation of the career model for athletes elaborate on its nature and specifics, the challenges of the sporting careers of elite athletes and the transitions from one stage to another, the reasons for decisions to retire and the formation thereof, and career options during the period of life following one's sporting career.

The empirical section of the Master's thesis outlines both a set of issues surrounding elite athletes' career options after retiring their sporting careers and its topicality in Estonia and the options for elite athletes combining the acquisition of an education with sporting career, as part of which semi-structured interviews were conducted with coaches, a questionnaire-based survey was carried out among elite athletes who had represented the Estonian national team at the Olympic Games (from 1992 to 2014), and a focus group discussion was held with experts (including current and former elite athletes) validating the results.

The results of the survey of Estonian elite athletes (number of respondents 100, or 44% of the potential reporting population) reveal that an athlete's elite sporting career is considered to begin at age 18, as determined by their conscious choice in favour of elite sport, and the sporting career of an elite athlete lasts for about 12 years on average. The main reasons for retiring (lack of motivation or ambition; a desire to focus on one's family or relationships or vocational career) are mostly voluntary in nature and are generally shaped by the combination of several causes, including due to imposed circumstances (for instance, economic difficulty or injuries). One-third of the athletes have ended their sporting careers too early and about half of them have not planned retiring consciously. An important divergence also appears between the estimated and actual ages of retiring, which means that active elite athletes estimate that they will retire later than athletes to date actually have. Among athletes engaged in elite sport, 36% have a higher education, which may be considered a relatively high figure for elite athletes. More active learners during their sporting careers are female athletes and representatives of sport disciplines included in the Summer Olympics, whereas male athletes have more vocational experience and higher household incomes and they are less likely to live in a single-person household.

In order to increase the interest among higher education institutions and vocational schools, it is advisable to conduct under the leadership of a committee of elite athletes regular dialogues introducing and implementing appropriate and flexible forms of study with the involvement of public authorities and sport stakeholders. Additionally, to ensure the re-integration of athletes into the labour market at the end of their sporting careers, it is important to consider in the early stages of sporting career the need to provide dual career based learning for youth athletes in order to protect their moral, educational and vocational interests.

One's parents and other close acquaintances and friends are considered key stakeholders when one's sporting career is in progress and when it is being ended. Significantly more support, however, is expected from sport organisations and the providers of supporting services, which have been effectively deficient to date. Since the perceived transition and adaptation to one's new life generally lasts for over a year, a career counsellor

would provide the most help with specialist training to support the athlete during their sporting career and offer advice on arranging one's subsequent life. And although more than half have taken up employment or pursued further study and are content with their new lives, it is thought that the importance of taking up employment in the field of sport should be even higher among elite athletes (currently 52% of the total employments are started in the field of sport). It is also advisable to expand awareness of contributions by sport sponsors and employers on a broader scale when athletes are being employed and when flexible employment modes are being implemented for them and, as an innovative solution, to organise for the public acknowledgement of employers in order to draw attention to the important role of employers in athletes' lives.

To ensure the smoothness of the transition from one's sporting career and of the life following one's sporting career, it is advisable for athletes to plan their sporting careers well ahead of retiring them and for coaches and sport managers to communicate with athletes about the impending inevitability and to take a more responsible attitude towards an athlete's career choices. It should be noted that imposed reasons (for example, injury, age, financial difficulties) and an unplanned retirement to one's sporting career make the transition a difficult challenge that may entail, among other things, the consumption of alcohol or drugs, depression, anger, changes in eating habits, an identity crisis, a decrease in self-esteem or, in extreme cases, also suicidal intentions. In particular, active social interaction needs to be maintained in order to secure success.

The recommended activities in the Master's thesis along with the allocation of the stakeholder's roles and responsibilities are set out in the summary matrix (see Tabel 21). The results and conclusions of the Master's thesis may be used to select and refer to solutions and activities suitable for the implementation of the objectives set in the strategy paper of Estonia's sport policy. The results of the research, however, should be considered within the limits and context of this thesis since it has been created to a significant extent on the opinions of athletes representing the Estonian national team at Olympics from 1992 to 2014. Further investigation is needed in the case of the representatives of other sport disciplines (both Olympic and non-Olympic) not covered by the current study (such as team sports). Furthermore, since this thesis has revealed a



significant need for the function of a career counsellor, any subsequent research should design career-counselling services more specifically based on the actual needs of athletes in Estonia.

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Tarmo Meresmaa,  
(autori nimi)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose

Olümpiamängudel osalenud Eesti tipp sportlaste karjääri toetamine pärast tipp sportdiga lõpetamist,  
(lõputöö pealkiri)

mille juhendaja on Gerda Mihhailova,  
(juhendaja nimi)

- 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
- 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Pärnus, **24.05.2016**