

# Tietoa on, mutta kuka kertoisi siitä muillekin?

**KORONAKRIISI SYNNYTTI VALTAVAN** terveyden ja muuttuneen arjen kokemusasiantuntijajoukon. Moni kommentoi elämää eristyksissä sosiaalisessa mediassa “en ole epidemiologi, mutta voin vilkaista” -hengessä. Usein keskustelu pysyy asiallisena, mutta turhauttavassa tilanteessa ja tunteikkaissa aiheissa se lähtee helposti laukalle. Virheellisen tiedon leviäminen voi käydä kohtalokkaaksi, kun kyse on esimerkiksi rokotevastaisuuteen lietsomisesta. Koko maailmaa koskettava kriisi toi kouriintuntuvasti esiin tieteellisen asiantuntijatiedon tarpeen julkisuudessa.

Tietoa on olemassa enemmän kuin koskaan, ja lisää syntyy kiihtyvällä vauhdilla. Palveleva johtajaylilääkäri **Sally Järvelä** kirjoitti Lääkärilehden kommenttikirjoituksessaan osuvasti, ettei tiedon määrä useinkaan ole ongelma, mutta siitä viestiminen on. Tieteen sitkeä ja asiallinen viestiminen silti toimii: ”Loppujen lopuksi on aina helppoa myydä ajatus yhden nielaisun ihme pilleristä tieteen karvaan epävarmuuden sijaan, mutta kahdesti tehotoman pillerin myyminen on jo vaikeaa. Siinä on paikamme onnistua, tarjoamalla muuttumattomasta mutta alati tarkentuvasta tieteellisestä totuudesta viestintäkelpoisen vaihtoehdon.”

## Tieto ei leviä käyttöön itsestään

Usein tieteen avoimuuden on uskottu edistävän tutkimustiedon vaikuttavuutta ja vaalivan demokratiaa. Ajatuksena on, että tiedejulkaisujen, aineistojen ja oppimateriaalien avoin saatavuus tuo tutkimustiedon yhteiskunnan hyödynnettäväksi. Tieto ikään kuin valuu sinne, missä sitä tarvitaan. Avoimuus on tärkeää, mutta viestintätutkijat **Salla-Maaria Laaksonen** ja **Petro Poutanen** kysyvät, riittääkö se yksinään tuottamaan tieteen vaikuttavuutta. Heidän mielestään tarvitaan aktiivista panostusta tiedeviestintään, jotta tieto tulee käyttöön.

”Ilman aktiivista viestintää avoin tiede on kuin vanha vitsi viraston avoimuudesta: Laitetaan PDF-dokumentit sinne jonnekin saataville, jos joku vaikka sattuisi niitä tarvitsemaan”, Laaksonen ja Poutanen kirjoittavat. Klassikkoesimerkki tästä on, miten Maailmanpankissa huomattiin, ettei organisaation verkkosivuilla julkaistuista PDF-muotoisista raporteista suurta osaa oltu ladattu juuri ollenkaan. Tiedon valumisajatukseseen ei siis kannata tukeutua.

Tieteestä ja sen tuotteista täytyy aktiivisesti kertoa. Ne tulee viedä käyttäjän luo, hänelle sopivaksi pureksittuna. Luottamusta ja kiinnostusta tieteeseen voi lisätä, jos viestiminen on tutkimuksen lopputuloksesta tiedottamisen lisäksi myös tiedon laajempaa ymmärrettäväksi tekemistä, keskustelua, tieteen prosesseista kertomista tai sen suhteuttamista, mikä on kulloisenkin tutkimustuloksen käyttöarvo. Ei siitäkään haittaa ole, että tiede saa aktiivisten viestijöiden kautta inhimilliset kasvat.

## Digitaaliset kanavat helpottavat viestintää

Digitaaliset kanavat tarjoavat tiedon levittämiseen oivia mahdollisuuksia. Verkkoympäristössä tutkimustieto voi-

daan paremmin viedä sinne, missä sen oletetaan vaikuttavan. Enää ei viestinviejiksi tarvita perinteisen asiantuntijaviestintämallin mukaisesti aina kustantajaa tai toimittajaa. Oma-aloitteinen tiedeviestijä valitsee itse käyttöönsä sopivat kanavat ja keinot, joilla tuo osaamisensa esille. Usein aktiivisuus sosiaalisessa mediassa toimii samalla mediatiedottamisena, sillä toimittajat etsivät siellä juttuideoita ja asiantuntijoita haastateltavaksi.

Myös yhdessä tekeminen ja rajat ylittävä vuorovaikutus voi saada verkossa uusia muotoja. Osallisuuden ja merkityksellisyyden kokemukset ovat yhteiskunnallista liimaa, joka sitoo ihmisiä yhteen. Niitäkin voidaan tiede keskusteluilla edistää.

## Miten ihmiset tavoitetaan käytännössä?

Viestijän tehtävä on paketoita ja välittää asia niin, että se koskettaa yleisöä, joka tiedosta hyötyy. Tiedeviestijän erityisvastuu on tehdä se eettisesti tieteen toimintatapoja kunnioittaen. Esimerkiksi liiallinen yksinkertaistaminen ei käy laatuun. (Kosonen ym. 2018.) Omaa työtä ja ajatuksia voi tuoda esiin vaikkapa blogissa, podcastissa tai videolla. Sisältöä voi tarjota myös potentiaalisen yhteistyökumppanin julkaistavaksi: Liikuntatieteellinen Seura julkaisee mieluusti esimerkiksi vierailijablogikirjoituksia liikunta-aiheista. Nämä formaatit mahdollistavat sosiaalisen median rajattuja merkkimääriä laajemman pohdinnan ja tieteeseen kuuluvien epävarmuuksien avaamisen.

Sosiaalinen media puolestaan on hyvä tapa levittää omia tuotoksia ja tavoittaa yleisöjä. Se kuitenkin muuttaa tieteen yleistajuistamista vuorovaikutuksellisempaan suuntaan. Yksipuolinen informointi ei istu sen toimintalogiikkaan. Yleisöä voi saavuttaa vain osallistumalla keskusteluun, puhumalla ymmärrettävästi ihmisiä kiinnostavista aiheista tai nostamalla esiin uusia tärkeitä aiheita.

Myös perinteiset sanomalehtien yleisönosastot ja vieraskynät ovat edelleen toimivia näkymisenpaikkoja aktiiviselle tutkijalle. Yhä suositumpaa on myös erilaisten tapahtumien, kuten esimerkiksi tiedekahvilan tai striimattavan keskustelutilaisuuden, järjestäminen. Tiedeviestinnän trendeissä on nähtävissä niin sanottu demokraattinen käänne – siirtyä tieteen popularisoinnista yritykseen osallistaa ja tuoda ihmisiä yhteen (Saikkonen & Välvirronen 2013). Vain mielikuvitus on rajana, jos paukkuja riittää!

## Tiedeviestintä ottaa ja antaa

Nykyinen julkisuus on aiempaa moniäänisempi ja altis aggressiiviselle vaikuttamiselle. Viestintätutkijoiden mukaan etenkin sosiaalisen median keskusteluissa kaivattaisiin kipeästi tieteellisiä asiantuntijoita. Yliopistojen ja rahoittajien pitäisi nopeasti ratkaista, miten motivoida ja palkita tutkijoita tähän.

Aktiivisesti viestivä saa usein palautetta ja huomiota – hyvässä ja pahassa. Tutkijoiden kohtaamasta vihapuheesta ja häirinnästä onkin keskusteltu paljon (esim. Huovinen ja Kettunen 2018). Vaikeisiin tilanteisiin kannattaa

varautua ennalta. On hyvä muistaa, ettei tavoitettavissa tarvitse olla kellon ympäri, eikä asiattomiin viesteihin ole pakko vastata. Epäasiallisuuksien taklaamisessa joukkovoima ja kollegiaalinen tuki on paikallaan. Myös työnantajalla pitäisi olla selkeät toimintatavat näihin tilanteisiin.

Moni tutkija on onneksi havahtunut omasta tutkimuksesta viestimisen hyviin puoliin. Olen ilahtunut useasti seurattessani liikuntatieteen asiantuntijoiden tiedeviestintäkommentteja ja -sisältöjä. Esimerkiksi liikuntafysiologian apulaisprofessori ”lihasohtori” **Juha Hulmi** on todennut tieteen kansanomaistamisen tarjoavan parhaimmillaan tutkijalle uusia tutkimusaiheita. Mukavaa on ollut seurata myös nuorten liikuntafysiologian dosentti **Eero Haapalan** heittäytymistä Twitterissä, missä hän laittaa itsensä likoon lähes päivittäin pohtiessaan ajankohtaisia liikuntatieteellisiä kysymyksiä.

Näin puolestaan kirjoitti taannoin twiittiketjussaan tutkijatohtori **Sira Karvinen**: ”Pian kaksi vuotta itse tiedeblogia ylläpitäneenä en olisi uskonut, miten paljon yön pimeät tunnit antavat uutta perspektiiviä omaan alaan liittyen. Siksi patistelisin myös nuorempia tutkijanalkuja rohkeasti tieteen yleistajuistamiseen!”

**SALLA KARJALAINEN**

tiedeviestijä

Liikuntatieteellinen Seura

salla.karjalainen@lts.fi

## LÄHTEET

**Hulmi, J.** 2020. Miksi asiantuntijoiden tulisi kansanomaistaa tiedettä isolle yleisölle ja miten se tehdään? Kirjoitus Unifin blogissa 9.12.2020. Luettu 28.1.2021. <https://www.unifi.fi/puheenvuorot/juha-hulmi-miksi-asiantuntijoiden-tulisi-kansanomaistaa-tiedetta-isolle-yleisolle/>

**Huovinen, A. & Kettunen, R.** 2018. Kuka auttaa vihapuheen uhria? Poliitikasta.fi-verkkolehti 25.9.2018. Luettu 11.2.2021. <https://politiikasta.fi/kuka-auttaa-vihapuheen-uhria/>

**Järvelä, S.** 2021. Tiede on kuollut, kauan eläköön tunne! Lääkärilehti 8.2.2021. Luettu 10.2.2021. <https://www.laakarilehti.fi/ajassa/verkkokommentti/tiede-on-kuollut-kauan-elakoon-tunne/>

**Kosonen, M., Laaksonen, S-M., Rydenfelt, H., & Terkamo-Moisio, A.** 2018. Sosiaalinen media ja tutkijan etiikka. Media & Viestintä, 41(1). <https://doi.org/10.23983/mv.69924>

**Laaksonen, S-M. & Poutanen, P.** 2020. Tiedeviestintä tieteen avoimuuden tukena. Tieteessä Tapahtuu, 38(5), s. 25–30. <https://journal.fi/tt/article/view/99569>

**Saikkonen, S. & Välvirronen, E.** (2013). Popularisoinnista osallistavaan tiedeviestintään. Kriittinen arvio ”demokraattisesta” käänneestä. Yhteiskuntapolitiikka, 78(4), s. 416–424. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201309035409>



Tiedekirja

# KÄY SISÄÄN TIEEEN OMAAN VERKKOKAUPPAAN

[WWW.TIEDEKIRJA.FI](http://WWW.TIEDEKIRJA.FI)

Tutkimusta ja tietoa  
Tiedekirjasta!

Löydät myös Liikuntatieteellisen seuran julkaisut meiltä.

Tieteen puolesta.

# Valmentaja paljon vartijana

**Valmentajan tehtävä on vaativa, mutta usein aliarvostettu. Sivutöinä tehtynä se kuormittaa monesti kohtuuttomasti. Valmentajilla on kuitenkin suuri vastuu urheilijoiden minäkuvan muokkaajina. Huonosti asetetut sanat osuvat syvälle sieluun.**

KIHUN JA JYVÄSKYLÄN YLIOPISTON alkuvuodesta 2021 julkaisemasta tutkimuksesta paljastui hälyttävää tietoa naisurheilijoiden suhteesta omaan kehoonsa ja erityisesti painoonsa. Minua huolestutti tulos, jonka mukaan valmentaja, tuomari tai läheinen oli kutsunut joka viidettä lihavaksi. Kehonkoostumus saattaa vaikuttaa menestykseen urheilussa ratkaisevasti, mutta tilanteet, jossa siihen puuttuminen on tarpeen, ovat tuskin näin yleisiä. Jos urheilijan paino on kuitenkin otettava puheeksi, kuka saa ja osaa tehdä sen rakentavasti? Väitän, että monet valmentajat eivät kykene vastaamaan tähän tai moneen muuhun psykologiseen ja pedagogiseen haasteeseen.

Resurssien ja innostuksen puutteen sekä suuren vaihtuvuuden takia valmentajia ja muita toimijoita ei välttämättä kouluteta tarpeeksi. Pelkkä oma kokemus ja lajiosaaminen eivät yksinkertaisesti riitä menestyksekkääseen valmennukseen. Erityisesti lasten harrastustoiminnassa pedagogiset taidot ovat tarpeen. Kun pyritään vielä urheilumenestykseen, ovat tiedot valmennuksen psykologiasta myös tärkeitä.

Liikunnanopettajat käyvät läpi viiden vuoden yliopistokoulutuksen, jotta he ovat päteviä vaikuttamaan oppilaiden hyvinvointiin tukemalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon. Liikunnan opetuksessa tärkeitä ovat oppituntien positiiviset kokemukset sekä liikunnallisen elämäntavan tukeminen. Mielestäni lasten harrastustoiminnan yhteiskunnalliset tavoitteet ovat pitkälti samoja, niiden ohessa vain tavoitellaan menestystä jossakin lajissa. Valmennuksen kehittäminen palvelisi niin urheilumenestystä kuin kansanterveyttäkin.

Pohjimmiltaan ongelma on syvällä nuorisourheilun rakenteissa. Palkka ei olosuhteisiin nähden ole tarpeeksi hyvä, jotta se motivoisi hakemaan tehtäviin. Myöskään arvostusta ja palkitsevuutta ei työssä todennäköisesti koeta tarpeeksi korkeaksi, jotta tämä itsessään olisi riittävä motivaattori. Valmennusta on aikataulujen ja luonteen-

sa vuoksi usein haastavaa ja kuormittavaa yhdistää päivätyöhön, sillä se vaatii vapaa-ajan uhrausta ja intohimoa. Harva vakituisesti ja täysipäiväisesti työssäkäyvä jaksa työpäivän jälkeen suunnitella ja toteuttaa lasten ja nuorten urheilutoimintaa, sekä lisäksi kouluttautua tehtävään.

Kuinka valmennuksesta sitten saataisiin kannattavampaa ja laadukkaampaa? Avainasemassa voisi olla yhteistyö joukkueiden ja seurojen sekä kuntien ja yritysten välillä.

Sponsorisopimuksien ja rahoituksen osalta tätä tehdään jo. Kun valmentajille on vaikea tarjota kokopäiväistä työtä, voisi pohtia sen yhdistämistä muihin osa-aikaisiin töihin, joiden koulutusvaatimukset ovat vastaavanlaisia. Keinoja valmennuksen trendikkyyden nostamiseksi kannattaa myös tarkastella.

Haluaisin nähdä tulevaisuudessa valmentajien pystyvän suhtautumaan valmennettavien painoon ja kehoon yhä rakentavammin. Toivoisin, että valmentaminen olisi kiinnostavampaa ja arvostetumpaa, myös harrastetasolla. Olisi hienoa, jos valmentajille kyettäisiin tarjoamaan enemmän resursseja työskennellä ja kehittyä.

vien painoon ja kehoon yhä rakentavammin. Toivoisin, että valmentaminen olisi kiinnostavampaa ja arvostetumpaa, myös harrastetasolla. Olisi hienoa, jos valmentajille kyettäisiin tarjoamaan enemmän resursseja työskennellä ja kehittyä.

**FANNY HARJULA, Lit. yo**

liikuntabiologia  
opiskelijajäsen, LTS:n hallitus  
harfankr@student.jyu.fi



Henri Pitkänen, Kysely paljastaa hätkähdyttäviä asioita naisurheilijoiden kehosuhteesta – vastanneista joka viidettä haukuttu lihavaksi: ”Todellisuus on arvioni mukaan vielä huonompi”. Yle 17.1.2021 <https://yle.fi/urheilu/3-11660512>

Liikunta perusopetuksessa. <https://www.opf.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetus/liikunta-perusopetuksessa>

*Pelkkä oma  
kokemus ja  
lajiosaaminen eivät  
yksinkertaisesti riitä  
menestyksekkääseen  
valmennukseen.*