

Liikunta & Tiede

**LIITU 2021:
Lukiolaisten
6 178 askelta**

**Liikuntapolitiikan
vaihtoehdot**

**Terve elämä
alkaa jo kohdusta**

TEEMA: Liikunta, politiikka & talous

JARI KANERVA
pääsihteeri
Liikuntatieteellinen Seura

Aikalisä liikunnan valtionavustuksissa



VALTION JAKAMAN LIIKUNTA-RAHOITUKSEN KIVIJALKAA ravistellaan perusteellisesti. Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) eri toimijoille jakamien liikunta-avustusten vahva kytkös ulottuu rahapelijärjestelmän pitkään historiaan. Tämä tie on nykyisessä muodossaan noussemassa pystyyn. Rahapelitoiminnan tuottojen vähenemisen

vaikutuksia selvittänyt Erkki Liikasen johtama työryhmä esittää päävaihtoehtonaan, että rahapelituotot ohjattaisiin valtion budjettiin. Samalla nykyiset edunsaajat siirtyisivät budjetin menokehysmenettelyn piiriin.

Uudistus toisi onnistuessaan mukanaan paljon hyvää. Liikunta näyttäytyisi toivottavasti selvemmin julkisena peruspalveluna, jolle kuuluu paikka budjettikehyksen sisällä. Liikuntaväen olisi tässä tapauksessa oltava valmiita puolustamaan rahoitus pohjaa vaihtelevissa poliittisissa suhdanteissa. Tämä vaatisi yhteen hiileen puhaltavaa urheiluliikettä, jonka valta- ja muotivirtojen lisäksi pitäisi huolehtia kaikista liikkujista yhdenvertaisesti.

Käynnistyvässä uudistuksessa keskeistä on turvata liikuntarahoituksen taso, vakaus, ennakoitavuus sekä järjestöautonomia. OKM:n mukaan valtiovalta tekee päätökset uudesta mallista vuoden loppuun mennessä. Järjestöjen kannalta kaikkein oleellisinta ei ole malli, vaan se, että toiminta ei notkahda rahoituksen puutteeseen.

Kevään kehysneuvotteluissa päätettiin, että rahoitusmallisuudistus toteutetaan vuodesta 2024 alkaen eli seuraavan vaalikauden käynnistyessä. Työskentelyn pohjana on Liikasen ryhmän luoma malli. Vaikka järjestökenttä haluaa sujuvan ja nopean ratkaisun, niin keskustelua herättävät poliittiset intohimot, uudistuksen vaikutusten arvioinnit, valtionavustustoiminnan kehittämisen ja digitalisointihankkeen tarpeet ja EU-oikeudelliset reunaeh-

dot. Selvitystyö vaatii hallinnon ja edunsaajien tiivistä yhteistyötä.

Tulevien ratkaisujen tarkastelupisteenä kannattaa muistaa vuosi 2019. Eduskunta päätti vuonna 2020, että rahapelituottojen edunsaajille taattiin vuonna 2021 edellisvuoden tuloutustasoa vastaava rahoitus, koska Veikkauksen tuotot ovat laskeneet koronaviruspandemian sekä pelihaittojen vähentämiseksi tehtyjen toimien vuoksi vuositasolla noin 400 miljoonalla eurolla. OKM viestitti tiedotteessaan 30.4.2021, että Marinin hallitus päätti puoliväliriihessään kompensoida rahapelitoiminnan edunsaajille vähentyneitä tuottojen tuloutuksia ensi vuonna 330 miljoonaa ja 305 miljoonaa euroa vuonna 2023. Näillä päätöksillä vuosi 2019 lukittiin vertailuvuodeksi, kun tulevaisuudessa keskustellaan liikunnan euroista.

OKM:n hallinnonalan kompensatio on vuonna 2022 yhteensä noin 174 miljoonaa ja vuonna 2023 noin 161 miljoonaa euroa. Kompensatio rahoitetaan alentamalla arpajaisveroa (vaikutus 80 M€ vuositasolla), valtion lainarahalla (200 M€ vuonna 2022 ja 175 M€ vuonna 2023) ja käyttämällä jakamattomia veikkausvoittovaroja noin 50 M€ vuodessa. Tästä huolimatta rahoitus taiteelle, liikunnalle, nuorisotoiminnalle ja tieteelle vähenee 41 miljoonalla eurolla vuonna 2022 ja 54 miljoonalla eurolla vuonna 2023 kuluvaan vuoteen verrattuna. Leikkausten tarkempi kohdennus ei vielä ole tiedossa, ja vuodesta 2024 eteenpäin tilanne on kokonaan auki.

Jakosuhdelakia tulkiten valtion liikuntabudjetissa on ensi vuonna 11,4 miljoonan euron aukko, joka vastannee 5–10 prosentin leikkausta järjestöjen yleisavustuksiin. Tulevien vuosien linjaukset antavat pienen aikalisän liikuntarahoituksesta riippuvaisille toimijoille. Joka tapauksessa vaikuttaa siltä, että rahapelituotoilla tai kompensatiolla ei enää tulevaisuudessa rahoiteta täysimääräisesti valtion kulttuuri-, liikunta- ja nuorisotyömenoja vaan edessä on sopeutustoimia järjestökentällä. Niiden toteutus on omanlaisensa kansalaistoiminnan kuntomittari.

Liikunta & Tiede

Toimitus:
Liikuntatieteellinen Seura
Mannerheimintie 15 b B
00260 Helsinki
puh: 010 778 6600
fax: 010 778 6619
sähköposti: toimisto@lts.fi
internet: www.lts.fi

Päätoimittajat:
Sanna Palomäki (vast.)
Jari Kanerva

Toimituspäällikkö:
Jouko Kokkonen
Toimituskunta:
Päivi Berg
Arto Hautala
Ilkka Heinonen
Terhi Huovinen
Mikko Julin
Markku Ojanen
Eila Ruuskanen-Himma
Timo Ståhl

Kannen kuva: Juha Laitalainen
Kannen malli: Hanna Antti-Poika
Ulkoasu: Antero Airos

Julkaisija: Liikuntatieteellinen Seura ry
Liikunta & Tiede on myös Liikunnan ja Terveystiedon opettajat ry:n jäsenetulehti.

Paino: PunaMusta, Forssa

Tilaukset:
puh: 010 778 6600
fax: 010 778 6619
sähköposti: toimisto@lts.fi
Kestotilaus: 42 euroa / Vuositilaus: 45 euroa

Liikunta & Tiede -lehdessä käytettyjen kuvien henkilöillä ei ole yhteyttä artikkelien aiheisiin, ellei kuviin viitata tekstissä.

58. vuosikerta
ISSN-L 0358-7010

Raha, valta sekä liikunta

LIIKUNTA, POLITIIKKA JA TALOUS kietoutuvat toisiinsa monin tavoin. Teemanumeromme artikkelit tuovat esille rahan ja vallan sidoksia liikuntakulttuurin sisällä. Tärkeimmät kytkökset löytyvät kuitenkin liikunnan ja yhteiskunnan muiden osien väliltä. Liikunnalla ja urheilulla on omat pelisääntönsä, mutta kukoistaakseen ne tarvitsevat toimivaa yhteiskuntaa.



Liikunnan, politiikan ja talouden kytkösten moninaisuus osoittaa, että liikkumisen määrään eniten vaikuttavat päätökset tehdään muissa kuin liikuntapolitiikan pöydissä. Kaavoituksella, liikennejärjestelyillä ja rakentamisella voidaan voittaa monta kansanterveyden kannalta kullannarvoista askelta tai rajoittaa tehokkaasti omatoimista kulkua.

Koulussa opin, että politiikka on yhteisten asioiden hoitamista. Tänä päivänä tätä on välillä vaikea uskoa, mutta yhteistyötä asioista päättäminen edelleen vaatii. Liikuntaväki jää helposti yksin, jos se yrittää viedä pelkäänsä omin voimin tavoitteitaan eteenpäin.

Tämän päivän lapset ja nuoret ovat huomisen aikuisia. Tuore LIITU-tutkimus kertoo, että lukiolainen ottaa päivässä keskimäärin hiukan yli 6 000 askelta. Päivittäiseen liikkumissuositukseen, tuntiin reipasta liikuntaa yltää 14 prosenttia lukio-opiskelijoista. On helppo sanoa, että polvi ei näytä paranevan pojista ja työistä. Tässä palataan kuitenkin yhteiskunnan rakenteisiin: miten niitä on muutettava, jotta entistä useampi yltäisi suosituksiin. Ja se on politiikkaa ja taloutta se.

Liikuntakulttuurissa raha ja valta löytävät herkästi toistensa luo, elleivät jo asu keskenään. Kuluttajina päätösvaltaisimpia ovat ne, joilla on yllin kyllin kulttuurista ja taloudellista pääomaa. Seuroista ja lajeista menestyvät varmimmin suurimmat ja varakkaimmat. Yhteiskunnan tehtävä onkin huolehtia, että eri syistä niukemmin voimavaroja saaneet pääsevät liikkumisen poluille. Sen on kyettävä tarjoamaan vähän liikkuville muutakin kuin toistuvia moitteita liikkumattomuudesta.

Tässä numerossa:

- 2 PÄÄKIRJOITUS: Aikalisä liikunnan valtionavustuksissa
- 3 TOIMITTAJALTA : Raha, valta sekä liikunta
- 4 AJASSA
- 6 VÄITÖSUUTISET
- 7 POLTTOPISTEESSÄ: Korona, liikunta ja politiikka
- 8 Liikuntakulttuurin kuviot hallussa LTS:n uudella puheenjohtajalla
- 11 Varapuheenjohtaja Arto Hautala: Tiedeviestintää rakentava pakki
- 13 Uusi suositus lapsille ja nuorille: Tunti päivässä liikkumista
- 17 LIITU 2020: Liikkuminen vähenee siirryttäessä perusopetuksesta toiselle asteelle
- 23 Tuleeko hyvinvoinnista osa miehistä työn sankaruutta?
- 26 NÄIN MAAILMALLA: Väitöskirjaa Kanadan malliin
- 28 TUTKIMUSUUTISIA
- TEEMA: Liikunta, politiikka & talous**
- 36 Mitkä ovat liikuntapolitiikan vaihtoehdot?
- 41 Liikunnan ja urheilun talouden kokonaisvolyyymi yli kolme miljardia euroa
- 44 Kunnat ja liikunta 2021
- 47 Toiminta ammattimaistuu – miten se muuttaa seuraa?
- 50 Etninen moninaistuminen haastaa liikuntatutkimusta ja -politiikkaa
- 53 Liikuntapolitiikka uutta kohtaamassa
- 56 Liikunta ja urheilu saamelaiskulttuurissa
- 59 Olympiakisojen avajaisissa väreilee politiikka
- 62 Liikunnallisuus ja hyvä kunto ehkäisevät tyypin 2 diabetesta ja valtimotautien riskitekijöitä lapsuudesta lähtien
- 65 Tieto kannattelee osaltaan Huuhkajien liittoa
- 67 Kuntotestauksen hyvät käytännöt päivittymässä
- 70 Kunniapuheenjohtaja Lauri Tarasti 80-vuotias: Urheiluoikeuden viestinviestä on kiittänyt monilla kentillä
- 72 POHDITTUA: Oikeaa tietoa oikeaan aikaan oikeille henkilöille?
- 74 POHDITTUA: Mitä pitää tehdä liikuntapoliittisen keskustelun herättämiseksi horroksestaan?
- 76 EMERITUS IHMETTELEE: Urheilu rahan ja politiikan paineessa
- 77 ARVIOITUA
- 82 Stadion 50 vuotta sitten

Liikuntatieteellinen Seura – Liikunnan tiedeviestintää vuodesta 1933

LTS:n henkilöjäseneksi voivat liittyä kaikki liikuntatieteestä kiinnostuneet. Jäsen saa Liikunta & Tiede -lehden vuosikerran sekä alennuksia seuran julkaisuista ja tapahtumien osallistumismaksuista. Vuoden mittaan jäsenille lähetetään 6–8 uutiskirjettä. Lisätietoa jäsenyydestä ja jäsenmaksuista www.lts.fi.

LTS:n kotisivuilta (lts.fi) löytyy väyliä liikuntatiedon lähteille.

Fyysisen kunnan mittaaminen -sivusto (fkm.fi) tarjoaa tietoa näyttöön perustuvasta kuntotestauksesta.

LTS viestii:   @LTSfi  @LTSfi 

Periaatepäätös suuntaa hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä valtionhallinnossa

VALTIONEUVOSTON HUHTIKUUSSA 2021 hyväksymä *Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030* -periaatepäätös linjaa toimia, joilla suomalaisten hyvinvoinnin ja terveyden eriarvoisuutta on määrä pienentää vuoteen 2030 mennessä. Periaatepäätös toimeenpanosuunnitelmineen on jatkuu Terveys 2015 -ohjelmalle.

Periaatepäätös tähtää suomalaisten kestäväen hyvinvoinnin turvaamiseen kaikissa väestö- ja ikäryhmissä. Päätös on osa YK:n kestäväen kehityksen tavoiteohjelman (Agenda 2030) toimeenpanoa Suomessa. Periaatepäätöksen neljä painopistealuetta ovat: 1. kaikille mahdollisuus osallisuuteen, 2. hyvät arkiympäristöt, 3. hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta ja palvelut ja 4. päätöksenteolla vaikuttavuutta.



Kuva: Jouko Kokkonen

Päätöksen toimeenpanosuunnitelmaan sisältyvät toimet, vastuut, seuranta ja työn etenemisaikataulu. Arkiympäristö on suunnitelman mukaan hyvä, kun ”se kannustaa fyysiseen aktiivisuuteen ja antaa yhdenvertaiset mahdollisuudet liikkumiseen ja lähiuunnosta sekä kulttuuriympäristöstä nauttimiseen”. Toimeenpanoa ohjaa ja seuraa poikkihallinnollinen Kansanterveyden neuvottelukunta.

[Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030: valtioneuvoston periaatepäätös.](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162913/VN_2021_14.pdf) https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162913/VN_2021_14.pdf

Liikuntatieteen päivät 2021: vastuullinen tulevaisuus

#LTP21
Liikuntatieteen päivät 8.–9.9.2021
Teemana vastuullinen tulevaisuus (webinaari)

LIIKUNTATIEEEN PÄIVÄT 2021 järjestetään 8.–9. syyskuuta 2021 verkkotapahtumana. Teemana on vastuullinen tulevaisuus. Päivillä pohditaan myös liikunta-alan yhteiskuntavastuuta. Miten yhteiskunnallinen muutos vaikuttaa liikuntakulttuuriin? Mitä annettavaa liikunnalla on tulevaisuudessa? Pääpuhujina ovat professori **Tuuli Toivonen** (Helsingin yliopisto), emeritusprofessori **Wladimir Andreff** (Université de Paris) ja professori **Mike McNamee** (Swansea University).

[Liikuntatieteen päivien 2021 ohjelma:](http://www.lts.fi/tapahtumat/ltp21/ohjelma.html) www.lts.fi/tapahtumat/ltp21/ohjelma.html

Riikka Juntunen ja Arto Hautala LTS:n johtokaksikoksi

LIIKUNTATIEEELLINEN SEURA PITI VUOSIKOKOUKSENSA 21. huhtikuuta 2021. Kokouksessa LTS:n uudeksi puheenjohtajaksi valittiin Suomen Paralympiakomitean pääsihteeri **Riikka Juntunen** ja varapuheenjohtajaksi Jyväskylän yliopiston apulaisprofessori **Arto Hautala**.

Puheenjohtajien lisäksi kokous valitsi uusia jäseniä hallitukseen kaudelle 1.9.2021–31.8.2023. Valituiksi tulivat toimitusjohtaja **Jan Erola**, (Kratvat Oy), toiminnanjohtaja **Eki Karlsson** (Suomen Latu), työhyvinvointiasiantuntija **Oili Kettunen** (Suomen Urheiluoipisto), toiminnanjohtaja **Petteri Piirainen** (NUOLI -Nuoriso -ja Liikunta-alan asiantuntijat ry.), lektor i idrottsvetenskaper **Katri Ruutu** (Yrkeshögskolan Arcada) ja toiminnanjohtaja **Kirsi Töyrylä-Aapio** (Selkäliitto).

Hallituksessa jatkavat kehittämisasiantuntija **Hanna Häkkinen** (Suomen Fysioterapeutit), liikuntalääketieteen ja yleislääketieteen erikoislääkäri **Tiina Nylander** (ODL Liikuntaklinikka), tutkija **Maria Rantala** (LIKES-tutkimuskeskus) ja lehtori **Kasper Salin** (Jyväskylän yliopisto).

Seminaari urheilun etiikasta ja moraalista

JYVÄSKYLÄSSÄ JÄRJESTETÄÄN 25.–26.11.2021 seminaari *The Ethics and Morals of Sports, the Legitimacy of Sport Congress 2021*. Urheilun etiikkaan ja moraalii paneutuneet tutkijat voivat lähettää esitelmäehdotuksia seminaarin sihteeri Hanna Jakosuolle ([hanna.k.jakosuo\(at\)jyu.fi](mailto:hanna.k.jakosuo(at)jyu.fi)) tai dosentti Heikki Roiko-Jokelalle ([heikki.roiko-jokela\(at\)jyu.fi](mailto:heikki.roiko-jokela(at)jyu.fi)) 31.8.2021 mennessä. Seminaarin lähestymistapa on monitieteinen. Esitelmät voivat käsitellä aihepiiriä esimerkiksi historian, etnologian, liikuntakasvatuksen, sosiologian, viestinnän tai museologian näkökulmista.

Tapahtuman järjestäjinä toimivat Suomen urheiluhistoriallinen seura, Jyväskylän yliopiston historian ja etnologian laitos ja Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta. Seminaari pidetään englanniksi.

[Suomen urheiluhistoriallinen seura:](http://www.suhs.fi/etusivu/) www.suhs.fi/etusivu/

Talousasiat korostuvat lajiliittojen hallitustyöskentelyssä

URHEILUN LAJILIITTOJEN HALLITUSTEN JÄSENET ovat Likesin tekemän tutkimuksen mukaan pääosin vapaaehtoisia. Kyselytutkimukseen vastanneista luottamushenkilöistä 89 prosenttia ei saa korvausta tehtävästään. He ovat sitoutuneita tehtäväänsä, sillä 97 prosenttia oli osallistunut kaikkiin tai lähes kaikkiin hallituksen kokouksiin viimeisen vuoden aikana.

Hallitusten jäsenet ovat kokeneita toimijoita. Suurimmalla osalla on yli kymmenen vuoden kokemus joko urheilun tai muun toimialan luottamustoimista. Vastaaajista 41 prosenttia käyttää hallitustyöskentelyyn aikaa 4–8 tuntia kuukaudessa, joka viides 9–13 tuntia ja joka kolmas yli 13 tuntia.

Likesin huhtikuussa julkaistussa tutkimuksessa kartoitettiin hallitustyöskentelyn strategisuutta, hallituksen roolia ja tulevaisuuden osaamistarpeita kyselyn lisäksi haastatteluilla. Tulosten perusteella suomalaisten urheilun lajiliittojen hallitustyöskentely on pääosin organisoitunutta ja järjestäytyntä.

Lajiliittojen hallitusten tulevaisuuden osaamistarpeet suuntautuvat useimmiten talouteen. Kyselyyn vastanneista 87 prosenttia oli sitä mieltä, että hallitukseen tarvitaan lisää myynti- ja markkinointiosaamista. Talouskysymykset ovat ylipäättään liittojen toiminnassa keskeisiä.

– Lisäksi tulevaisuuden toimintaa määrittävät keskeisimmin lajin olosuhteiden ja seuratoiminnan kehityssuunnat. Tulevaisuuden hahmottaminen on siis varsin lajiperustaista, mutta näin toisaalta pitääkin olla. Liittojen toiminnan tarkoitus sääntöperustaisesti katsottuna on oman lajikulttuurin ylläpitäminen ja kehittäminen, sanoo erikoistutkija **Kati Lehtonen**.

Tutkimuksen perusteella liitoilla on eniten kehitettävää järjestön sisäisten palautekyselyjen ja arviointien käytössä. Puolet vastanneista kertoi, ettei liiton hallitus arvioi säännöllisesti toimintaansa. Kolmanneksella hallituksista arviointi kuuluu osaksi toimintaa. Professori **Jari Stenvall** näkee kokonaiskuvan lajiliittojen hallitustyöskentelystä olevan myönteinen. Liittojen koko vaikuttaa merkittävästi niiden toimintaedellytyksiin.

– Isoimmilla liitoilla on mahdollista panostaa niin operatiivisen kuin luottamushenkilöstön osaamiseen talouskysymyksissä, mutta on myös liittoja, joissa ei ole lainkaan palkattuja työntekijöitä. Luottamustyön ja erityisesti hallitusten rooli onkin näissä pienissä liitoissa keskeinen, arvioi professori Stenvall.

Vuosina 2020–2021 toteutetun tutkimushankkeen aineistona on käytetty teemahaastatteluja (n = 17) ja lajiliittojen hallitusten jäsenille suunnattua kyselyä (n = 197).



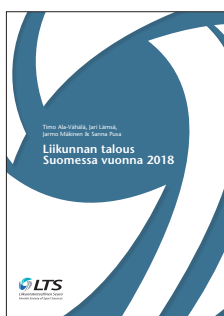
Lehtonen, Kati & Stenvall, Jari 2021. Hallitustyöskentely urheilun lajiliitoissa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 390. www.likes.fi/wp-content/uploads/2021/04/Lajiliittojen-hallinto_raportti_FINAL.pdf

Liikunnan rahavirrat Suomessa 2018

SUOMALAISEN LIKUNNAN TALOUDESTA vuonna 2018 on ilmestynyt **Timo Ala-Vähälän, Jari Lämäsän, Jarmo Mäkisen ja Sanna Pusan** tekemä selvitys. Raportti käsittelee aihepiiriä rahoituksen, tavaraj- ja palvelutuotannon ja kulutuksen näkökulmista.

Liikuntatieteellinen Seura on tehnyt selvityksen yhteistyössä Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen (KIHU) kanssa. Selvitystyötä rahoitti opetus- ja kulttuuriministeriö.

Liikunnan talous Suomessa vuonna 2018. www.lts.fi/tutkittua-sovellettua/tutkittua/liikunnan-talous

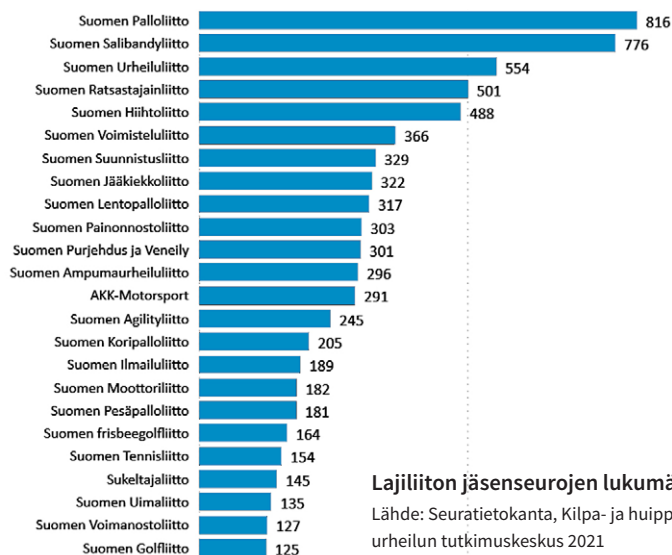


Perustietoa suomalaisista urheiluseuroista

KIHU ON JULKAISSUT TIETOKANNAN, johon on kerätty yhteen lajiliittojen jäsenseurat. Tietokannassa on 7 795 seuraa 68 lajiliitosta. Seuroja toimii 301 kunnassa.

Tietokannasta löytyvät tässä vaiheessa seuran nimi, kotipaikka ja y-tunnus. Haulla selviää esimerkiksi, että Suomen Palloliitossa on 117 seuraa, joiden nimeen sisältyy FC. Jalkapallo on mukana nimessä 46 seuralla. Niistä osan laji on amerikkalainen jalkapallo.

www.seuratietokanta.fi



Lajiliiton jäsenseurojen lukumäärä

Lähde: Seuratietokanta, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus 2021

Väitösuutiset

Liikunnan ja musiikin yhdistäminen tuo lapsille terveyshyötyjä

FM, TtM Pipsa Tuomisen väitöstutkimuksessa selvitettiin musiikkiliikunta-videoiden ja musiikkimatolla tapahtuvan liikkumisen vaikutuksia alle kouluikäisten lasten paikallaanoloon ja fyysiseen aktiivisuuteen. Tutkimuksessa annettuja harjoitteluohjeita noudattaneiden lasten paikallaanolo väheni ja reipas ja rasittava liikkuminen lisääntyi lähtötilanteeseen verrattuna. Lasten omat musiikkiharrastukset eivät vaikuttaneet liikemittarilla mitattuun paikallaanoloon tai liikkumiseen. Sen sijaan äitien musiikkitausta vaikutti positiivisesti lasten kevyen fyysisen aktiivisuuden määrään.

Pipsa Tuomisen liikuntalääketieteen väitöskirja ”Music-based Exercise Activities for Children, Effects on Sedentary Behavior, Physical Activity, Intervention Implementation, and Enjoyment” tarkastettiin Jyväskylän yliopistossa 21.5.2021. Väitöskirjan verkkoversio: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/75314>.

Eläköityminen lisää paikallaanoloa

TtM Kristin Suorsan väitöstutkimuksen mukaan eläkkeelle siirtyminen lisää ruumiillisista ja palveluammateista eläköityvien naisten päiviin noin tunnin paikallaanoloa. Istumapainotteisista töistä eläköityvien paikallaanolon määrä ei sen sijaan muutu, mutta paikallaanolojaksot pitenevät. Tutkimuksessa selvitettiin myös, voidaanko juuri eläköityneiden paikallaanoloon vaikuttaa aktiivisuusrannekkeella. Aktiivisuusranneke kannusti saavuttamaan päivän toimelaisuustavoitteen ja muistutti pitkän paikallaanolo tauotamisesta. Rannekkeen käyttö ei kuitenkaan vähentänyt eläkeläisten paikallaanoloa pysyvästi.

Kristin Suorsan kansanterveystieteen väitöskirja ”Sedentary time across the transition to retirement and after an activity tracker intervention” tarkastettiin Turun yliopistossa 14.5.2021. Väitöskirjan verkkoversio: <https://www.utu-pub.fi/handle/10024/151506>.

Aikuisten yhteistoiminta vahvistaa erityistä tukea tarvitsevien lasten osallisuutta

Jotta erityistä tukea tarvitsevilla lapsilla olisi mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä liittyviin asioihin ja olla niistä osallisena, on lapsen elämään kuuluvien aikuisten kotona, koulussa ja terapiassa tai kuntoutuksessa toimittava yhteistyössä. TtM Anu Kinnunen tarkasteli väitöstutkimuksessaan kouluikäisen erityistä tukea tarvitsevan lapsen osallisuuden rakentumista. Tutkimuksen tuloksena syntyi uusi lapsen osallisuutta edistävä monitieteinen yhteistoimintamalli.

Anu Kinnusen erityispedagogiikan väitöskirja ”Löytöretkellä osallisuuteen - Substantiivinen teoria kouluikäisen erityistä tukea tarvitsevan lapsen osallisuuden mahdollistavasta yhteistoiminnasta” tarkastettiin Itä-Suomen yliopistossa 30.4.2021. Väitöskirjan verkkoversio: <https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/24872/1618897272756967245.pdf>.

Aktiivisuusmittari ja pelinkaltainen mobiilipalvelu aktivoivat vähän liikkuvia nuoria miehiä

Vaikka liikunta-aktiivisuuden terveysvaikutukset ovat hyvin tiedossa, valtaosa nuorista ei liiku riittävästi. Nuorten vähän liikkuvien miesten motivointi liikkumaan on erityisen vaikeaa. TtM, toimintaterapeutti Anna-Maiju Leinosen väitöstutkimus osoitti, että ranteessa pidettävä aktiivisuusmittari ja pelinkaltainen mobiilipalvelu aktivoivat vähän liikkuvia nuoria miehiä. Tutkimukseen osallistui 280 kutsuntaiäistä miestä. Ranteessaan aktiivisuusmittaria pitäneet ja palautetta liikkumisestaan saaneet miehet liikkuvat hieman enemmän ja istuivat vähemmän kuin vertailuryhmä. Tuloksia voidaan hyödyntää teknologiapohjaisen terveyspalveluiden kehittämisessä nuorten aktivointiin.

Anna-Maiju Leinosen lääketieteen tekniikan ja kansanterveystieteen väitöskirja ”Technology for promoting physi-

cal activity in young men” tarkastettiin 16.4.2021 Oulun yliopistossa. Väitöskirjan verkkoversio: <http://jultika.oulu.fi/Record/isbn978-952-62-2887-7>.

Uutta tietoa WHO:n toimintakykymittarin pistemäärän suhteesta todellisen toimintakyvyn muutokseen

TtM Niina Katajapuun väitöskirjatutkimuksessa selvitettiin World Health Organization Disability Assessment Schedule (WHODAS) 2.0 -toimintakyky-mittarin lyhyen version toimivuutta kroonista tuki- ja liikuntaelinkipua sairastavilla ihmisillä. Tuloksena saatiin tieto mittarin pienimmästä havaittavasta muutoksesta: yhdeksän pisteen muutos kokonaispistemäärässä kertoo todellisesta toimintakyvyn muutoksesta. Tieto auttaa päättämään esimerkiksi fysioterapiassa, onko kuntoutusinterventiota syytä muuttaa tai jatkaa valitulla tavalla.

Niina Katajapuun fysioterapian väitöskirja ”Evaluating the Measurement Properties of 12-item World Health Organization Disability Assessments Schedule 2.0 (WHODAS 2.0) Amongst People With Chronic Musculoskeletal Pain” tarkastettiin 16.4.2021 Jyväskylän yliopistossa. Väitöskirjan verkkoversio: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/74976>.

Korona, liikunta ja politiikka

KULUNUT VUOSI ON OPETTAVAINEN liikunnan ja sen edistämisen näkökulmasta. Tietenkin pohdinta on takaperoista, koska vuoden aikana liikuntaa on enemmän tai vähemmän rajoitettu, ei edistetty. Aluksi rajoitukset koskivat joukkuelajeja sisällä ja vähitellen myös sisätiloissa tapahtuvaa yksilöliikuntaa, kuten kuntosaliharjoittelua. Myös joukkueurheilu ja isommat massatapahtumat ulkona kiellettiin. Ja kuten monessa keskustelussa on todettu, maamme hallitus rajoitti sisäliikuntaa paljon aikaisemmin ja tiukemmin kuin pubissa ryppäämistä.

Liikuntaan kohdistuneet rajoitukset muistuttavat 1990-luvulla aloitettuja tupakointirajoituksia. Ajatus oli, että kun tupakointi on useimmissa paikoissa kielletty, monet kokevat tupakoinnin hankalaksi ja lopettavat. Sitkeimmät nikotinistit ovat kuitenkin valmiit menemään keskellä talvekin ulos tupakoimaan, huolimatta ylimääräisistä askeleista ja palelemisesta.

Koronan merkitys vapaa-ajan liikunnalle riippuu ainakin kahdesta asiasta: omista mieltymyksistä ja halusta ylläpitää fyysistä aktiivisuutta. Suurimman osan vuodesta liikun ulkona pyörällä, juosten tai hiihtäen. Minulle ja muille kaltaisilleni sisäliikunnan rajoitukset eivät ole iso asia. Talvella tosin olen yliopiston työntekijänä hyödyntänyt Unisportin loistavia tiloja lihaskuntoharjoitteluun ja wattbikella tapahtuvaan tehoharjoitteluun tai spinningiin. Nämä piti vaihtaa viime talvena sisäpyöräilyyn kotona ja jumppamaton ja kahvakuulien avulla toteutettuun kuntopiiriin. Ei ihan sama kuin ennen, mutta kelpasi.

Polut, ulkoilutiet ja ladut ovat olemassa kaikille myös koronan aikana. Osalla ihmisistä liikunta näytti muuttuneen sisältä ulos tosi paljon. Polkupyörät, sukset ja monet loppuivat kaupoista. Muutos kertoo monista asioista. Ensiksikin meillä on ulkoliikuntaan aivan erinomainen infrastruktuuri. Toiseksi Suomessa vanhat tavat ja sosiaalinen ympäristö eli muiden esimerkki kannustavat olemaan ulkona. Kolmanneksi latujen ja ulkoiluväylien ruuhkautuminen kertoo siitä, että monilla mieli on riittävän joustava. Aivan kuten kapakasta mennään ulos tupakalle, voi kuntosalin tai sähköpelinkin vaihtaa hölkkään tai sauvakävelyyn, jos tekee mieli liikkua.

Kaikki eivät tietenkään onnistuneet säilyttämään koronan aikana fyysisen aktiivisuuden tasoa entisellään. Erityisen haastavaa tämä on ollut niille, joille työmatka

ja työpäivä ovat arkiliikunnan kautta muodostaneet pääosan fyysisestä aktiivisuudesta. Tällöin liikunnalle on pitänyt löytää motiivi ilosta, rasiituksen nautinnosta, ulkona olemisesta, kunnan kehittymisestä tai terveyden paraneemisesta – liikkuminen ei enää tulekaan välttämättömän tekemisen sivutuotteena. Koronarajoitukset ovat myös ongelma niille, joiden fyysinen mahdollisuus liikkua rajoittuu esimerkiksi uintiin, sekä niille, jotka nauttivat vain tietystä sisälajista, kuten sählystä tai lentopallosta. Usein tällaiseen harrastamiseen voi liittyä sosiaalinen motiivi, eikä liikkuminen ilman kivaa, tuttua porukkaa ole enää samanlaista kuin ennen.

Monet liikuntapaikat ovat julkisia, ja siksi ne on ollut aivan liian helppo sulkea koronan aikana. Toivottavasti opimme kuluneesta vuodesta jotain, joka auttaa jatkossa tekemään liikuntamyönteisempiä ratkaisuja sekä koko valtakunnassa että kunnissa. Olen varma, että liikuntapaikkojen ylläpitäjät – olivatpa ne sitten yrittäjiä, kuntia tai seuroja – ovat valmiit tekemään isojakin muutoksia toimintaansa, jotta paikat voidaan pitää auki ja myös suuria tapahtumia voidaan

järjestää. Viime syksyltä hieno esimerkki oli Salossa järjestetty sprinttisuunnistuksen SM-kilpailu, jossa oli mukana reippaasti yli 1 500 kisaajaa. Koko kilpailuohjelma oli muutettu ja sovitettu niin, että voitiin taata turvallinen tapahtuma.

Olisi tietenkin hyvä, että ihmisillä olisi monipuolinen liikuntavalikoima. Jos vain hiihtää, kesä on ongelma ja jos vain pelaa golfia, ei talvi ole kovin ihanteellinen oman lajin harrastamiselle. On myös kiva, jos huonolla ilmalla voi mennä sisälle ja hyvällä ilmalla nauttia auringosta tai narskuvasta lumesta. Monipuolinen liikuntavalikoima auttaa myös tulevien pandemioiden aikana. Mutta tietenkin on tärkeää, että pitää edes yhdestä liikuntamuodosta niin paljon, että saa sen avulla riittävästi fyysistä aktiivisuutta. Näitäkin ihmisiä on paljon. Tämä on hyvä muistaa myös kunnanvaltuustoissa: parasta liikunnan edistämistä on liikunnan monimuotoisuuden edistäminen ja tukeminen. Kaikki eivät pelaa jääkiekkoa, eivätkä kävele.

MIKAEL FOGELHOLM

ravitsemustieteen professori
Helsingin yliopisto
LTS:n puheenjohtaja
mikael.fogelholm@helsinki.fi

Kunnanvaltuustoissa on hyvä muistaa: parasta liikunnan edistämistä on liikunnan monimuotoisuuden edistäminen.

Liikuntakulttuurin kuviot hallussa LTS:n uudella puheenjohtajalla

Liikuntatieteellisen Seuran uusi puheenjohtaja Riikka Juntunen on liikunnan ja urheilun monitoiminainen. Juntunen edistää soveltavaa liikuntaa Paralympiakomitean pääsihteerinä, toimii koripallon parissa Salon Vilppaassa ja on soutanut tosissaan.

LTS ON TALONA TUTTU, sillä syyskuun alussa puheenjohtajana aloittava Juntunen on kuulunut järjestön hallitukseen vuodesta 2018 ja toiminut aiemmin sen varajäsenenä. Silti hän sanoo uuden pestin hiukan mietityttäneen, sillä LTS:n puheenjohtajuus mielletään helposti tieteellisesti ansioituneen ihmisen paikaksi. Seuran johdossa onkin toiminut pääasiassa tutkijoita, mutta puheenjohtajaluettelosta löytyvät myös muun muassa tasavallan presidentin kansliapäällikkö **Juhani Perttunen** ja ympäristöministeriön kansliapäällikkö **Lauri Tarasti**.

Jotain järjestöstä kertoo se, että Juntunen on vasta toinen nainen LTS:n puheenjohtajana. Ensimmäisenä tehtävää hoiti **Taru Lintunen** vuosina 2014–2017. Oman taustansa Juntunen arvioi antavan hyvän pohjan toimia puheenjohtajana.

– Tiedän, millaista on olla töissä liikuntajärjestössä, miten suomalainen liikuntahallinto toimii ja millainen suomalainen liikunnan kenttä on – niin hyvässä kuin huonossa.

LTS:n toiminnassa soveltavalla liikunnalla on ollut suuri osa 1970-luvulta lähtien. Juntusen mukaan hän ei ole tekemässä seurasta Paralympiakomitean jatketta, vaan järjestöillä on soveltavassa liikunnassa omat roolinsa. LTS:n osaamista ovat tutkimus ja kehittäminen, ja Paralympiakomitea keskittyy kansalaistoimintaan. Järjestöjen toiminta voi kuitenkin täydentää toisiaan, kuten LTS:n soveltavan liikunnan kuntahankkeessa ja Paralympiakomitean seuratoimintahankkeessa on tapahtunut. Juntunen uskoo, että eteneminen paikallisesti rinta rinnan tuo lisää tehoa käytännön tekemiseen.

LTS:n toiminnassa on Juntusen mielestä keskeistä aktiivisuus tiedeviestinnässä eri kanavia hyödyntäen. Painetulla lehdellä on edelleen tärkeä asema, mutta LTS:n on näytävä myös sosiaalisessa mediassa, jotta tutkittua ja valmiiksi jäseneltyä tietoa liikunnasta ja urheilusta on tarjolla. Tietoa sinänsä on 2020-luvulla usein olemas-

sa runsain mitoin, mutta sitä ei ole välttämättä saatavissa ainakaan helposti ymmärrettävässä muodossa.

– Näen LTS:n järjestönä, joka tuntee historiansa ja on siitä ylpeä, mutta tunnistaa myös tämän päivän haasteet ja uskaltaa mennä eteenpäin. On tärkeää, että LTS menee niin reaali- kuin virtuaalimaailmassa sinne, missä ihmiset ovat. Ja että LTS:n viesteihin voi luottaa.

Rahapuhe ei yksin riitä

Liikunnan ja urheilun valtionrahoitus on tullut 1940-luvulta saakka veikkausvoittovaroista. Rahoitusjärjestelmä on murroksessa Veikkauksen alentuneiden tuottojen vuoksi. Myös LTS saa valtaosan rahoituksestaan valtion liikuntabudjetista, jonka kokonaisuus on kääntynyt laskuun. Seuran on Juntusen mukaan osattava varautua tähän. **Erkki Liikasen** johtaman työryhmän esitystä siirtymisestä liikunnan ja urheilunkin osalta budjettirahoitukseen hän pitää sinänsä hyvänä ehdotuksena.

– Muutoksia on edessä, muita vaihtoehtoja ei ole. Siir-

tyminen ei ole kuitenkaan yksinkertaista, sillä Veikkauksen edunsaajat ovat hyvin erilaisia jo liikunnan kentällä. On helppo sanoa, että suunta on hyvä, mutta matkalla edessä on monta kysymysmerkkiä.

Rahasta ja rahoituksesta riittää liikuntakulttuurissa aina puhetta, mikä hautaa osittain alleen oikeasti isot asiat. Juntusen mukaan yhdenvertaisuuden eteen on tehtävä vielä nykyistä enemmän töitä. Myös liikkumisen määrän polarisoituminen ja sosioekonomisen taustan vaikutus harrastamiseen on otettava tosissaan.

Juntunen sanoo Harvardin yliopiston professori **Robert D. Putnamin** esiintymisen vuoden 2015 Kansallisessa liikuntafoorumissa olleen havahduttava. Etenkin teoksensa *Bowling Alone* (2000) tunnetuksi tullut Putnam puhui amerikkalaisen yhteisöllisyyden rapautumisen aiheuttamista kielteisistä seurauksista.

”Näen LTS:n järjestönä, joka tuntee historiansa ja on siitä ylpeä, mutta tunnistaa myös tämän päivän haasteet.”

Riikka Juntunen (s. 1974)

Pääsihteeri, Suomen Paralympiakomitea
1/2020–

Toiminnanjohtaja, Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAA 2010–2019

National Director, Special Olympics Finland
1/2010–

Liikuntatieteen maisteri 1999

Artikkeleita, postereita ja esityksiä vammaisurheilusta ja soveltavasta liikunnasta
vuodesta 1997 lähtien

Salon Vilpas koripallo ry:n puheenjohtaja
2018–2021

Alle 23-vuotiaiden EM-pronssi pariairokaksikossa Pirita Luolamaan kanssa vuonna
1993

Seurat: Turun Naisvoimistelijat, Turun Riento, Turun Soutajat, Nesteen Soutajat, Salon Vilpas





Kuva: Lauri Jaakkola

– Aina voi sanoa, että Suomi on erilainen kuin Amerikka, mutta kyllä meidän tiemme näyttää samanlaiselta. Kehitys etenee toki hitaammin, mutta suunta ei muutu, jos sitä ei muuteta. Pitäisi ottaa kokonaiskuva haltuun ja toimia ennen kuin on liian myöhäistä.

Vilpasta menoa

Juntunen sai juhlia huhtikuussa Salon Vilppaan puheenjohtajana koripallokultaa. Vilpas Vikingsin saavuttama mestaruus oli salolaisille suuri asia. Ottelutapahtumissa on mukana normaalioloissa 200 talkoolaista, ja seuran junioreille mestarijoukkue tarjoaa innostavia esikuvia. Urheilusta kumpuava yhteisöllisyys on Juntusen mukaan merkittävä paikallinen voimavara.

Muuttaessaan Saloon Juntunen loikkasi seuraan, jonne ei ollut kuvitellut liittyvänsä. Hän oli pelannut koripalloa Turun Riennossa. Muistot Vilppaasta tai toisestakaan salolaisseurasta Salon Pallosta eivät olleet lämpimiä: Vilpas pelasi kovaa ja SalPa rumasti. Vilpas valikoitui seuraksi viisivuotiaan pojan kautta.

– Vilppaassa meidät otettiin avosylin vastaan. Huomasin olevani palloilukoulussa valmentajana, tulin valituksi junnujaoston puheenjohtajaksi, seuran hallitukseen ja puheenjohtajaksi. Ei katsottu kiereen, vaikka en ollut Vilpas-kasvatti. Rehellisesti kerrotut huonot muistot naurativat vilpaslaisia.

Vilppaan koripallo on irrotettu omaksi seurakseen vuonna 1996. Sen toimisto oli kuitenkin pitkään työväentalon yläkerrassa. Talkoolaisissa on edelleen paljon Vilpas-veteraaneja, jotka ovat kasvaneet TUL-hengessä. Joku saattaakin Juntusen mukaan vielä kysyä kuinka tullilainen vuonna 1908 toimintansa aloittanut ja TUL:n perustajaseuroihin kuuluva Vilpas on. Vilppaassa on kuitenkin 2020-luvulla mukana väkeä, joka ei varmasti ole vasem-

mistolaista. Seurassa toimivia yhdistää ennen kaikkea yhteinen tekeminen.

– Myös itselläni on taustaa vain entisistä SVUL:n seuroista. Urheilu on osa yhteiskuntaa ja Salossa eletään nyt mestaruusvuotta 2021. Katseet on suunnattu eteenpäin.

Seurojen voimavaroja ei Juntusen mielestä ole vielä saatu täydessä mitassa lisäämään liikkumista. Hän ottaa esimerkiksi Voimisteluliiton seurat, joiden järjestämässä ryhmäliikunnassa käy kerran tai kaksi viikossa tuhansittain naisia. Suunnistus saa kuntorasteille liikkeelle väkeä, mikä on korostunut korona-aikana.

Seuroilla on Juntusen mukaan iso mahdollisuus liikuttaa myös aikuisia, mutta siinä tarvitaan pitkäjänteisyyttä. Kamppailulajien tapaa toimia aikuisten kanssa hän pitää hyvänä. Uutta harrastajaa ei paikata suoraan salille, vaan ensin käydään läpi lajin historia, kulttuuri ja toimintatavat.

Kriittiselle sanalle on paikkansa

Liikuntatieteellinen Seura oli etenkin 1970–1990-luvulla huippu-urheiluväen silmissä ja korvissa ärsyttävä rakikoiro. Olympiakomitean valmennuspäällikkö **Kalevi Tuominen** nimesi 1970-luvulla seuran urheilun ykkösviholliseksi. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen KIHUn perustamisvaiheissa Liikunta & Tiede antoi palstatilaa myös ajatusta kritisoi-neille, mikä ei kaikkia huippu-urheilutoimijoita miellyttänyt. Juntunen sanookin joskus törmänneensä ajatukseen seurasta huippu-urheilukierteisenä. Asialähtöinen kriittisyys kuuluu hänen mielestään LTS:n luonteeseen.

– En sanoisi, että nykypäivän LTS on huippu-urheilun vihollinen. Se voi olla kriittinen ääni, mutta tämä ei tarkoita sitä, että LTS olisi huippu-urheiluvastainen. Kun liikuntakulttuuria tarkastellaan analyttisesti ja kriittisesti, niin esille nousee asioita, joiden esille nostamisesta kaikki eivät pidä.

Kriittiset havainnot tarjoavat Juntusen mukaan mahdollisuuden toiminnan kehittämiseen ja muutokseen.



Riikka Juntunen koripallon mestaruustunnelmissa finaalisarjan arvokkaimmaksi pelaajaksi valitun Jeremiah Woodin ja toiminnanjohtaja Marko Vihiniemen kanssa. Kuva: Anne Nenonen.

Hän ottaa esimerkiksi VAU ry:n tekemän kartoituksen urheiluopistojen esteettömyydestä. Tiedossa oli, että pala palalta vuosikymmenien aikana rakennetut opistot ovat vaikeasti saavutettavia, sokkeloisia ja hankalakulkuisia kenelle tahansa. Opistokohtaiset perusteelliset raportit sisälsivät selviä kehittämisehdotuksia. Vain muutama opisto otti saamansa tiedon aktiiviseen käyttöön.

– Kriittinen palaute tarjoaa paikan ymmärtää, että korjaamisen varaa on, mutta asialle voidaan tehdä jotain. Toiminnan kehittäminen vie myös eteenpäin. Muutoksia tehneet opistot ovat saaneet uusia käyttäjäryhmiä asiakkaikseen.

Liikuntakulttuurin ja yhteiskunnallisen toimintaympäristön kokonaiskuvan hahmottamisessa on Juntusen mukaan lajiliitoissa toivomisen varaa. Asioita tarkastellaan

usein suppeasti oman lajin tirkistysreiästä. Laajempi ymmärrys liikunnan ja urheilun yhteiskunnallisesta merkityksestä hyödyttäisi kaikkia liikunnan kentällä toimivia. Juntunen ottaa esimerkiksi omat elämänvaiheensa. Hän osallistui Ihmisoikeusliiton juhliin, joissa vieraat kertasivat muistojaan erilaisilla barrikadeilla. Juntunen hoksasi, ettei ollut koskaan käynyt mielenosoituksessa.

– 1990-luvulla olin soutujaajoukkueessa ja halusin soutaa kaksi kilometriä mahdollisimman nopeasti. Olen ollut ihan putkiaivo. Onneksi höyrähdin valmennukseen ja vammaisurheiluun mukaan. Silloin aukesi, mitä liikunta ja urheilu voivat oikeasti tarjota.

Sillä tiellä Juntunen on edelleen.

JOUKO KOKKONEN

Varapuheenjohtaja Arto Hautala: Tiedeviestintää rakentava pakki

LTS:n uusi varapuheenjohtaja Arto Hautala on pelannut jalkapalloa oikeana pakkina A-juniorien SM-sarjassa Oulun Työvään Palloilijoissa. Modernin puolustuspelaajan tavoin Hautala on valmis puolustamaan tiedeviestintää ja avaamaan keskustelua.

FYSIOTERAPIAN JA KUNTOUKSEN APULAISPROFESSORINA Jyväskylän yliopistossa työskentelevä Hautala on toiminut Liikuntatieteellisessä Seurassa erilaisissa liikuntalääketieteeseen liittyvissä asiantuntijaryhmissä. Hän kuuluu myös Liikunta & Tiede -lehden toimituskuntaan. Tiedeviestintä on lähellä hänen sydäntään.

– Omalla tutkijan urallani olen nähnyt tärkeäksi sen, että tutkimusta saadaan vietyä käytäntöön. Polku molekyyllitasolta tiedeviestintään ja käytännön sovelluksiin voi olla pitkä, mutta antoisa ja yllättäväkin.

Vuonna 2006 Hautalalta ilmestyi European Journal of Applied Physiology -lehdessä artikkeli, joka käsitteli terveyden ihmisten kestävyys- ja voimaharjoittelun vasteita. Hiukan myöhemmin hänelle soitti yhdysvaltalaisen Women's Health -lehden toimittaja, joka pyysi haastattelua. Toimittajaa kiinnostivat harjoittelun yksilölliset vasteet. Juttutuokion pohjalta ilmestyikin pieni juttu. Hautala naurahtaa olleensa tieteellisen uransa huipulla, mutta vakaoutuu ja toteaa tiedeviestinnän olevan myös tätä: median palvelemista sen tarpeita ymmärtäen.

Tiedeviestintä on viimeisimmän vuosikymmenen aikana harpannut uusille ja osin tuntemattomille alueille, kun käyttöön ovat tulleet sosiaalisen median eri kanavat. Hau-



Kuva: Arto Hautalan kotialbumi

talan mukaan tähän sisältyy vaaroja ja mahdollisuuksia. Viesti saattaa muuttua matkan varrella ja samalla lähde voi hämärtyä. Sama haaste koskee kaikkea tiedontulvaa. Tulvaa ei voi padota, mutta osaava toimija pystyy kalastamaan siitä oleellista tietoa.

Vuoropuhelua tarvitaan

Hautala sanoo arvostavansa myös keskustelua ja mielipiteitä. Näkemykset ja tutkittu tieto on kuitenkin pystytävä erottamaan toisistaan. LTS:lla on Hautalan mukaan rooli liikuntaa käsittelevän yhteiskunnallisen keskustelun edistäjänä. Seura voi tarjota tilaisuuden puheenvuoroille ja toimia linkkinä päätöksentekijöiden ja tutkijoiden välillä.

– Jos asioista ei puhuta, silloin ne eivät ainakaan etene. Esimerkiksi sydänpotilaiden liikunnallisen kuntoutuksen kustannusvaikuttavuudesta viestiminen julkaistun tutkimustiedon perusteella avasi keskustelua päätöksentekijöiden kanssa.

Hautala näkee, että LTS:n on kyettävä aistimaan ajan henkeä ja trendejä. Ilmiöitä havainnoidessaan seurauksen on rohjettavaa tarta myös ikäviin asioihin, kuten dopingiin tai liikuntamahdollisuuksien eriarvoistumiseen.

– Keskustelun avaaminen havaituista epäkohdista on tärkeää. Aina asia ei ole mukava. Liikunnassakin on varjopuolia, jotka pitää uskaltaa tuoda keskusteluun.

Yhtä liikuttamisreseptiä ei ole

Hautala on pohtinut paljon ”Nobelin tason kysymystä” siitä, miten yksittäiselle ihmiselle rakentuu sisäinen motivaatio lähteä liikkeelle. Periaatteessahan kyse on yksinkertaisesta asiasta: ”ylös, ulos ja lenkille.” Tutkitusti tehokas tapa on hankkia koira, mutta sekään ei sovi kaikille. Hautalan mukaan ihmiselle onkin turha sanoa, että liiku tämän suosituksen mukaan. Jotakuta tämä puhuttelee, useimpia ei.

– Onneksi olen saanut tutkijana työskennellä porukassa, jossa on opittu ymmärtämään yksilöllisyyttä ja yksilöllisiä vasteita. Vaikka en ole käyttäytymistieteilijä, niin ymmärrän, ettemme ratkaise kaikkea numeroita katselemalla. On järkevää kysyä ihmiseltä, miltä tämä sinusta itsestäsi tuntuu.

Hautala ottaa esimerkin liikuntamotivaation kehittymisestä ruotsalaisista terveystieteiden suosituksista. Liikunnan aloittaminen on vaikeaa ihmiselle, joka ei ole lainkaan harrastanut liikuntaa. Lenkki muodossa missä hyvänsä tuntuu pikemminkin pahalta kuin hyvältä. Tulee hiki ja muutenkin epämiellyttävä olo. Jossain vaiheessa liikunnasta alkaa tulla hyvä olo.

Saman ruotsalaisuuden mukaan ihminen tavoittaa itselleen ihanteellisen kuntotason noin puolessa vuodessa. Sen jälkeen on tehostettava harjoittelua, jos haluaa kohottaa suorituskykyään tosissaan. Pysyvän käyttäytymisen muutoksen saavuttaminen vaatii puolestaan vuoden säännöllisen liikunnan.

Interventioiden ongelmana onkin niiden yleensä liian lyhyt kesto. Suomalaiset ovat Hautalan mukaan hyvin sitoutuneita tutkimuksen liikuntainterventioihin. Osallistujien kunto paranee yleensä, vaikka yksilöllisiä eroja on. Intervention päätyttyä useimpien kunto laskee nopeasti. Kun on tutkittu, mitä sydänkuntoutukseen osallistuneille kuuluu myöhemmin, niin tulokset kertovat, ettei interventio ole mennyt kokonaan hukkaan. Kolmen vuoden kuluessa niihin osallistuneilla on ollut sydän- ja veren-



Vuosina 2013–2015 Hautala toimi muiden toimijensa ohella Päiväkoti Touhulan liikunta-asiantuntijana.

Arto Hautala (s. 1966)

Fysioterapian ja kuntoutuksen apulaisprofessori, Jyväskylän yliopisto 11/2020

Vanhempi tutkija (10 %), Oulun yliopisto ja Oulun yliopistollinen sairaala

Filosofian tohtori, 2004, Oulun yliopisto

Terveystieteiden maisteri, 1996, Jyväskylän yliopisto

Fysioterapeutti, 1989, Oulun ammattikorkeakoulu
85 vertaisarvioitua artikkelia kansainvälisissä julkaisuissa

Opetustyötä Itä-Suomen, Jyväskylän ja Oulun yliopistoissa vuodesta 1997 lähtien.

kiertoelimitykseen kohdistuvia vakavia tapahtumia vähemmän kuin verrokeilla.

Ymmärrys kuntoutuksen arvosta nousussa

Kuntoutuksen merkitys ymmärretään Hautalan mukaan vähitellen yhä paremmin. Hän ottaa esimerkiksi Käypä hoito -suositukset, joita on yhteensä 104. Antti Malmivaaran johtama työryhmä selvitti 2012–2015, milloin kuntoutus kuuluu tieteellisesti perustellusti osaksi käypää hoitoa. Kriteerit täyttäviä suosituksia löytyi kymmeniä.

– Pidän tätä merkittävänä virstanpylväänä. Kuntoutuksen ja terapeuttisen harjoittelun merkitys nostettiin näin esille sairauksiin tai moniin terveyden riskitekijöihin liittyen.

Merkittävä kehitysaskel on myös opetus- ja kulttuuri- ja sosiaali- ja terveysministeriöiden perustama Kuntoutuksen koulutuksen ja tutkimuksen kehittämisfoorumi. Juuri työnsä aloittaneen foorumin tavoitteena on laatia alan kehittämissuunnitelma vuosille 2024–2030.

Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan tehtävänä on saamansa strategisen rahoituksen turvin rakentaa kuntoutuksen parissa toimivien suomalaisten yliopistojen verkosto.

JOUKO KOKKONEN



Kuva: Antero Aaltonen

Uusi suositus lapsille ja nuorille:

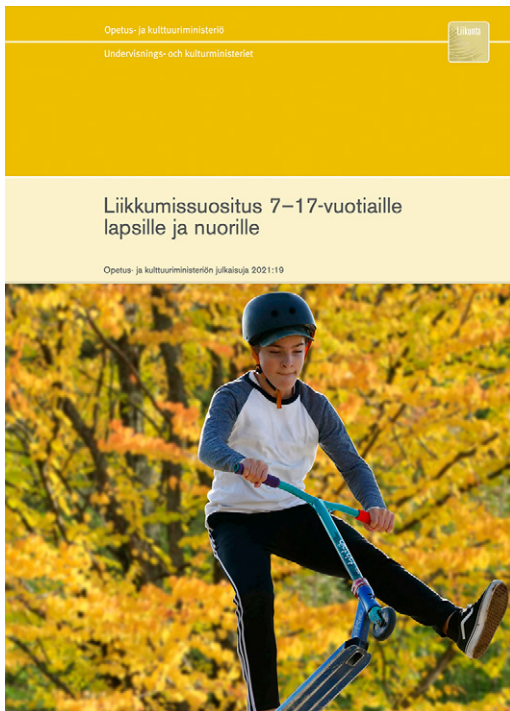
Tunti päivässä liikkumista

Uudistunut liikkumissuositus lapsille ja nuorille suosittaa kaikille 7–17-vuotiaille monipuolista, reipasta ja rasittavaa liikkumista vähintään 60 minuuttia päivässä yksilölle sopivalla tavalla, ikä huomioiden. Runsasta ja pitkäkestoista paikallaanoloa tulee välttää.

TIIVISTYS EI KERRO KAIKKEA. Suosituksen perusteluksi on liitetty koonti kansainvälisestä tutkimusnäytöstä liikkumisen ja paikallaanolon vaikutuksista terveyteen sekä lisäksi tutkimustietoa suomalaisten lasten ja nuorten liikkumisesta, fyysisestä kunnosta ja toimintakyvystä. Suositusten saavuttamisen helpottamiseksi tarjotaan myös ideoita sen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä.

Aiempi suomalainen fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille lapsille ja nuorille oli vuodelta 2008. Ydin ei juuri ole muuttunut, mutta suosituksen sisältöä muokattiin vastaamaan paremmin tutkimusnäyttöä, jota on kertynyt muun muassa lasten ja nuorten liikkumisen terveysvaikutuksista. Termillä liikkuminen halutaan korostaa arkiliikkumisen merkitystä.

Maailman terveysjärjestö WHO julkaisi syksyllä 2020 kansainväliset liikkumisen suositukset eri ikäryhmille. Niiden laatimista varten perustettu kansainvälinen työ-



ryhmä koosti tutkimusnäytön liikkumisen ja paikallaanolon vaikutuksista lasten ja nuorten terveyden eri osaluokkiin, joita ovat fyysinen terveys, sydänterveys, luuston terveys, kehon rasvan määrä, mielenterveys, kognitiiviset toiminnot, prososiaalinen käyttäytyminen sekä unen määrä ja laatu. Yhteenveto kootusta kirjallisuudesta on saatavana verkosta (WHO 2020; Physical Activity Guidelines Advisory Committee 2018).

Näin lasten ja nuorten olisi hyvä liikkua

Suomalaisen suosituksen laatinut Liikuntapolitiikan koordinaatioelimen (LIPOKO) tehtävään kutsuma asiantuntijaryhmä hyödynsi WHO:n aineistoa valmistellessaan suomalaisen suosituksen päivitystä ja sovelsi sitä suomalaisen kulttuuriin ja toimintaympäristöön sopivaksi. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (2016) ovat edelleen voimassa alle kouluikäisille lapsille.

Täsmennetyn suosituksen mukaan 7–17-vuotiaiden olisi hyvä liikkua päivittäin pääosin kestävyystyyppisesti. Teholtaan rasittavaa kestävyystyyppistä liikkumista sekä lihasvoimaa ja luustoa vahvistavaa liikkumista tulisi tehdä vähintään kolmesti viikossa. Liikkumisen tulisi olla monipuolista, jolloin erilaiset liikuntataidot kehittyvät. Myös liikkuvuuteen on hyvä kiinnittää huomiota.

Suosituksen mukainen määrä liikkumista voi kertyä useista liikkumisen hetkistä päivän aikana. Vähäisempikin liikkuminen on hyödyllistä, vaikka suositus ei täytyisikään joka päivä. Liikkumisen ilo auttaa pysyvien liikkumistottumusten ja harrastusten löytämisessä. Turvallinen ja yhdenvertaisesti saavutettava päivittäinen liikkuminen kuuluu kaikille lapsille ja nuorille. (Liikkumissuositus 7–17-vuotialle lapsille 2021, 11)

Miksi suosituksia on päivitettävä?

Lasten ja nuorten liikkumisen ja fyysisen kunnan nykytilaa on kartoitettu Suomessa useilla kansallisilla tutkimuksilla viimeisimmän kymmenen vuoden aikana. Tietoa liikkumisesta ovat tuottaneet monet kyselyt ja niiden rinnalla myös kiihtyvyyksmittareita käyttävät tutkimukset. WHO:n vuosien 2010 ja 2014 -koululaistutkimuksen sekä LIITU 2016 ja 2018 -tutkimusten kyselyjen mukaan vähintään 60 minuuttia päivittäin liikkuvien lasten ja nuorten määrä on hienoisesti kasvanut kahdeksan vuoden aikana, muutamia prosentteja sekä tytöillä että pojilla. Tutkimustieto kertoo myös, että suosituksen täyttävien lasten osuus laskee iän mukana: 9-vuotiaista tytöistä 40 prosenttia ja pojista 52 prosenttia liikkuu vähintään tunnin jokaisena päivänä, 15-vuotiaista vastaavat luvut ovat enää 15 prosenttia ja 23 prosenttia. (Kokko ym. 2019).

Kiihtyvyyksmittarilla mitaten liikkumisen määrässä tapahtuu oppivelvollisuusiän aikana vielä suurempia muutoksia. Kun 7-vuotiaat tytöt ja pojat kerryttivät 13 600 ja 11 700 askelta päivässä, keräsivät 15-vuotiaat vastaavasti enää 8 400 ja 7 600 askelta päivässä LIITU 2018 -tutkimuksessa (Husu ym. 2019). Liikkumisen suosituksen täyttymisen osalta tämä tarkoittaa, että 7-vuotiaista tytöistä 79 prosenttia ja pojista 62 prosenttia saavutti liikkumisen suosituksen. Suositukseen ylsi 15-vuotiaista tytöistä 16 prosenttia ja pojista 6 prosenttia.

Fyysinen toimintakyky ja kunto muodostavat toisen keskeisen lasten ja nuorten liikkumisen riittävyttä arvioivan kokonaisuuden. Move! -mittaukset kertovat 5.- ja 8.-luokkalaisten osalta fyysisistä ominaisuuksista (voimasta, nopeudesta, kestävydestä ja liikkuvuudesta) ja motorisista taidoista (tasapainosta, liikkumisesta ja välineen käsit-

Lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja liikunnan edistäminen vaatii kunnissa eri hallintokuntien yhteistyötä, jotta riittävän päivittäisen liikkumisen edellytykset toteutuvat.

telystä) (www.oph.fi/fi/move). Viidesluokkalaisten 20 metrin viivajuoksu-tesituloksen mediaaniaika on heikentynyt tytöillä 28 sekuntia vuodesta 2016 vuoteen 2020 (4,12 → 3,44). Pojilla pudotus on ollut 31 sekuntia (4,50 → 4,19).

Muutokset kuvaavat lasten kestävyyskunnan heikentymistä viimeisten neljän vuoden aikana. Varusmiespalveluksen aloittaneiden nuorten miesten kuntomittaukset osoittavat kestävyyskunnan heikentyneen jo neljän vuosikymmenen ajan (Santtila ym. 2018). Muissa Move! -mittauksissa ei ole havaittu vastaavanlaisia ominaisuuksien muutoksia. Toisaalta liikkuvuusmittauksissa havaitaan vuosittain haasteita merkittäväällä osalla 5.- ja 8.-luokkalaisten alaselän ojennuksessa, kyykistyksessä ja olkanivelellä liikkuvuudessa.

Lasten ja nuorten liikkumisessa ja fyysisessä kunnossa näkyy selviä muutostrendejä. Kyselyihin perustuen perusopetusikäisillä liikkumissuosituksen saavuttavien määrä on hieman kasvanut 2010-luvulla, kun taas fyysisen kunnan ja toimintakyvyn mittaukset osoittavat kestävyyskunnan heikentyneen. Näiden osin hieman ristiriitaisten trendien taustalla voi olla kysymys keskipainon noususta sekä liikkumisen kokonaismäärän asteittaisesta vähentymisestä. Keskeisenä tulevaisuuden haasteena voidaan pitää lasten ja nuorten kestävyyskunnan heikentymistä sekä haasteita liikkuvuudessa.

Eri ympäristöt voivat tukea suositusten saavuttamista

Jotta lapset ja nuoret voisivat liikkua joka päivä keskimäärin tunnin, tarvitaan monenlaisia toimia. Lapset omaksuvat liikkumistavat ja -tottumukset kotona (Lounassalo ym. 2019), mutta lasten ja nuorten liikkuminen ei ole pelkästään perheiden vastuulla. Kouluvuosien alussa lasten liikkumisen kokonaismäärä on korkeimmillaan, josta se alkaa vähitellen laskea (Husu ym. 2019). Koulujen ja eri oppilaitosten toimet vaikuttavat siten lapsen mahdollisuuksiin liikkua. Kouluissa toteutetuista liikkumista lisäävistä käytänteistä on kertynyt runsaasti hyviä esimerkkejä valtakunnallisissa Liikkuva koulu- ja Liikkuva opiskelu -ohjelmissa. Opetustoimen ja terveydenhuollon yhteistyöllä onkin mahdollista lisätä lasten ja nuorten hyvinvointia.

Suomessa lapsilla ja nuorilla on vahva harrastamisen kulttuuri, sillä selvästi yli 80 prosenttia kouluikäisistä kertoo osallistuneensa jossain vaiheessa ohjattuihin liikuntaharrastuksiin (Blomqvist ym. 2019). Liikunta- ja urheiluseuroilla sekä kaikilla muilla lasten ja nuorten liikuntaa

järjestävillä tahoilla on lähtökohtaisesti erinomaiset edellytykset kasvattaa liikunnalliseen elämäntapaan. Jotain kuitenkin tapahtuu 11–13-vuotiaana, sillä tuossa iässä harrastamisen määrä laskee Suomessa poikkeuksellisen nopeasti (Blomqvist ym. 2019).

Kunnat vaikuttavat esimerkiksi lasten ja nuorten harrastuspaikkojen määrään, laatuun ja käyttökustannuksiin. Lisäksi kunnat voivat pyrkiä välttämään ratkaisuja, jotka pakottavat koululaiset istumaan pitkiä aikoja koulumatkoillaan. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja liikunnan edistäminen vaatii kunnissa eri hallintokuntien yhteistyötä, jotta riittävän päivittäisen liikkumisen edellytykset toteutuvat. Kunnissa on tarpeen arvioida suunniteltujen toimenpiteiden ja päätösten liikkumisvaikutukset myös 7–17-vuotiaiden lasten ja nuorten liikkumisen kannalta.

Valtionhallinto voi tukea lasten ja nuorten liikkumista suuntaamalla voimavaroja ennaltaehkäisevään toimintaan. Panostuksilla liikuntaan osana ennaltaehkäisevää terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä voidaan parantaa merkittävästi elämänlaatua. Lisäksi liikkuvat ja hyvinvoinnistaan huolehtivat nuoret menestyvät yleensä muita paremmin opinnoissaan, he kouluttautuvat pidemmälle ja myöhemmin aikuisuudessa ansaitsevat muita paremmin (Kari 2018).

Hyväkuntoisilla nuorilla on alhaisemmat riskit sairastua myöhemmin erilaisiin elintasosairauksiin. On laskettu, että vähäisestä liikkumisesta ja heikosta fyysisestä kunnosta johtuvat yhteiskunnalliset kulut ovat yli kolme miljardia euroa vuodessa (Vasankari & Kolu 2018). Lapset ja nuoret ovat tulevaisuuden vastuunkantajia. Heillä on oikeus kasvaa ja kehittyä täyteen potentiaaliinsa sekä elää mahdollisimman terveenä (Lapsen oikeuksien sopimus 1989 artiklat 6 ja 24, yleiskommentti 7). Näitä ei päätöksenteoissa pidä sivuuttaa.

Uusia suuntia myös liikuntapolitiikkaan

Liikkumisen merkitys lasten ja nuorten kehitykselle, terveydelle ja hyvinvoinnille on laajasti tunnustettu. Reipas liikunta ja hyvät motoriset taidot ovat yhteydessä myös oppimiseen (Syväoja 2015). Suomalaiset lapset ja nuoret ovat aktiivisia liikunnan harrastajia (Blomqvist ym. 2019), mutta siitä huolimatta suositellun liikkumisen määrään

täyttää vain noin puolet 7–12-vuotiaista ja alle viidesosa 13–17-vuotiaista (Kokko ym. 2019).

Liikunnan harrastamisen lisäksi fyysisen aktiivisuuden kokonaismäärään vaikuttaa keskeisesti arjen aktiivisuus. Tästä syystä uudessa liikkumissuosituksessa valittiin käyttöön käsite *liikkuminen*, *liikunta*-käsitteen sijaan. Käsitevalinnalla on myös yhteiskuntapoliittista merkitystä. Sillä nostetaan esiin, että riittämättömän fyysisen aktiivisuuden haastetta eivät ratkaise ainoastaan varsinaisen liikuntatoimialan toimet. Kaikille lapsille ja nuorille, mutta erityisesti kaikkein vähiten liikkuville muiden hallinnonalojen liikkumista lisäävät teot ovat tehokkaampia kuin liikuntatoimen. Liikuntaharrastusten lisäksi varhaiskasvatus-, koulu- ja opiskelupäivien sisällöllä, hyvillä ja turvallisilla kävely- ja pyöräiteillä, liikkumisen tuella sosiaali- ja terveystaloudessa, lähiliikuntapaikoilla ja fyysiseen aktiivisuuteen kannustavalla elinympäristöllä voidaan vaikuttaa oleellisesti lasten ja nuorten päivittäisen liikkumisen kokonaismäärään.

Pääministeri **Sanna Marinin** hallituksen tavoitteena on liikunnallisen kokonaisaktiivisuuden nostaminen kaikissa ikäryhmissä. Tavoite vaatii valtionhallinnossa jokaisen ministeriön toimia. Eri toimialojen liikuntaan ja liikkumiseen liittyviä toimenpiteitä koordinoi virkahenkilötoiminen liikuntapolitiikan koordinaatioelin, LIPOKO. Uusi lasten ja nuorten liikkumissuositus valmisteltiin LIPOKON nimittämässä tutkija- ja asiantuntijatyöryhmässä, joten liikkumissuosituksen valmistelua ohjasivat kaikki valtionhallinnon toimialat.

Uusi lasten ja nuorten liikkumissuositus on tärkeä ohjaustyökalu. Se ei kuitenkaan itsessään riitä, vaan keskeistä ovat eri hallinnonalojen lasten ja nuorten liikkumista lisäävät toimet.

ARJA SÄÄKSLAHTI, LitT

Jyväskylän yliopisto
arja.saakslahti@juu.fi

TUIJA TAMMELIN, FT

Likes
tuija.tammelin@likes.fi


TOMMI VASANKARI, LT

UKK-instituutti ja Tampereen yliopisto
tommi.vasankari@ukkstituutti.fi

MINTTU KORSBERG, LitM

Valtion liikuntaneuvosto
suositustyöryhmän puheenjohtaja
minttu.korsberg@minedu.fi

Kirjoittajat ovat toimineet LIPOKON nimittämän lasten ja nuorten liikkumissuositus -työryhmän valmistelijoina ja puheenjohtajana.

 Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2021:19. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162984/OKM_2021_19.pdf?sequence=4&isAllowed=y

LÄHTEET

- Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S.** 2019. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa Kokko, S. & Martin, L. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2019:1.
- Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille.** 2008. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.
- Husu, P., Jussila, A-M., Tokola, K., Vähä-Yppä, H. & Vasankari, T.** 2019. Objektiivisesti mitatun paikallaanolon, liikkumisen ja unen määrä. Teoksessa Kokko, S. & Martin, L. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2019:1.
- Kari, J.** 2018. Lifelong physical activity and long-term labor market outcomes. *Jyväskylä Studies in Business and Economics* 184.
- Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Ng, K. & Mehtälä, A.** 2019. Itsearvioitu liikunta-aktiivisuus, ruutu-aika ja sosiaalinen media sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa Kokko, S. & Martin, L. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisu 2019:1.
- Lapsen oikeuksien sopimus.** 6 artikla, Lapsen oikeuksien komitean yleiskommentti 7. Lapsen oikeuksien sopimus, 24 artikla, Lapsen oikeuksien komitean yleiskommentti 7.
- Liikkumissuositus 7–17-vuotiaalle lapsille ja nuorille 2021.** Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisusarja 2021:19.
- Lounassalo, I., Hirvensalo, M., Kankaanpää, A., Tolvanen, A., Palomäki, S., Salin, K., Fogelholm, M., Yang, X., Pahkala, K., Rovio, S., Hutri-Kähönen, N. ym.** 2019. Associations of leisure-time physical activity trajectories with fruit and vegetable consumption from childhood to adulthood: The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16 (22), 4437. DOI: 10.3390/ijerph16224437
- Move! – Fyysisen toimintakyvyn mittausjärjestelmä.** Opetushallitus. <https://www.oph.fi/fi/move> Viitattu 2.5.2021.
- Physical Activity Guidelines Advisory Committee 2018.** Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2018. Saatavilla: <https://health.gov/our-work/physical-activity/current-guidelines/scientific-report>
- Santtila, M., Pihlainen, K., Koski, H., Vasankari, T. & Kyröläinen, H.** 2018. Physical fitness in young men between 1975-2015 with a focus on the years 2005-2015. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 50, 292–298.
- Syväoja, H.** 2015. Liikunnan merkitys oppimiselle? Likes-tutkimuskeskus.
- Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016.** Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2016:21.
- Vasankari, T. & Kolu, P. (toim.).** 2018. Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnan yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31, 2018.
- WHO 2020.** WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour: Web Annex Evidence Profiles. Saatavilla: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015111>



Kuva: Antero Aaltonen

LIITU 2020: Liikkuminen vähenee siirryttäessä perusopetuksesta toiselle asteelle

Vain joka seitsemäs lukiolainen liikkuu reippaasti päivittäin vähintään tunnin. Lukiolaisille kertyy keskimäärin 6 178 askelta päivässä. Heidän vanhemmilta ja kavereiltaan saamansa liikunnallinen tuki oli vähäisempi kuin nuoremmilla ikäluokilla ja vaihteli suuresti nuorten välillä. Lukiolaiset pitivät liikuntaa tärkeänä ja opiskelukykyä edistävänä oppiaineena. Oppilaitosten ja internetin jälkeen liikunta- ja urheiluharrastuksissa koettiin kolmanneksi eniten syrjintää ja kiusaamista.

TÄSSÄ ARTIKKELISSA TARKASTELLAAN TIIVISTETYSTI vuoden 2020 LIITU -raportista (Kokko, Hämylä & Martin 2021) valittuja aihealueita: nuorten itsearvioitua liikunta-aktiivisuutta, vapaa-ajan liikuntamuotoja ja -tilaisuuksia, liikemittareilla mitatun liikkumisen, paikallaanolon ja unen määrää, nuorten käsityksiä liikunnanopetuksesta, nuorten arvioita vanhemmilta ja kavereiltaan saadusta

liikunnallisesta tuesta sekä nuorten liikunnassa ja urheilussa kokemaa syrjintää ja kiusaamista. Yksityiskohtaisemmat ja kattavammat tutkimustulokset löytyvät LIITU 2020 -raportista, joka on ladattavissa valtion liikuntaneuvoston internetsivuilta (<https://www.liikuntaneuvosto.fi/lausunnot-ja-julkaisut/>). Raportissa on kuvattu monipuolisesti muitakin kuin tässä artikkelissa esiteltyjä aihealueita nuorten liikuntakäyttäytymisestä.

Kuinka paljon, miten ja missä nuoret kertovat liikkuvansa?

LIITU 2020 -tutkimuksessa 16–20-vuotiaiden tuloksia peilataan lasten ja nuorten liikkumissuositukseseen, jonka mukaan 7–17-vuotiaiden lasten ja nuorten tulisi liikkuu monipuolisesti, reippaasti ja rasittavasti vähintään tunti päivässä (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021). Täten LIITU 2020 -tutkimuksessa pystytään tarkastelemaan iänmukaista liikunta-aktiivisuuden muutosta koko kohderyhmässä ja vertaamaan tuloksia vuoden 2018 LIITU -aineiston 15-vuotiaisiin (Kokko ym. 2019). Varsinaisesti kaikki 18-vuotiaat ja sitä vanhemmat kuuluvat 18–64-vuo-

tiaiden aikuisten liikkumisen suosituksen piirin, joka eroaa lasten ja nuorten liikkumissuosituksista (UKK-insituutti 2019).

Kyselyn mukaan vain harva (14 %) 16–20-vuotias lukiolainen liikkui reippaasti yli tunnin päivittäin. Suurin osa heistä liikkui vähintään tunnin päivässä 3–4 tai 5–6 päivänä viikossa (33 %; 31 %) ja 0–2 päivänä viikossa liikkuvia oli reilu viidennes (22 %). Miehet (18 %) liikkuivat päivittäin naisia (11 %) yleisemmin, kun taas naisten (24 %) joukossa oli miehiä (19 %) enemmän 0–2 päivänä liikkuvia. Noin kolmasosa molemmista sukupuolista liikkui 3–4 ja 5–6 päivänä (M:32 %; N:34 % ja M:32 %; N:31 %). 16–17-vuotiaat nuoret liikkuivat suositusten mukaisesti (14 %) yleisemmin kuin 18–20-vuotiaat (9 %).

Hiukan yli puolet (54 %) lukiolaisista liikkui rasittavasti vähintään kolmena päivänä viikossa. Lukiolaismiehille (61 %) kertyi myös rasittavaa liikuntaa vähintään kolmena päivänä yleisemmin kuin lukiolaisnaisille (50 %). Nuoremmat lukiolaiset liikkuivat rasittavasti vähintään kolmesti viikossa yleisemmin kuin vanhempaan ikäryhmään kuuluvat (16–17-v. 55 %; 18–20-v. 48 %).

Yleisimmät liikuntamuodot lukiolaisilla olivat talvella kävelylenkkeily, kuntosaliharjoittelu, juoksulenkkeily tai hölkkä, jääpelit sekä laskettelu tai lumilautailu. Vastaavasti kesällä yleisemmin harrastettiin juoksulenkkeilyä, kävelylenkkeilyä, pyöräilyä, kuntosaliharjoittelua sekä uintia.

Valtaosa lukiolaisista (93 %) liikkui omatoimisesti viikoittain ja noin kolmasosa urheiluseurojen (37 %) ja liikunta-alan yritysten (30 %) järjestämässä toiminnassa. Miehet (45 %) osallistuivat urheiluseurojen toimintaan yleisemmin kuin naiset (32 %). Naiset (36 %) taas liikkuvat yleisemmin kuin miehet (19 %) liikunta-alan yritysten järjestämässä tilaisuudessa.

Liikemittarilla mitattu liikkuminen, paikallaanolo ja uni

Syksyn 2020 LIITU -tutkimuksessa mitattiin ensimmäistä kertaa toisella asteella opiskelevien nuorten liikkumista, paikallaanoloa ja unta 24/7 eli koko vuorokauden ajalta. Lisäksi tarkasteltiin, miten liikkuminen jakautui valveillaoloaikana.

Mittaus toteutettiin liikemittarilla, jota nuoret käyttivät viikon ajan. Valveilla ollessa mittaria pidettiin kuminauhavyössä lantiolla ja nukkumaan mennessä mittari siirrettiin ei-dominioivan käden ranteeseen. Peseytymisen ja vesiliikunnan ajaksi mittari riisuttiin pois. Liikkumista ja paikallaanoloa kuvaavat muuttujat laskettiin kiihtyvyyssignaalin raakatietoihin perustuvien menetelmien avulla käyttäen kuuden sekunnin analyysijaksoa. Paikallaanolo (istuminen, makaaminen ja seisominen) tunnistettiin huomioimalla sekä liikkeen matala teho että mittarin asento suhteessa tunnistettuun pystyasentoon (Vähä-Ypyä ym. 2018). Analyysijaksoista laskettiin yhden minuutin liukuva eksponentiaalinen keskiarvo ja liikkuminen luokiteltiin tehon mukaan kolmeen luokkaan: kevyt (1,5–2,9 MET), reipas (3,0–5,9 MET) ja rasittava (\geq 6,0 MET) (Vähä-Ypyä ym. 2015).

Mittarin ollessa rannekkeessa eli nukkumisen aikana liikkeen ja paikallaanolon tunnistaminen perustui ran-

Näin tutkittiin

Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimus kohdennettiin vuonna 2020 ensimmäistä kertaa toisen asteen opiskelijoille. Aiemmat LIITU-tutkimukset (2014, 2016, 2018) on toteutettu peruskouluikäisillä lapsilla ja nuorilla. Vuoden 2020 aineisto kerättiin syys-joulukuussa sähköisillä kyselyillä ja liikemittareilla. Tutkimukseen osallistui yhteensä 5 333 16–20-vuotiaasta nuorta, joista 4 958 opiskeli lukiossa ja 375 ammatillisessa oppilaitoksessa.

Lukiossa opiskelevien nuorten osallistujajoukko oli kattava, mutta ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien nuorten osallistujamäärä jäi pieneksi. Siksi tässä artikkelissa esitetään vain lukiolaisten tuloksia. Aineiston keruun aikana eri puolilla Suomea oli voimassa erilaisia koronaepidemian aiheuttamia sulkutoimia, jotka ovat voineet vaikuttaa osallistujien liikkumiseen ja liikunnan harrastamiseen ja siten myös tämän tutkimuksen tuloksiin.

teen liikkeeseen. Tämä kuvaa karkealla tasolla nukkumista, mutta todellisuudessa siihen sisältyy myös valveaikaa ennen nukahtamista, yöunen keskellä ja heräämisen jälkeen. Tässä artikkelissa yöunen pituutta kuvaa kohtalasta tai vähäistä ranteen liikettä sisältävä aika (Husu ym. 2021). Vuorokauden jakautumista eri tehoiseen liikkumiseen, paikallaanoloon ja uneen tarkasteltiin keskimääräisinä aikoina. Lisäksi tarkasteltiin nuorten askeleita ja niiden jakautumista päivän ajalle.

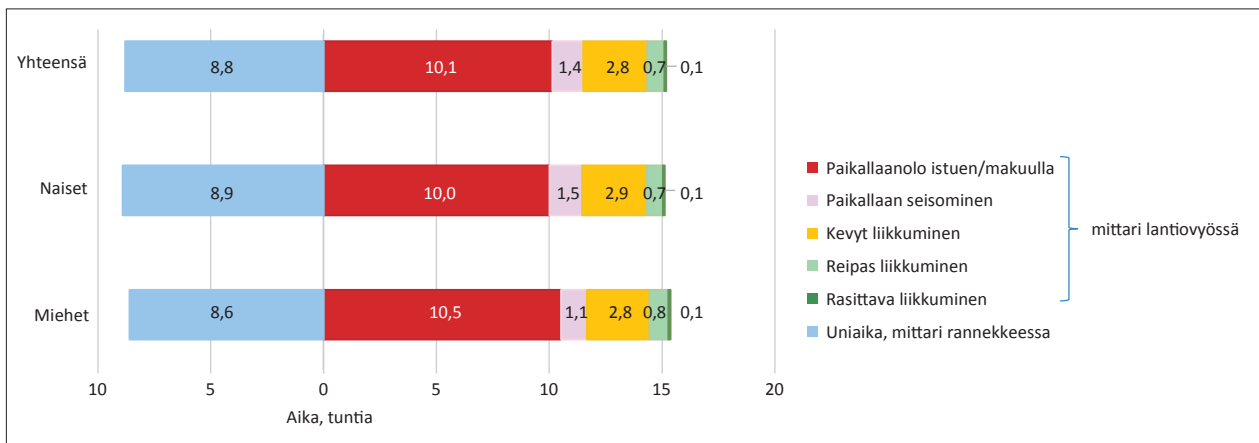
Liikemittaria käytti 1 045 suomenkielistä lukiolaista, mutta vuorokauden tarkastelu on rajattu niihin nuoriin, jotka käyttivät mittaria ainakin neljä kokonaista vuorokautta viikon aikana ja joiden aineistosta pystyttiin tunnistamaan, milloin mittari oli siirretty lantiovyöstä rannekkeeseen ja takaisin ($n = 750$).

Tutkimukseen osallistuneet lukiolaiset pitivät mittaria lantiovyössä keskimäärin 63 prosenttia (reilut 15 tuntia) ja rannekkeessa 37 prosenttia (vajaat 9 tuntia) vuorokaudesta (kuvio 1). Mittarin rannekeajasta lukiolaisten tulkittiin nukkuneen keskimäärin hieman yli 7 tuntia vuorokaudessa. Miehet nukuivat keskimäärin hieman vähemmän kuin naiset (6 t 51 min vs. 7 t 7 min).

Lukiolaiset viettivät istuen tai makuulla hieman yli kymmenen tuntia vuorokaudessa. Miehet istuivat tai olivat makuulla hieman naisia enemmän. Paikallaan seisomiseen käytettiin keskimäärin tunti 20 minuuttia vuorokaudessa, ja miehet seisoivat paikallaan vähemmän kuin naiset.

Lukiolaiset käyttivät kevyeen liikkumiseen keskimäärin lähes 3 tuntia päivässä, reippaaseen liikkumiseen noin 45 minuuttia ja rasittavaan liikkumiseen noin 5 minuuttia päivässä. Miehet liikkuivat kevyesti hieman vähemmän kuin naiset, mutta reipasta liikkumista heillä oli hieman naisia enemmän. Rasittavassa liikkumisessa sukupuolten välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa.

Nuorten valveillaoloaikaista liikkumista tarkasteltiin myös tunneittain. Tässä tarkastelussa olivat mukana ne lu-



Kuvio 1. Lukiolaisten unen, paikallaanolon ja liikkumisen keskimääräiset kokonaisajat vuorokaudessa tunteina (n = 750).

kiolaiset, jotka käyttivät liikemittaria ainakin neljänä päivänä viikon aikana, valveilla ollessaan vähintään 10 tuntia päivässä (n = 936). Lukiolaiset ottivat keskimäärin 6178 askelta päivässä, eikä sukupuolten välillä ollut tilastollisesti merkitsevää eroa. Tuntikohtaisten askelten mukaan tarkasteltuna lukiolaisten liikkumisessa oli arkisin havaittavissa neljä runsaamman liikkumisen hetkeä: ensimmäinen ajoittui noin kello 9, toinen noin kello 11, kolmas kello 15 ja neljäs noin kello 19 illalla. Sekä miesten että naisten tuntikohtaisissa askeleissa oli havaittavissa nämä neljä runsaamman liikkumisen hetkeä, mutta miehillä askelmäärien tuntikohtaiset vaihtelut olivat selkeämpiä kuin naisilla. Viikonloppuna miesten askeleet lisääntyivät aamusta iltapäivää kohden saavuttaen huipun noin kello 17. Naisilla viikonloppun korkeimmat askelmäärät saavutettiin iltapäivällä noin kello 14 ja 18.

Lukion liikunnanopetus tukee nuorten hyvinvointia ja opiskelukykyä

Nuorten lukiokoulutukseen sisältyy kaksi kaikille yhteistä liikuntakurssia: L1 Energiaa liikunnasta ja L2 Aktiivinen elämäntapa, joiden molempien laajuus on noin 38 opituntia. Tavoitteena on tukea opiskelijan hyvinvointia ja toimintakykyä sekä kannustaa liikunnallisesti aktiiviseen elämäntapaan (LOPS 2015, 209). Lisäksi lukiot tarjoavat liikunnan valinnaiskursseja, joita opiskelijat voivat ottaa opinto-ohjelmaansa.

LIITU 2020 -kyselyssä nuoret vastasivat kysymykseen: ”Montako minuuttia sinulla on tällä hetkellä liikunnanopetusta viikossa?” Koska liikunnanopetus järjestetään lukiossa kurssimuotoisena, opiskelijoilla on myös jaksoja, jotka eivät sisällä liikunnanopetusta. Lisäksi lukio-opiskelijoita pyydettiin arvioimaan, kuinka tärkeää liikunnanopetus on fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn sekä terveyden edistämisen näkökulmasta (Lyyra, Leskinen & Heikinaro-Johansson, 2015).

Lukioissa opiskelevista nuorista 60 prosenttia kertoi osallistuvansa kyselyn ajankohtana liikunnanopetukseen vähintään yhden 75–90 minuutin oppitunnin verran viikossa. Kolmanneksella lukiolaisista oli liikuntaa yli kaksi tuntia viikossa. Mies- ja naisopiskelijoiden liikunnanopetuksen määrä ei keskiarvoja verrattaessa eronnut

toisistaan, mutta alle 18-vuotiailla lukiolaisilla oli liikuntatunteja selvästi enemmän kuin yli 18-vuotiailla. Monet lukiolaiset suorittavat liikuntakurssit siis jo opiskelujensa ensimmäisinä lukukausina.

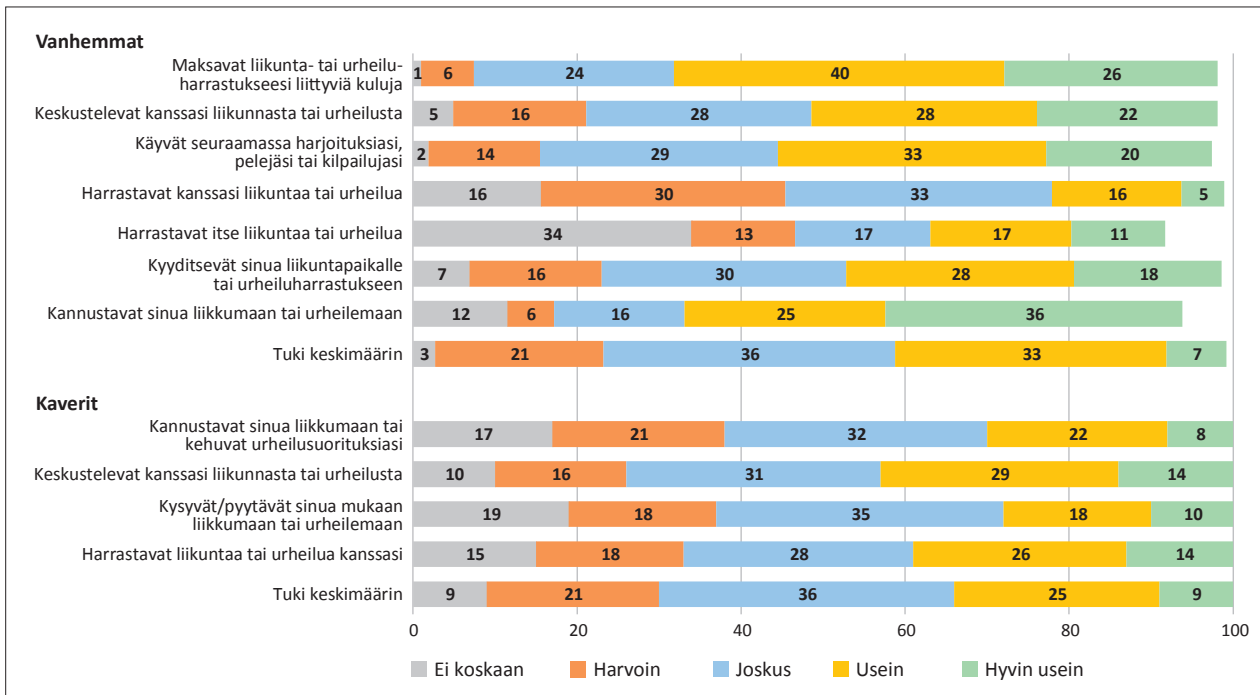
Selvästi yli puolet lukiolaisista (60 %) piti liikunnanopetusta tärkeänä. Tärkeimpänä liikunnanopetuksen tavoiteosa-alueena nuoret pitivät psyykkisen toimintakyvyn edistämistä (80 %) ja toiseksi tärkeimpänä sosiaalisen toimintakyvyn edistämistä (78 %). Hyvinvoinnin edistäminen oli kolmanneksi tärkein tavoiteosa-alue. Naisopiskelijat arvioivat miesopiskelijoita yleisemmin hyvinvoinnin edistämiseen liittyvät tavoitteet tärkeiksi. Yli kaksikolmasosaa lukiolaisista piti liikunnanopetusta tärkeänä siksi, että sen nähtiin tukevan opiskelukykyä ja auttavan keskittymisessä (naiset 72 %, miehet 66 %).

Nuorten liikunta-aktiivisuus oli yhteydessä sekä liikuntatuntien määrään että kokemuksiin liikunnanopetuksen tärkeydestä. Paljon liikkuvilla nuorilla oli enemmän liikuntatunteja ja he arvioivat liikunnanopetuksen tavoiteosa-alueet tärkeämmiksi kuin vähemmän liikkuvat. Vähiten liikkuva viidennes nuorista osallistuu selvästi muita vähemmän liikunnanopetukseen ja he arvioivat liikunnanopetuksen tavoitteet vähemmän tärkeiksi.

Vanhempien ja kavereiden koettu liikunnallinen tuki jakaa nuoria

Vanhempien ja kavereiden liikunnallisen tuen on todettu selittävän johdonmukaisesti eroja lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuudessa (Prochnow ym. 2020, Yao&Rhodes 2015). Liikunnallinen tuki ilmenee aineettomana tukena, esimerkiksi liikkumiseen kannustamisena, ja toisaalta aineellisena tukena, kuten liikuntaharrastamisesta koituvien kulujen kustantamisena (Beets, Cardinal & Alderman 2010). Kavereiden liikunnallinen tuki muodostuu muun muassa kavereiden kanssa jaetuista ja yhteisistä liikuntaa koskevista asenteista ja käyttäytymisestä (Prochnow ym. 2020).

Vanhempien liikunnallisen tuen jo varhaislapsuudessa käynnistyvä (Laukkanen ym. 2018) ja myöhemmin lapsuudessa näkyvä laskusuhdanne (Palomäki ym. 2016) näyttää LIITU 2020 -tutkimuksen tulosten perusteella jatkuvan lukiolaisten ikäluokkaan asti. Kavereiden lii-



Kuvio 2. Lukiolaisten kokemus vanhempien ja kavereiden liikunnallisesta tuesta keskimäärin (n=3663 -4008) (%).

kunnallinen tuki oli sen sijaan samalla tasolla kuin mitä 15-vuotiailla yläkoululaisilla on havaittu olevan (Palomäki ym. 2016). Toinen merkittävä havainto oli, että toisen asteen opiskelijat jakautuvat huomattavan paljon käsityksissään vanhempien ja kavereiden liikunnallisesta tuesta (Kuvio 2). Noin kolmannes nuorista koki, etteivät he saa keskimäärin koskaan tai saavat vain harvoin liikunnallista tukea vanhemmiltaan ja kavereiltaan. Toisaalta noin kolmannes nuorista tunsu, että he saavat liikunnallista tukea vanhemmiltaan ja kavereitaan keskimäärin joskus ja noin kolmannes usein tai hyvin usein. Odotetusti vanhempien ja kavereiden liikunnallisen tuen havaittiin olevan yhteydessä lukiolaisten itseraportoituun liikunta-aktiivisuuteen. Vähiten liikunnallista tukea saavat nuoret ilmoittivat liikkuvansa keskimäärin selvästi vähemmän verrattuna enemmän tukea saaviin nuoriin.

Syrjintä ja kiusaaminen yleistä liikunta- ja urheiluharrastuksissa

Kun nuorten vapaa-ajan harrastuksissa kokemaa syrjintää ja kiusaamista ryhdyttiin 2010-luvulla systemaattisemmin tutkimaan, kävi ilmi, että näitä ilmiöitä esiintyy liikunnassa ja urheilussa yleisemmin kuin muissa harrastuksissa. Erityisesti vähemmistöihin kuuluvat nuoret kohtaavat liikunta- ja urheiluharrastuksissa syrjintää ja kiusaamista. (Esim. Hakanen ym. 2019; Salasuo ym. 2021.)

LIITU-tutkimuksessa syrjintä- ja kiusaamiskokemuksia jäljitettiin ensimmäistä kertaa vuonna 2016, jolloin tutkimuskohteena olivat 11-, 13- ja 15-vuotiaat lapset ja nuoret (ks. Laine ym. 2016). Heistä yli kolmannes (37 %) koki joutuneensa syrjityksi tai kiusatuksi. Liikunta- ja urheiluharrastukset olivat koulun ja internetin jälkeen kolmanneksi yleisin paikka, jossa syrjintää ja kiusaamista koettiin. Nyt samoja asioita selvitettiin toisen asteen opiskelijoilta ja tu-

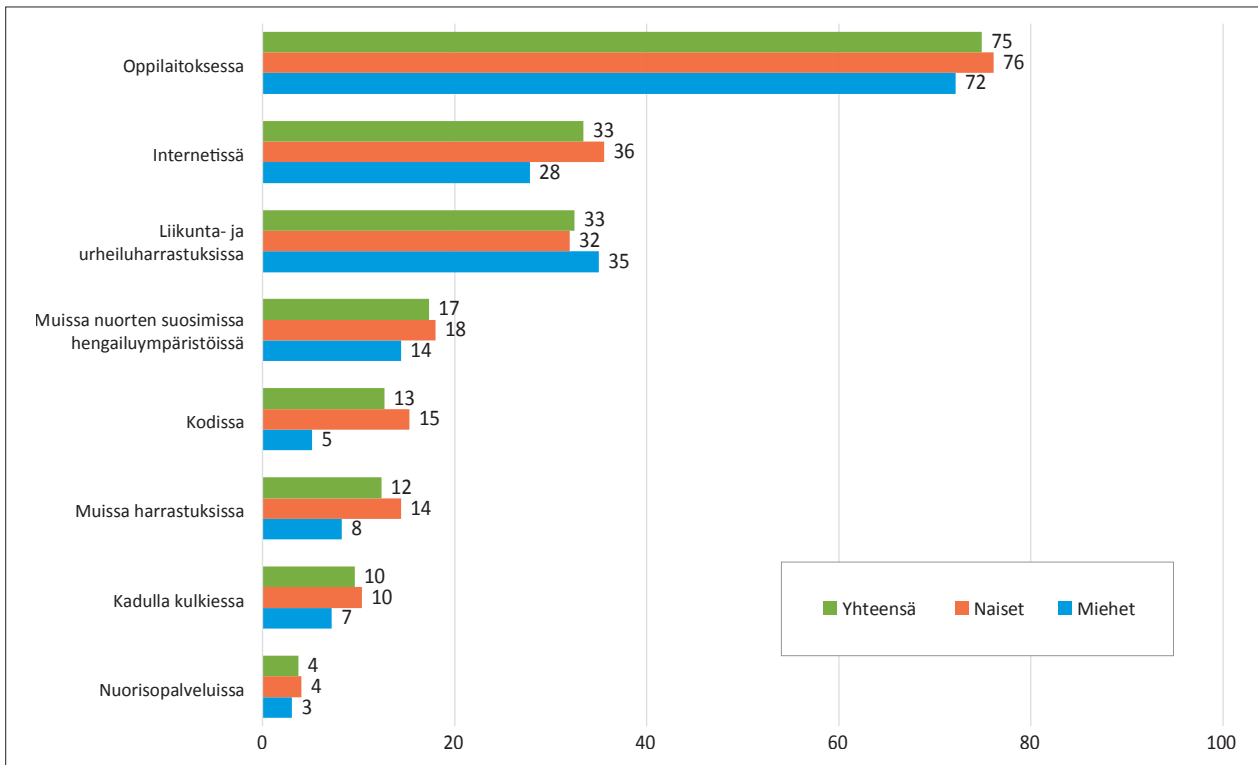
lokset ovat monilta osin yhteneviä. Lukiolaisista (n = 929) syrjintää tai kiusaamista kertoi kokeneensa joskus noin kolmannes (32 %) ja usein kolme prosenttia.

Valtaosalla syrjinnän tai kiusaamisen kohteeksi joutuneista kokemukset paikantuivat oppilaitoksiin (kuvio 3). Internet sekä liikunta- ja urheiluharrastukset olivat seuraavaksi yleisimpiä paikkoja, joissa syrjintää ja kiusaamista oli koettu. Muilla kysytyillä elämänalueilla syrjinnän ja kiusaamisen kokemukset olivat selvästi harvinaisempia. Kuten aiemmassa aiheesta koskevassa tutkimuksessa, miehet raportoivat naisia useammin liikunnassa ja urheilussa kokemastaan syrjinnästä tai kiusaamisesta (esim. Hakanen ym. 2019).

Tulosten mukaan liikunnan määrä oli yhteydessä kiusaamisen ja syrjinnän kokemiseen. Liikkumissuosituksen mukaan liikkuvista lukiolaisista selvästi harvempi (25 %) oli kokenut kiusaamista ja syrjintää kuin ne, jotka eivät liiku suosituksen mukaisesti (37 %). Kyseisessä tarkastelussa on huomioitu kaikki nuorten elinympäristöt, ei ainoastaan liikunta- ja urheiluharrastuksia.

Liikunta- ja urheiluharrastuksissa syrjintää tai kiusaamista kokeneilta kysyttiin tarkemmin, mistä syystä he ovat kokeneet syrjintää tai kiusaamista. Lukiolaisilla viisi yleisintä syytä olivat ulkonäkö (46 %), pukeutumistyyli (30 %), ikä (27 %), vähäiset liikunnalliset taidot (22 %) ja terveydentila (22 %). Naiset kertovat selvästi miehiä useammin ulkonäköön (naiset 54 % vs. miehet 29 %) ja sukupuoleen (naiset 26 % vs. miehet 3 %) liittyvästä syrjinnästä tai kiusaamisesta.

LIITU 2020 -tutkimuksen tulokset toisen asteen opiskelijoiden syrjintä- ja kiusaamiskokemuksista ovat monilta osin yhteneviä peruskoululaisilta vuonna 2016 kerättyjen vastausten kanssa. Syrjintä- ja kiusaamiskokemukset olivat selvästi yleisimpiä oppilaitoksissa. Liikunta-



Kuvio 3. Lukiolaisten kokemat syrjimis- tai kiusaamistilanteet sukupuolen mukaan (n = 319, %).

ja urheiluharrastukset olivat netin ohella seuraavaksi yleisimmät paikat, joissa syrjintää tai kiusaamista koettiin.

Myös muissa tutkimuksissa nuorten vapaa-ajalla koke- ma kiusaaminen tai syrjintä on yhdistetty nimenomaan liikuntaan ja urheiluun. Nuoret ovat kertoneet kohtaavansa epäasiallista kohtelua liikunnassa ja urheilussa selvästi useammin kuin esimerkiksi taide-, kulttuuri-, media- ja peliharrastuksissa tai internetissä. (Salasuo ym. 2021.)

Toisen asteen opiskelijoilla syrjintä- tai kiusaamisko- kemuksia liikunta- ja urheiluharrastuksissa oli suhteessa enemmän kuin peruskoululaisilla. Tätä iän mukaista muutosta saattavat osaltaan selittää peruskoululaisten ja lukiolaisten erilaiset liikuntatavat ja -ympäristöt. Seuratoimintaan osallistumisen vähentyessä myös aikuisten val- vonnassa tapahtuvan liikkumisen määrä vähenee. Osin kyse saattaa olla myös siitä, etteivät peruskoululaiset vielä tunnista esimerkiksi syrjintää lukiolaisten tavoin ja var- haisemmista syrjintäkokemuksista raportoidaan vasta luki- oiässä. (Ks. Hakanen ym. 2019.)

Liikkuminen vähenee lukioiässä – liikunta oppiaineena kiinnostaa

Aiempien tutkimusten perusteella on ollut tiedossa, että liikunta-aktiivisuus vähenee iän myötä perusopetusikäi- sillä lapsilla ja nuorilla (mm. Aira ym. 2013). Aiempien LIITU-tutkimusten mukaan 15-vuotiaista peruskoululai- sista suositusten mukaan raportoi vuonna 2016 liikkuvan- sa 17 prosenttia (Kokko ym. 2016) ja vuonna 2018 19 pro- senttia (Kokko ym. 2019). Tämän tutkimuksen tulosten perusteella liikunta-aktiivisuus näyttää vähenevän iän myötä edelleen myös 16–20-vuotiailla nuorilla ja vain har-

va (14 %) raportoi liikkuvansa päivittäin reippaasti vähin- tään tunnin. Toki tämän tutkimuksen vanhempi ikäluokka eli 18–20-vuotiaat kuuluvat jo aikuisten liikkumisen suo- situksen piiriin ja heille suositellaan reipasta liikkumista vähintään 2 tuntia 30 minuuttia viikossa (UKK-instituuti 2019).

Lähes kaikki lukiolaiset liikkuvat omatoimisesti, mut- ta organisoidun liikunnan rooli näyttää tässä ikäluokassa pienentyvän. Muun muassa seuratoimintaan osallistuvien osuus laskee edelleen verrattuna 15-vuotiaisiin. Liikun- ta-alan yritysten rooli kasvaa, erityisesti naisilla, kun noin kolmasosa liikkuu niiden järjestämässä toiminnassa.

Liikemittaritulokset osoittivat, että lukiolaiset liikkui- vat keskimäärin vähemmän ja olivat paikallaan enem- män kuin perusopetuksen 15-vuotiaat. Myös mitatun liik- keen osalta iän myötä vähenevä suuntaus jatkuu pe- rusopetuksen jälkeen. Lukiolaisten päivittäisten askel- ten lukumäärä on pienin suomalaisissa alle 70-vuotiai- den kansallisissa väestötutkimuksissa mitattu tulos.

LIITU 2020 -tutkimuksessa selvitettiin ensimmäistä kertaa kattavilla aineistoilla lukion liikunnanopetuksen määriä ja lukiolaisten käsityksiä liikunnanopetuksesta. Keskimäärin lukiolaisilla on liikuntatunteja selvästi vä- hemmän kuin perusopetuksen yhdeksäsluokkalaisilla LIITU 2018 -tutkimuksen mukaan (Kokko ym. 2019). Tar- joamalla laadukasta liikunnanopetusta koko lukio-opin- tojen ajalle voidaan tukea lukiolaisten liikunta-aktiivi- suutta arjessa ja edistää heidän opiskelukykyään, joka on yhteydessä opintojen sujumiseen, hyvinvointiin ja tu- levaan työkykyyn (Lyyra, Pienisaari & Heikinaro-Johans- son 2021).

Liikkuminen versoo myönteisestä sosiaalisesta verkostosta

Tulokset vanhempien ja kavereiden liikunnallisesta tuesta viittaavat siihen, että kolmasosalla lukiolaisista puuttuu liikuntaa ja liikunnan harrastamista tukeva sosiaalinen verkosto. Tämä voi osaltaan selittää näiden nuorten matalampaa liikunta-aktiivisuutta. Osa nuorista elää sosiaalisissa suhteissa, joissa liikuntaa kohtaan ei jaeta yhteisiä arvostuksia ja liikkuminen ei näin kuulu näiden verkostojen käyttäytymiseen (Prochnow ym. 2020).


Toisaalta sosiaalisen verkoston jäsenten liikkumattomuus voi vahvistaa muiden siihen kuuluvien jäsenten liikkumattomuutta. Liikuntaa edistäviä toimia suunniteltaessa olisikin tärkeää, että tuettaisiin liikunnallista tukea tarjoavien sosiaalisten verkostojen ylläpitämistä ja syntymistä toisen asteen opiskelijoilla niin opinnoissa kuin myös vapaa-ajalla.

LIITU 2020 -tutkimustulosten tulkinnessa on tärkeää huomioda, että mittaukset tehtiin syksyllä 2020 koronapandemian aikaan. Tähän liittyvät rajoitustoimet vaikuttivat nuorten elämään monella tapaa, joten esitetyt tulokset eivät ole yleistettävissä lukiolaisten liikkumiseen yleensä. Kokonaiskuvan saamiseksi mittaukset on tärkeää toistaa muutaman vuoden kuluttua. Jatkossa nuorten liikkumista, paikallaanoloa ja unta on tärkeää seurata säännöllisin välein vertailukelpoisilla mittaus- ja analysointimenetelmillä, jotta vähitellen muodostuvien tutkimustulosten aikasarjojen avulla olisi mahdollista seurata nuorten liikuntakäyttytymisessä tapahtuvia muutoksia.

SAMI KOKKO, TtT

apulaisprofessori
liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
sami.p.kokko@juu.fi

Kirjoittajaryhmä: Leena Martin, Riikka Hämylä, Jari Villberg, Pauliina Husu, Anne-Mari Jussila, Kari Tokola, Henri Vähä-Ypyä, Tommi Vasankari, Sanna Palomäki, Nelli Lyyra, Pilvikki Heikinaro-Johansson, Arto Laukkanen, Elina Meklin, Pertti Huotari, Antti Laine, Mikko Salasuo, Pertti Matilainen

 <https://www.liikuntaneuvosto.fi/lausunnot-ja-julkaisut/>

LÄHTEET

Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J., Villberg, J. & Kokko, S. 2013. Hiipuva liikunta nuoruusiässä. Drop-off -ilmiön aikatrendejä ja kansainvälistä vertailua WHO-koululaistutkimuksen (HBSC-Study) aineistoilla 1986–2010. Terveystieteiden tutkimuskeskus, julkaisu 5. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Beets, M. W., Cardinal, B. J. & Alderman, B. L. 2010. Parental social support and the physical activity-related behaviors of Youth: a review. *Health Education & Behavior* 37 (5), 621–644.

Hakanen, T., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2019. Oikeus liikkua. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2018. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion liikuntaneuvosto, Valtion nuorisoneuvosto & Nuorisotutkimusverkosto. Helsinki.

Husu, P., Tokola K., Vähä-Ypyä, H., Sievänen, H., Suni, J., Heinonen, O., Heiskanen, J., Kaikkonen, K., Savonen, K., Kokko, S., Vasankari, T. 2021. Physical activity, sedentary behavior and time in bed among Finnish adults measured 24/7 by triaxial accelerometry. *Journal for*

the Measurement of Physical Behavior; Advance online publication. <https://doi.org/10.1123/jmpb.2020-0056>.

Kokko, S., Hämylä, R. & Martin, L. (toim.) 2021. Nuorten liikuntakäyttytyminen Suomessa – LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2021:1.

Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Ng, K., Mehtälä, A. 2019. Itsearviointi liikunta-aktiivisuus, ruutu aika ja sosiaalinen media sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa Kokko S. & Martin L. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttytyminen Suomessa, LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2019:1.

Kokko, S., Mehtälä, A., Villberg, J., Ng, K. & Hämylä, R. 2016. Itsearviointi liikunta-aktiivisuus, istuminen ja ruutu aika sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4.

Laine, A., Salasuo, M. & Matilainen, P. 2016. Arvot, syrjintä ja kiusaaminen. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4. Helsinki, 57–61.

Laukkanen, A., Niemistö, D., Finni, T., Cantell, M., Korhonen, E. & Sääkslahti, A. 2018. Correlates of physical activity parenting: The Skilled Kids study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 28 (12), 2691–2701

LOPS 2015. Lukion opetussuunnitelman perusteet. Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet 2015: 48.

Lyyra, N., Leskinen, E. & Heikinaro-Johansson, P. 2015. Factorial validity and reliability of the curricular goals in physical education questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 19(2), 69–79.

Lyyra, N., Pienisaari, L., & Heikinaro-Johansson, P. 2021. Tuki- ja liikuntaelämyksen toimintakyvyn edistäminen lukion liikuntatunneilla. *Fysioterapia-lehti*, 68(1), 40–44.

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021. Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:19.

Palomäki, S., Mehtälä, A., Huotari, P. & Kokko, S. 2016. Vanhempien ja kavereiden tuki lasten ja nuorten liikunnalle. Teoksessa Sami Kokko & Anette Mehtälä (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4.

Prochnow, T., Delgado, H., Patterson, M. S., Umstattd Meyer, M. R. 2020. Social Network Analysis in Child and Adolescent Physical Activity Research: A Systematic Literature Review. *Journal of Physical Activity and Health* 17 (2), 250–260.

Salasuo, M., Tarvainen, K. & Myllyniemi S. 2021. Nuorisoharrastamassa kulttuuria, taidetta ja mediaa: Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen tilasto-osa. Teoksessa M. Salasuo (toim.) Harrastamisen äärellä. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2021. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion nuorisoneuvosto & Nuorisotutkimusverkosto. Helsinki, 31–136.

UKK-instituutti 2019. Liikkumalla terveyttä – askel kerrallaan. Viikoittainen liikkumisen suositus 18–64-vuotiaille. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikuisten-liikkumisen-suositus/>.

Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., Husu, P., Mänttari, A., Vuorimaa, T., Suni, J., Sievänen, H. 2015. Validation of Cut-Points for Evaluating the Intensity of Physical Activity with Accelerometry-Based Mean Amplitude Deviation (MAD). *PloS One*, 10(8), e0134813. doi: 10.1371/journal.pone.0134813

Vähä-Ypyä, H., Husu, P., Suni, J., Vasankari, T., Sievänen, H. 2018. Reliable recognition of lying, sitting and standing with a waist-worn accelerometer. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(3), 1092–1102. doi: 10.1111/sms.13017

Yao, C. A. & Rhodes, R. E. 2015. Parental correlates in child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 12:10.



Kuva: Antero Aaltonen

Tuleeko hyvinvoinnista osa miehistä työn sankaruutta?

Terveyteen liittyvä tietotaito on monipuolistunut ja kaupallistunut, minkä seurauksena yksilöstä itsestään on tullut keskeinen elämäntapavalintojen tekijä. Oikeus, velvollisuus ja paineet huolehtia itsestä työelämässä kohdistuvat myös miehiin. Ruumiillinen ja henkinen suorituskyky nähdään kilpailuetuina, joihin miesten menestys työelämässä toistuvasti liitetään.

TYÖELÄMÄ YMMÄRRETÄÄN 2020-LUVUN ALUSSA sekä suorituskyky- ja ulkonäkövaatimusten että epämiellyttävien tunteiden ja tyytymättömyyden lähteenä. Itsehoiva ja itsestä välittäminen ovat tuotteistuneet, ja itsen kohdistuva huolenpito merkitsee entistä useammin kulutusvalintojen tekemistä (Davies 2015). Samanaikaisesti itsestä huolehtimista koskevia normeja tuotetaan esimerkiksi julkisessa keskustelussa, jossa yksilöitä motivoidaan ottamaan aiempaa enemmän vastuuta itsestään. Pyrkimyk-

sen taustalla vaikuttaa oletus heikentyvästä hyvinvointivaltiosta, joka ei enää jatkossa kykene kannattelemaan jokaista kansalaista vaikeiden aikojen yli.

Myös työnantajat ovat siirtyneet hyvinvointivaltion ohjaaman terveystalouden ja kansanterveysystävällisyyden toteuttajista markkinoilla toimiviksi kuluttajiksi. Työntekijöiden terveyden edistäminen on tuotteistettu koulutuksiksi ja valmennuksiksi, jotka työnantaja ostaa työpaikalle avaimet käteen -periaatteella. Lisääntynyt terveyspuhe tuot-

taa hyvinvointia koskevia toiveita ja normeja: hyvinvointi ja onnellisuus korkeaan samaistuvat suorituskykyyn, ja niiden ylläpitämisestä on tullut osa ammattilaisuutta. (Karjalainen 2018.)

Mieheys ja itsestä huolehtiminen eivät aina ole ongelmattomasti yhteensovitettavissa (Pietilä 2008). Suomalaisen miesten käsitys itsestään kunniallisina kansalaisina rakentui pitkään sisäsyntyisen voiman ja utteruuden osoituksista. Ruumiin vahingoittuminen työsuorituksissa on nähty myönteisessä valossa osoituksena siitä, että mies on priorisoinut työn itsensä edelle ja suorittanut käsilä olevat työtehtävät sulkien kivun ja kärsimyksen kokemukset työelämän ulkopuolelle (Kortteinen 1992). Tällainen miehenä olemisen tapa on kuitenkin joutunut kriisiin terveyden ja hyvinvoinnin astuessa osaksi palkkatyötä ja ammattilaisuutta, jotka ovat edelleen tärkeä osa monien miesten myönteistä itseymmärrystä. Tarkastelin väitöskirjassani yhtäältä sitä, kuinka miehet suhtautuvat ympäristönsä itsestä huolehtimista koskeviin normeihin ja toiseksi sitä, millaisia mieheyden ja itsestä huolehtimisen välisiä yhteyksiä esiintyy suomalaisissa mediassa.

Miesten toimijuus: valintoja ja vastarintaa

Miestutkimus on tähän saakka ollut kiinnostunut erityisesti miesten välisestä kilpailusta ja miesten välisistä hierarkioista heidän toimintansa selittäjinä (esim. Connell 2012; Courtenay 2000). Tutkimuksessani osallistuin miesten terveyskäyttäytymistä koskevaan keskusteluun tarkastelemalla miehiä vallankäytön kohteina sekä kokevina olentoina, joilla on tunteita ja jotka harjoittavat aktiivista toimijuutta suhteessa heihin kohdistuvaan viestintään ja normatiiviseen puheeseen.

Työelämän tutkimuksessa on esitetty, että terveyspuhe ja terveyteen kohdistuva hienovaraisen vallankäyttö läpäisee nykyiset työorganisaatiot (Amsterdam & Eck 2019). Miesten haastattelupuhe, joka koski työpaikkojen terveyttä edistäviä hankkeita ja koko kaupallistuneiden terveys tuotteiden tarjontaa, sisälsi sekä itseä hyödyttävien valintojen mahdollisuuden tunnistamista että kriittistä vastarintaa. Terveys ja hyvinvointi ovat miehiä kiinnostavia puheenaiheita ja määrittyvät myönteisiksi suhteessa käsityksiin ja muistoihin, joissa menneisyyden työelämä näyttää nykyistä pakkotahtisempaan ja kuluttavampaan. Miehillä mahdollistuu kokemus perinteisestä maskuliinisuudesta parantumiseen. Siinä miehille ominaiseksi katsottu tapa laiminlyödä omaa terveyttä ja uhrata itsensä työlle ymmärretään Suomen kansallisesta historiasta kumpuaviksi hyödyttömiksi jäänteiksi.

Vaikka haastatellut miehet kokivatkin, että miehinä heille sallitaan aiempaa enemmän ennen feminiiniseksi miellettyjä tunteita, ajatuksia ja tekoja, he eivät silti kokeneet työelämää normeista ja paineista vapaaksi toimintaympäristöksi. Hyvinvoinnin kokemisen ja ilmaisemisen sekä esimerkiksi työpaikalla tapahtuvan liikunnan koettiin toisinaan muodostuvan mahdollisuuden sijaan pakoksi. Samalla työelämän lisääntyneeseen terveyspuheeseen liitettiin kielteinen mahdollisuus työnantajien pinnalliseen yhteiskuntavastuuseen, joka peittää alleen työyhteisössä piileviä rakenteellisia ongelmia.

Miten tein tutkimuksen?

Väitöskirja koostuu viidestä artikkelista ja yhteenveto-osasta. Artikkelien I ja II konteksti on jälkiteollistunut suomalainen työelämä, jossa miesten työmahdollisuudet sijaitsevat entistä enemmän tieto-, hoiva- ja palvelutyössä. Aineisto koostuu 18 teema-haastattelusta, jotka kokosin pääkaupunkiseudulla vuosina 2017–2018 media-alalta (n = 7), sosiaali- ja terveysalalta (n = 7) sekä logistiikasta (n = 4). Tähtäsin aineistonhankinnassa edustavuuteen rajaamalla aineistonhankintani kolmeen alaan, joissa vaadittu koulutustaso ja työn tuottama rasitus poikkeavat toisistaan. Lisäksi pyrin moninaisuuteen haastateltavien iän, etnisen taustan ja esimerkiksi seksuaalisen identiteetin osalta.

Artikkelissa III tarkastelen syömishäiriöön sairastuneiden miesten elämäkerrallista puhetta. Aineisto koostuu kuudesta teemahaastattelusta, jotka tein keväällä 2015. Syömishäiriöön liittynyttä ruumiin muokkaamista tarkasteltiin väitöskirjassani itsestä huolehtimisena, joka vastaa työelämän ruumiillista toimintakykyä ja stressinsietokykyä koskeviin vaatimuksiin. Haastateltavien mediaani-ikä oli 40 vuotta ja he olivat valkoisia, syntyperäisiä suomalaisia. Kolmessa ensimmäisessä artikkelissa haastateltua aineistoa on analysoitu temaattisesti.

Artikkeleissa IV ja V tarkastelen media-aineistoa, joka koottiin 1.1.2016–30.4.2016 työelämän tasa-arvoa tarkastelleessa *WeAll*-hankkeessa (Suomen Akatemian Strategisen rahoitusohjelma 2015–2020, hankenumero 292883). Artikkelin IV aineisto koostuu 30 henkilöhaastattelusta, joiden päähenkilö on mies, joka huolehtii itsestään, hyvinvoinnistaan ja terveydestään työelämässä. Artikkelissa V tarkastelen 25 tekstiä, esimerkiksi uutisia, mielipidekirjoituksia, henkilöhaastatteluja ja kolumneja, jotka käsittelevät sitä, kuinka pojat ja nuoret miehet huolehtivat itsestään ja kuinka heidän tulisi huolehtia itsestään voidakseen paremmin menestyä opinnoissa ja työelämässä. Hyödynsin media-aineiston tarkastelussa diskurssianalyysiä.

Median muuttuva mieskuva

Media käsittelee työhön liittyvää itsestä huolehtimista tavalla, joka uusintaa miesten ja palkkatyön välistä pitkäkestoista diskursiivista yhteyttä. Itsestä huolehtimista, joka tähtää suorituskykyyn ylläpitämiseen tai kasvattamiseen, arvioidaan myönteisesti. Henkilökohtainen hyvinvointi on teksteissä alisteista työn tuottavuudelle.

Teollistumisesta johtuneen miesten ja naisten elinpiirien eriytymisen sekä erityisesti lisääntyneen yritystoiminnan myötä miehiä koskevien kertomusten ja myytien sisältö alkoi muuttua 1960-luvun alussa. Sodasta ja maanpuolustuksesta ammentavat miessankareiden kuvat ovat osin korvautuneet palkkatyössä menestyvien miessankareiden kuvilla (Whitehead 2002). Tämä muutos on tapahtunut myös Suomessa erityisesti 1960-luvun jälkeen

Median ja työpaikkojen hyvinvointi- ja terveyspuheen ihannekansalainen huoltaa mieltään, hyvinvointiaan, terveyttään ja itseään työtehon ja työn tuottavuuden lisäämiseksi ja ylläpitämiseksi.

(Jokinen 2019). Esitän, että itsestä huolehtiminen on liittynyt osaksi miehiin liitettyä sankaruutta työelämässä. Henkilökohtainen terveys ja erityisesti sekä ruumiillinen että henkinen suorituskyky nähdään kilpailuetuina, joihin miesten menestys työelämässä toistuvasti liitetään. Miesten sankaruutta työelämässä rakentavia henkilökohtaisia ominaisuuksia ovat perinteisesti olleet ammatillaisuus, luovuus, ahkeruus ja sitkeys. Media näkee näitä ominaisuuksia myös siinä, että miehet ovat valmiita uhraamaan vapaa-aikaansa ja henkilökohtaisia resurssejaan oman terveytensä vaalimiseen.

Sankarimyyttien ohella toinen keskeinen poikia ja miehiä koskeva puhetapa on 1980-luvulta asti ollut huoli poikien huonosta koulumenestyksestä ja miesten vaarasta syrjäytyä (Lahelma 2014). Lisäksi pojille ominaisten mielenkiinnon kohteiden, kuten tietokonepelien, on katsottu passivoivan poikia ja heikentävän heidän ruumiillista kuntoaan: varusmiesten on katsottu jatkuvasti pehmentyvän (Ojajärvi 2015). Median puheenvuoroissa esitetään toive siitä, että itsestä huolehtimista voisi opettaa: kaikenkattavan valvonnan ja kurin sijaan yksilöt tulisi kasvattaa itse huolehtimaan omasta ruumiillisesta terveydestään, tarkastelemaan omia tottumuksiaan kriittisesti ja korjaamaan itseään työelämän vaatimustason muuttuessa.

Uusi uljas mies?

Median ja työpaikkojen hyvinvointi- ja terveyspuheessa ilmenevä ihannekansalainen huoltaa mieltään, hyvinvointiaan, terveyttään ja itseään työtehon ja työn tuottavuuden lisäämiseksi ja ylläpitämiseksi. Tämä liittyy itsestä huolehtimisen luontevaksi osaksi miehiin liittyvää työn sankaruutta: työelämän vaatimustason nousu pakottaa yksilöt huoltamaan terveyttään ja siksi itsehoiva kuuluu myös uskottavan miesammattilaisen työkalupakkiin.

Joillekin haastattelemilleni miehille tämä näyttyy mielekkäänä mahdollisuutena sekä osallistua sisällöllisesti aiempaa mielekkäämpään ja rationaalisemmin organisoituun työelämään. Tämä myönteinen itseyymmärrys ei kuitenkaan ole mahdollista kaikille miehille. Miesten välinen eriarvoisuus työelämässä ilmenee myös terveyttä ja hyvinvointia koskevassa puheessa. Kun työn sisältö koetaan kuluttavana tai työorganisaatio byrokraattisena ja hierarkkisena, hyvinvointia koskeva puhe hahmottuu käskynä voida hyvin. Tällöin hyvinvoinnin edistämistä koskevat projektit näyttävät uusina velvollisuuksina ja uudenlaisena mahdollisuutena ohittaa työntekijöiden kokemukset työyhteisön epäkohdista.

Tutkimukseni osallistuu myös keskusteluun terveyttä koskevan yksilön vastuun kasvun kouriintuntuvista, ruumiillisista seurauksista. Hyvinvointi, terveys ja suorituskyky toimintaa ohjaavina ihanteina voivat myös johtaa

itsen hellimiseen tavoilla, jotka kuluttavat ruumista. Eryteisesti freelance-työlle tyypillinen vastuu itsestä ja omasta toimintakyvystä vailla ulkoista apua ja ohjausta saattaa johtaa terapeuttisen itsetutkiskelun, oivallusten ja uusien elämäntapavalintojen sijaan päihteiden ja ruuan käyttöön täsmälääkkeenä ahdistukseen.

HENRI HYVÖNEN, FT

postdoc-tutkija (Työsuojelurahasto 200493)

Sukupuolentutkimus

Helsingin yliopisto

Artikkeli perustuu Henri Hyvösen väitöskirjaan *Men, Work, and Care of the Self: Hybrid Masculinities in Finnish Working Life*, joka tarkastettiin Helsingin yliopiston humanistisessa tiedekunnassa 19.3.2021. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-6939-6>

LÄHTEET

Amsterdam, N. & Eck, D. 2019. "I Have to Go the Extra Mile": How Fat Female Employees Manage Their Stigmatized Identity at Work. *Scandinavian Journal of Management* 35 (1), 46–55.

Courtenay, W. 2000. Constructions of Masculinity and Their Influence on Men's Well-being: A Theory of Gender and Health. *Social Science & Medicine* 50 (10), 1385–1401.

Connell, R. 2012. Gender, Health and Theory: Conceptualizing the Issue, in Local and World Perspective. *Social Science & Medicine* 74 (11), 1675–1683.

Davies, W. 2015. *The Happiness Industry: How Government and Big Business Sold Us Well-Being*. London: Verso.

Jokinen, A. 2019. *Isänmaan miehet: Maskuliinisuus, kansakunta ja väkivalta suomalaisessa sotakirjallisuudessa*. Tampere: Vastapaino.

Karjalainen, M. 2018. Uushenkinen työ: Mindfulness jälki-maallistumisen, uusliberalismin ja työn hämärtyvien rajojen risteyksessä. *Elore* 25 (1), 107–129.

Kortteinen, M. 1992. *Kunnian kenttä: Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona*. Helsinki: Hanki ja jää.

Lahelma, E. 2014. Troubling Discourses on Gender and Education. *Educational Research* 56 (2), 171–183.

Ojajärvi, A. 2015. *Terve sotilas! Etnografinen tutkimus varusmiesten terveystajusta sosiaalisena ilmiönä*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.

Pietilä, I. 2008. *Between Rocks and Hard Places: Ideological Dilemmas in Men's Talk About Health and Gender*. Tampere: Tampere University Press.

Whitehead, S. 2002. *Men and Masculinities: Key Themes and New Directions*. Cambridge: Polity Press.

Väitöskirjaa Kanadan malliin

Opiskelen tohtorikoulutettavana toista vuotani Calgaryn yliopiston kinesiologian laitoksella Kanadassa. Vaikka olenkin tutkijaurani alkutaipaleella, olen ehtinyt opiskella ja työskennellä useammassa yliopistossa ennen tänne tuloani. Olen saanut tarkastella kolmen maan käytäntöjä opiskelijan ja tutkimusassistentin näkökulmasta.

SUORITIN KAKSI MAISTERINTUTKINTOANI Helsingin ja Jyväskylän yliopistoissa, jonka jälkeen muutin Irlantiin ja työskentelin 2,5 vuotta tutkimusassistenttina liikuntafysiologian parissa Limerickin yliopistossa. Pitkän haun jälkeen omalta tuntuva väitöskirjapaikka löytyi kuitenkin Calgarysta, ja on vaikea kuvitella paremmin sopivaa paikkaa omien tutkimusintressieni osalta. Väitöskirjani käsittelee hapenkuljetuksen ja erityisesti hemoglobiinimassan adaptaatiomekanismeja sekä sen merkitystä submaksimaalisessa kestävyysuorituskyvyssä.

Calgaryn yliopistolla on tunnetusti pitkät perinteet liikuntatieteissä. Liikuntaa ja urheilua myös arvostetaan korkealle ja yliopistourheilu on suuressa roolissa kampusella. Kinesiologian laitoksen yhteydessä on muun muassa uimahalli, pikaluistelurata, kaksi sisäjuoksurataa, kuntosalit, kiipeilyseinä, koripalloareena ja monia muita tiloja pienemmille lajeille.

Jääkiekko ja kanadalainen jalkapallo ovat suosittuja joukkuelajeja ja suurta viihdettä paikallisille, vaikka jälkimmäisen viehäytys ei allekirjoittaneelle oikein aukea! NHL-jääkiekko onkin sitten parempaa viihdettä ja Calgary Flames tietysti vetää kaupungin areenan täyteen. Kalliovuoret siintävät kivenheiton päässä, joten talviurheilulajit, hiihto ja vaellus ovat myös melkein jokaisen harrastuslistalla.

Villin luonnon ja uusien vapaa-ajan aktiviteettien sijan tutkimus- ja opetuspuoli onkin tutumpi maailma. Yrittäjäni pitkään miettiä, mitä olennaisia eroja Suomen, Irlannin ja Kanadan välillä akateemiselta puolelta voisi löytää, mutta totta puhuen se on vaikea tehtävä. Olisiko yliopistomaailma perusytimeltään melko samanlainen ympäristö kaikkialla? Esimeriksi erot eri tutkimusryhmien henkilöstön ja resurssien välillä tuntuisivat olevan suurempia yliopistojen sisällä kuin niiden välillä.

Tämä tuntuu pätevän ainakin, kun vertaillaan maita, joissa yhteiskuntarakenteen ja koulutusjärjestelmä on samankaltainen. Joitakin eroja toki on, joten tässä muutama poiminta. Eräs ero tohtorikoulutuksen osalta Kanadan ja Suomen välillä on sen rahoitusmalli. Suomessa rahoitus on yleensä yksinkertaisempi, eli väitöskirjatutkija on yliopiston palkkalistalla ja nauttii normaaleista työntehtävien eduista ja velvollisuuksista. Opettaminen kuuluu osana työnkuvaan ja lukukausimaksuja ei käytännössä ole.

Kanadassa väitöskirjaopiskelija sen sijaan saa apurahaa, joka on niukka mutta verovapaa, suuruusluokaltaan 25 000 Kanadan dollaria vuodessa. Sen ohella opetukselta maksetaan erikseen normaalia palkkaa, joten bruttotuloja on mahdollista kasvattaa opettamalla perustutkintolaisia. Myös maisterintutkintoa suorittavat voivat toimia täällä opetusapulaisina, sillä he ovat jatko-opiskelijoita, toisin kuin Suomessa. Sekä maisterin- että tohtorintutkintoon kuuluu yliopistossamme vain opintopisteen verran teoriaopintoja, ja ohjelmat ovat muuten hyvin tutkimuspainotteisia.

Opetuksen sisältö ja opiskelijoiden arviointi on täällä varsin tarkoin säädelty, joten kurssiarvosanan määräytyminen ja kokeiden vaatimukset ovat selkeästi eritelty jo ennen kurssin alkua reilun kohtelun takaamiseksi. Tämä aiheuttaa opettajalle lisätyötä kurssin suunnittelussa mutta toisaalta helpottaa arviointia. Suomessa esseemuotoisen tentin arvosteluperusteet ovat usein hämärän peitossa opiskelijalle, ja siltä vältytään Kanadan systeemissä.

Kansainväliseltä opiskelijalta lukukausimaksut nielaisevat apurahasta puolet, mikä tuntuu suomalaisesta paljolta, mutta opiskelu on Yhdysvaltoihin verrattuna halpaa. Lukukausimaksuista osan voi lisäksi anoa takaisin veronpalautuksina, mutta verot täytyy täällä raportoida itse. Pakollisen kandidaattikokeen läpäisyn jälkeen maksut putoavat neljännekseen. Tämän suullisen ja kirjallisen osuuden sisältävän kokeen voi suorittaa reilun vuoden opintojen jälkeen, kuten itse tein: taloudelliset houkuttimet auttavat kiirehtimään opinnoissa! Normaalin laitoksen tarjoaman stipendin ohella lisärahoitusta voi ja pitää hakea vuosittain erilaisista valtakunnallisista ja provinssin sisäisistä apurahasäätiöistä.

Kanadalaisten kanssa työskentely on mutkatonta ja pohjoiseurooppalaiseen täsmällisyyteen tottuneelle luontevaa – asiat hoituvat sovittuun kellonaikaan eivätkä kokoukset veny ylipitkiksi. Titteleitä käytetään harvoin edes virallisemmissa sähköposteissa, toisin kuin etelänaapurissa, jossa akateeminen etiketti vaatii jäykempää kielenkäyttöä. Stereotypia kanadalaisten ystävällisyydestä ja tuttavallisesta kohteliaisuudesta kyllä pitää paikkansa, joten small talkia on harrastettava hississä ja luontopolulla.

Yliopistolla akateeminen vapaus näkyy siinä missä Suomessakin, eli työaikoja ei juuri seurata ja jokainen tekee



Kuva: Hilkka Kontron kotialbumi

työtään oman rytmensä mukaan – mutta amerikkalaista kellon ympäri työskentelyä ei juuri ihannoita, vaan kahdeksasta neljään on tyypillinen työpäivä perheellisille professoreille. Viikonloppuisin kampuksella on mukavan hiljaisinta, ja vain jatko-opiskelijat valuvat toimistoihinsa kirjoittamaan.

Koronaviruspandemia sulki yliopiston ovet moneksi kuukaudeksi vuoden 2020 aikana, mutta Albertan provinssi on ottanut rajoitusten suhteen kevyemmän linjan kuin moni muu, hyvässä ja pahassa. Albertan konservatiivihallitus on koko epidemian aikana rajoittanut yksilönvapauksia niin vähän kuin mahdollista. Me jatko-opiskelijat olemme päässeet takaisin laboratorioihimme keräämään aineistoa jo viime syyskuusta lähtien, mikä on ollut siunaus tutkimuksen etenemisen kannalta. Ainostaan kaksi liikuntafysiologian laboratoriota pysyi auki syksyn 2020 aikana koko Kanadassa. Toisaalta koronaa on ollut yliopistolla runsaasti; useamman kerran viikossa saamme tilannetiedotteen uusista tapauksista kampuksella ja mahdollisista altistustilanteista.

Vaikka kuntotestauslabrassa on tiukat ohjeet testattavien ja tutkijoiden suojaamiseksi, on koko henkilöstön altistumisriski melko suuri, jos virus pääsee tiloihin. Kehtään ei pakoteta töihin, mutta melkein kaikki opiskelijat

Painetta aiheuttaa yhden vastaväittäjän sijaan kokonainen paneeli kuulustelijoita, joista jokainen haastaa tohtorikokelaan omalla vuorollaan.

haluavat jatkaa datankeruutaan riskistä huolimatta. Rajoitusten noudattaminen ja laboratorioiden auditointi aiheuttavat lisästressiä sekä opiskelijoille että ohjaajille. Mutta epidemia aiheuttaa joka tapauksessa stressiä, joten puremme hammasta ja odotamme rokotuksia, joita henkilöstö on nyt alkanut saada. Kanadan ilmainen terveydenhuolto kattaa onneksi ulkomaiset opiskelijat.

Väitöstilaisuudet täkäläisittäin ovat varsin arkisia Suomen juhlatilaisuuksiin verrattuna. Painetta toisaalta aiheuttaa yhden vastaväittäjän sijaan kokonainen paneeli kuulustelijoita, joista jokainen haastaa tohtorikokelaan omalla vuorollaan. Kandidaattikoe on formaatiltaan samanlainen ja onkin hyvää harjoitusta väitöskoitokseen. Ehkä seuraavat viimeiset kaksi vuotta opinnoistani sujuvat hieman normaalimmissa merkeissä ja pääsen puolustamaan tuloksiani livenä Zoomin sijasta – perinteisiä väitöstilaisuuksia ei ole vuoteen järjestetty. Sitä odotellessa on hyvä käydä viikonloppuisin hengittämässä vuoristoilmaa 2000–3000 metrin korkeudessa!

HILKKA KONTRO

PhD Researcher
University of Calgary
hilkka.kontro@ucalgary.ca

Yhteiskuntatieteet

ANNA-LIISA OJALA

anna-liisa.ojala@jamk.fi

Urheilusponsorointi ei välttämättä muuta yrityksen toimintaa kestäväksi

URHEILU ON YLEENSÄ YHTEISKUNNISSA suosittua, joten sen varjolla voidaan toteuttaa toimia, jotka eivät kestä päivänvaloa. Kanadassa kaivosyhtiö Rio Tinto on käyttänyt urheilupalveluiden sponsorointia viherpesunsa välineenä maan alkuperäisväestön asuinalueella.

Rob Millington tutkimusryhmineen tarkasteli urheilun hyödyntämistä Rio Tinton ympäristö- ja kestävyysohjelmissa Kanadan pohjoisen alueen alkuperäisväestön keskuudessa. Aineistona olivat Kanadan suurimman kaivosyrityksen kestävä kehityksen julkiset asiakirjat ja julistukset vuosilta 2012–2017. Analysoimalla aineistoa kriittisen diskurssianalyysin välinein Millington ryhmineen tutki, kuinka Rio Tinto käyttää urheilun ja kaupallisen kestävä kehityksen yhdistelmää edistäessään omaa kestävä kehityksen agendaansa Kanadan alkuperäisväestön parissa.

Rio Tinto on kansainvälinen kaivosyritys, joka toimii hyvin aktiivisesti Kanadan alkuperäisväestön alueella. Yritys on julistanut olevansa kaupallisen kestävä kehi-

tyksen ykköstoimija sekä alkuperäisväestön oikeuksien että korkealaatuisten ympäristöstandardien näkökulmista. Samalla kun Rio Tinto sponsoroi urheiluseuroja ja -tapahtumia kehittämiensä urheilu- ja vapaa-aikaohjelmien kautta, se julistaa niiden tarjoavan alustan kestäväälle sosiaaliselle muutokselle. Urheilua tukemalla yritys viestii valmiudestaan korvata aiheuttamia haittoja paikallisille yhteisöille.

Kun huomiota suunnataan yhteisön kestävään kehittämiseen, niin yrityksen varsinaisen toiminta jää sivuun valokeilasta. Urheilun ja vapaa-ajan sponsoroinnista tulee keino, jolla yritys saa kirjoittamattoman oikeuden toimia yhteisössä ja alueella, vaikka sen ohjelmat eivät välttämättä edistä aitoa kestävyttä. Yritykset myös olettavat kestävyysohjelmissaan automaattisesti yhteisöjen kaipaavan ulkopuolista kehitystyötä.

LÄHDE

Millington, Rob; Giles, Audrey R.: Luijk, Nicolien van ja Hayhurst, Lyndsay M. C. (2021, verkossa). Sport for sustainability? The extractives industry, sport, and sustainable development. Journal of Sport and Social Issues. DOI 10.1177/0193723521991413



Feeding the fire and paying the water is very important.

Kuvakaappaus Rio Tinton Diavikin timanttikaivosalueen sosiaalista työtä esittelevältä videolta.

Passi antaa kansalaisuuden, mutta ei tee korealaiseksi

MONET VALTIOT JOUSTAVAT kansalaisuuskäytännöissään saadakseen kansainvälisille areenoille menestyjiä. Etelä-Korea kuuluu urheilun perusteella kansalaisuuksia nopeutetusti myöntäneisiin maihin. Vaikka passin voi saada pikavauhtia, niin tie korealaiseksi on pitkä.

Yeomi Choi tarkastelee kansalaisuutta kenialaissyntyisen, sittemmin eteläkorealaistuneen maratoonarin, **Wilson Loyanae Erupen** elämän ja uran kautta. Choi on tutkinut media-aineistojen sekä Etelä-Korean valtion asiakirjojen pohjalta kansalaisuuden rakentumista urheilijuu-teen tukeutuen. Etelä-Korea on vuodesta 2011 myöntänyt kansalaisuuksia talouden, tieteen, taiteen ja urheilun taitajille. Prosessia kutsutaan Etelä-Koreassa luonnollistamiseksi [naturalization].

Urheilijoille kansalaisuuksia on myönnetty enemmän kuin muilla aloilla. Vuoden 2018 talviolympialaisissa yli kymmenen prosenttia Etelä-Koreaa edustaneista urheilijoista oli käynyt läpi luonnollistamisprosessin.

Erupen kansalaisuus on herättänyt mediakeskustelua ennen muuta kahdesta teemasta. Ensinnäkin urheilijoiden rekrytointia Etelä-Korean menestystä varten ei ole koettu olympiahengen mukaiseksi tai maan omaa urheilujärjestelmää kehittäväksi. Toiseksi korealaistuneita urheilijoita ei ole koettu aidoiksi korealaisiksi. Korealaisuus perustuu yhä myyttiselle ajatukselle, jonka mukaan korealaiset ovat yhtä rotua ja kansaa. Korealaiset kantavat myös miehitetyn maan taakkaa tarinoissaan, ja urheilu on ollut heille keino rakentaa kansallidentiteettiä ja omia rajoja.

Hegemonisesta korealaissäilytyksestä ulkoisesti poikkeavan Erupen tummaihoisuus, heimotausta sekä vailinainen korean taito on nostettu mediassa esiin seikkoina, jotka estävät alkuperäisten korealaisten samaistumista Erupen menestykseen. Lisäksi kirjoitukset Erupesta ja muista urheilijoista paljastavat, että ulkomaalaistaustaiset urheilijat hyväksytään helpommin korealaisiksi, mikäli he ovat sattuneet syntymään Etelä-Koreassa.

Choin mukaan eronteilla muodostettu kansalaisuuskäsitys hankaloittaa uusien korealaisten sisäänpääsyä osaksi kuviteltua yhteisöä huolimatta siitä, että valtio virallisesti hyväksyisi ihmisen kansalaisuuden. Vaikka nykyaikaa on aiemmissa tutkimuksissa nimitetty monikansalliseksi aikakaudeksi, ovat urheilijuu-teen liittyvät kansalaisuuskysymykset yhä perin joustamattomia. Choin mukaan Erupen jäsenyys kuvitellussa yhteisössä ei ole virallisesta kansalaisuudesta huolimatta vieläkään toteutunut. Nimensä korealaiseksi muuttaneenakin **Oh Jo-**

han joutuu yhä monien muiden muuttajien tapaan todistamaan kansalaisuuttaan läpi elämän kelvataksaan uusille maanmiehilleen.

LÄHDE

Choi, Yeomi (2020) Running for Korea: Rethinking of sport migration and in/flexible citizenship. *International Review for the Sociology of Sport* 55(3), 361–379. DOI 10.1177/1012690218807364

Ongelmapelaamisella yhteys otteluiden reaaliaikaiseen seuraamiseen

INTENSIIVISESTI URHEILUA SEURAAVILLA on suurempi todennäköisyys kehittyä peliongelmaisiksi kuin sitä vähemmän intohimoisesti seuraavilla. Kiihkeä uppoutuminen otteluihin ja peliongelmaisuus ovat yhteydessä myös muihin riskikäyttäytymisen muotoihin, kuten alkoholin liikakäyttöön ja huonoihin ruokailutottumuksiin.

Hibai Lopez-Gonzales, Mark D. Griffiths ja Ana Estévez tutkivat ongelmapelaamisen ja otteluiden aikaisen vedonlyönnin yhteyttä verkkokyselyllä Espanjassa. Noin 650 ihmisen vastausten perusteella he tarkastelivat, kuinka reaaliaikainen pelien seuraaminen vaikutti vedonlyöntiin sekä muuhun mahdolliseen riskikäyttäytymiseen, kuten alkoholinjuontiin ja liialliseen pikaruokan syöntiin. Mitaristoa muodostettaessa hyödynnettiin monia aiemmin kehitettyjä malleja, kuten The motivation scale for sport consumption (MSSC) ja Problem gambling severity index (PGSI). Vastajista 75 prosenttia oli miehiä.

Ongelmapelaamisella ja sitoutuneella urheilun seuraamisella oli tulosten mukaan vahva yhteys. Lisäksi ongelmapelaamisella ja otteluiden reaaliaikaisella katsomisella oli vahva yhteys muihin riskikäyttäytymisen muotoihin. Tutkijat kuitenkin muistuttivat, ettei tulosten perusteella pystytä nimeämään kausaalisuhdetta.

Tulosten perusteella voi kuitenkin sanoa, että intensiivisesti urheilua seuraavien todennäköisyys olla myös ongelmapelaaja on kasvanut. Tutkimuksen pohjalta voi myös kysyä, ovatko sekä urheilun intensiivinen seuraaminen että vedonlyönti mekanismeja, joilla ihmiset pyrkivät pakenemaan muita stressitekijöitä elämässään.

LÄHDE

Lopez-Gonzales, Hibai; Griffiths, Mark D. ja Estévez, Ana (2020). In-play betting, sport broadcasts, and gambling severity: a survey study of Spanish sports bettors on the risk of betting on sport while watching it. *Communication & Sport* 8(1), 50–71. DOI: 10.1177/2167479518816338

Psykologia

HANNA-MARI TOIVONEN

hanna-mari.h-m.toivonen@jyu.fi

Miten tukea valmentajia ja muita toimijoita huippu-urheilussa?

TEHOKAS ORGANISAATIOKULTTUURI, työntekijät huomioivat johtajat sekä laadukas sosiaalinen tuki suojelevat ja edistävät huippu-urheiluvalmentajien ja muiden huippu-urheilutoimijoiden hyvinvointia ja mielenterveyttä. Äkillinen työkuorman kasvu, kilpailujen jälkeinen tyhjyyden tunne sekä eristyneisyyden tunne puolestaan ovat riskitekijöitä, jotka heikentävät valmentajien ja muiden toimijoiden hyvinvointia ja mielenterveyttä.

Hill tutkimusryhmineen haastatteli yksittäin tai ryhmässä 11:tä huippu-urheilun parissa työskentelevää laji-valmentajaa tai muuta toimijaa, kuten fysiikkavalmentajaa, ravintovalmentajaa, fysioterapeuttia, analyyttikkoa ja urheilupsykologia. Tutkimuksessa selvitettiin huippu-urheiluvalmentajien ja muiden huippu-urheilutoimijoiden hyvinvointia ja mielenterveyttä edistäviä ja alentavia tekijöitä.

Tehokas organisaatiokulttuuri, joka piti sisällään selkeän vision, yhteenkuuluvuuden tunteen sekä yhtä aikaa haastavan ja kannustavan ympäristön, koettiin hyvinvointia ja mielenterveyttä ylläpitäväksi ja edistäväksi. Johtajat, jotka loivat hyvän työympäristön yhteisen vision, selkeiden odotusten, helposti lähestyttävän ja joustavan johtajuustyylin sekä työntekijöiden arvostamisen ja osallistamisen kautta, tukivat toimijoiden hyvinvointia ja mielenterveyttä. Tärkeäksi koettiin lisäksi virallinen sosiaalinen tuki, kuten mentorit, vertaiset ja esimiehet. Yhtä lailla merkittävä oli esimerkiksi perheen ja ystävien antama epävirallinen sosiaalinen tuki.

Urheilijoiden kanssa työskentelyä pidettiin työläänä, mutta työtaakkaa odotettuna ja hallittavana. Aika ajoin työkuorman nähtiin kuitenkin lisääntyvän merkittävästi akuuttien vaatimusten, resurssien kohdentamisen, uusien kokemattomien työntekijöiden, jatkuvasti tavoitettavissa olemisen sekä isojen tapahtumien ja kilpailuiden johdosta. Etenkin akuutti työtaakan kasvu heikensi hyvinvointia ja mielenterveyttä, jolloin lisäresursseille ja -tuelle olisi ollut tarvetta.

Myös paluuta arkeen suurkilpailuiden, kuten olympialaisten, jälkeen pidettiin vaikeana ja hyvinvointia ja mielenterveyttä heikentävänä. Haastateltavat kuvailivat esimerkiksi tarkoituksen ja innostuksen puuttuvan arjestaan töihinpaluun jälkeen. Psykologiselle tuelle olisi siis tarvetta kilpailuiden jälkeen. Lisäksi uudet tai yksinään toimivat työntekijät kokivat vähäisen ammatillisen keskustelun, kollegoiden välisen sosiaalisen kanssakäymisen niukkuuden ja henkilökohtaisista huolista keskustelun puutteen heikentävän hyvinvointiaan ja mielenterveyttään.

Tutkijoiden mukaan olisi siis hyvä ottaa systeeminen lähestymistapa huippu-urheiluvalmentajien ja muiden

huippu-urheilutoimijoiden hyvinvoinnin ja mielenterveyden tueksi. Toiminnassa olisi tunnistettava yksilötaso (toimijoiden taitojen kehittäminen), mikrotaso (sosiaaliset verkostot) ja organisaatiotaso (visio ja arvot).

LÄHDE

Hill, D. M., Brown, G., Lambert, T.-L., Mackintosh, K., Knight, C., & Gorczynski, P. (2021). Factors perceived to affect the wellbeing and mental health of coaches and practitioners working within elite sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. DOI: 10.1037/spy0000263

Ryhmäyttämiseen kannattaa panostaa

UUSIEN JÄSENTEN INTEGRAATIOPROSESSI, jota kutsutaan myös ryhmäyttämiseksi, on keskeinen keino optimaalisen sosiaalisen ympäristön luomisessa nuorten urheilussa. Chamberlain, Hall ja Benson osoittivat, että erityisesti valmentajalähtöisellä ryhmäyttämällä voitiin vaikuttaa myönteisesti pelaajien sosiaaliseen identiteettiin. Samalla myös joukkueen sosiaalinen- ja tehtäväkiinteys kehittyivät.

Tutkimukseen osallistui 202 kanadalaista jääkiekkoilijaa 15 eri juniorijoukkueesta. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää joukkueiden ryhmäyttämistapojen, pelaajien sosiaalisen identiteetin ja joukkueiden koheesion välisiä suhteita.



Kuva: Tomi Vastamäki

Ryhmäyttämistapoja tutkittiin tarkoitukseen kehityksellä mittarilla, joka validoitiin tutkimuksen yhteydessä. Mittaria täyttäessään pelaajat arvioivat esimerkiksi kokeneiden pelaajien tehtävään liittyvän tiedon jakamista uusille jäsenille, uusien jäsenten osallistamista sosiaalisiin aktiviteetteihin joukkueetasolla sekä valmentajien uusille pelaajille tarjoamaa yksilöllistä tietoa heidän roolistaan ja vastuistaan. Myös pelaajien sosiaalista identiteettiä ja pelaajien käsityksiä joukkueen kiinteydestä mitattiin itsearviointikyselyillä.

Ryhmäyttämistavoista pelaajien käsityksiä positiivisesta sosiaalisesta identiteetistä ja joukkueen kiinteydestä tukivat erityisesti kokeneempien ja uusien pelaajien välinen tehtävään liittyvän tiedon jakaminen, vuorovaikutus harjoitusten ja pelien ulkopuolella sekä keskustelu rooleista valmentajien kanssa.

Uuden jäsenen liittyminen joukkueeseen on sopiva hetki muokata ja vahvistaa joukkueen identiteettiä, normeja ja kulttuuria. Tutkijat osoittivat uusien jäsenten integraation vaikuttavan pelaajien sosiaaliseen identiteettiin ja joukkueen kiinteyteen.

LÄHDE

Chamberlain, J. J., Hall, C. R., & Benson, A. J. (2021). How team socialization processes relate to youth ice hockey players' social identity strength and cohesion. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. DOI: 10.1037/spy0000262

Paineensietoa kehittämällä voi edistää päätöksentekoa ja suoritusta

PAINEENSJETOKYKYÄ TESTAAVAN TEHTÄVÄN, sitä käsittelevien työpajojen ja päiväkirjan yhdistelmä voi auttaa jalkapallon akatemiapelaajia suoriutumaan stressaavasta tilanteesta paremmin. Akatemiaympäristössä suoritettava ohjelma on kuitenkin rakennettava organisaation aikataulujen ehtoilla, jotta se voidaan toteuttaa. Eri ikäisten pelaajien kehitysvaiheet tulee myös huomioida.

Kentin ja tutkimusryhmän tutkimukseen osallistui 82 Englannin Valioliigajoukkueiden akatemioiden pelaavaa 11–18-vuotiasta jalkapalloilijaa, jotka suorittivat päätöksentekokykyä ja jalkapallotaitoa vaativan tehtävän. Suoritukset mitattiin ja tulokset asetettiin paremmuusjärjestykseen, ja julkaistiin osallistujille ulkoisen paineen luomiseksi. Osallistujat jaettiin sen jälkeen satunnaisesti interventio- ja kontrolliryhmiin.

Interventio-ryhmälle järjestettiin viikon välein kolme 30 minuutin työpajaa, jossa he kehittivät paineensietokykyään. Lisäksi he pitivät päiväkirjaa, jossa reflektoivat taitojaan. Kuusi viikkoa myöhemmin mukana pysyneet 68 pelaajaa tekivät uudelleen saman paineen alla suoritettavan tehtävän, ja 12 viikon seurannassa jäljellä olleet 26 pelaajaa toistivat tehtävän vielä kertaalleen. Osallistujien poisjäännit johtuivat pitkälti loukkaantumista, sairastumisista ja peliaikatauluista. Lopuksi 16:tta pelaajaa haastateltiin.

Paineensietokyvyn kehitysohjelma edisti päätöksentekokykyä ja suoritusta kaikilla ohjelmaan osallistuneilla iästä riippumatta. Päätöksentekokyky kehittyi erityisesti nuorimmalla ikäryhmällä (11–12-vuotiaat). Haastattelujen perusteella paineensietokykyä käsitelleet työpajat ja päiväkirja auttoivat pelaajia ymmärtämään ajatuksiaan ja sopeuttamaan niitä tilanteiden vaatimalla tavalla. Menetelmä auttoi myös ylläpitämään keskittymistä, mikä vahvisti päätöksentekokykyä.

Vanhemmissa ikäryhmissä, etenkin 17–18-vuotiaissa, kaikki pelaajat eivät kuitenkaan pitäneet työpajaa kovin hyödyllisenä, eivätkä suorittaneet pyydettyjä reflektointeja. Tutkijat uskovat, että osa pelaajista ei halunnut paljastaa omia epäonnistumisiaan, koska he pelkäsivät tuovansa esiin heikkouksia, jotka saattaisivat vaikuttaa heidän uraansa.

Suorituksen näkökulmasta interventio oli hyödyllisin 13–14 ja 17–18-vuotiaille, jotka pystyivät kehittämään merkittävästi suoritustaan. Tutkijoiden mukaan etenkin vanhimmilla osallistujilla painetta olisi kuitenkin voinut lisätä esimerkiksi ottamalla valmentaja mukaan palkitsemiseen tai kielteisen palautteen antamiseen.

LÄHDE

Kent, S., Devonport, T. J., Lane, A. M. & Nicholls, W. (2021). Implementing a pressure training program to improve decision-making and execution of skill among premier league academy soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*. DOI: 10.1080/10413200.2020.1868618

*Uuden jäsenen
liittyminen joukkueeseen
on sopiva hetki muokata
ja vahvistaa joukkueen
identiteettiä, normeja ja
kulttuuria.*

ARTO LAUKKANEN

arto.i.laukkanen@ju.fi

Onko koettu motorinen pätevyys todellisia liikuntataitoja tärkeämpää?

ESPANJAN VALENCIAN ALUEEN ala- ja yläkouluissa toteutettu tutkimus osoitti, että oppilaiden kokemus motorisesta pätevyydestä selitti merkittävästi (12 %) heidän liikuntamotivaatiotaan liikuntatunnilla. Sen sijaan oppilaiden todelliset mitatut liikuntataidot eivät sitä tehneet. Liikuntataidoiltaan itsensä heikoksi kokevilla koettu motorinen pätevyys selitti liikuntamotivaatiota keskimäärin enemmän kuin oppilailla, jotka kokivat itsensä liikuntataidoiltaan vahvoiksi.

Oppilaiden (n = 236, ikä 11–14 vuotta) liikuntataitoja mitattiin dynaamista koordinaatiota painottavalla testistöllä. Koettua motorista pätevyyttä selvitettiin oppilaiden itsearviolla siitä, kuinka hyväksi he kokevat itsensä 13:ssa eri liikkumisen perustaidossa. Motivaatiota arvioitiin käyttämällä valdoidua kyselyä liikkumisen omaehtoisesta motivaatiosta liikuntatunnilla.

Liikuntataitojen opettaminen sekä liikunnallisen elämäntavan ja myönteisen minäkuvan kehittymisen tukeminen kuuluvat liikunnanopetuksen keskeisiin tavoitteisiin ala- ja yläkouluissa. Tutkimus tukee käsitystä, että varhaismurrosikäisten nuorten omaehtoista liikuntamotivaatiota liikuntatunneilla voidaan vahvistaa ennen kaikkea tukemalla luottamusta omiin liikuntataitoihin. On olennaista tiedostaa, että liikuntataitojen ja koetun pätevyyden keskinäinen suhde tyypillisesti vahvistuu iän myötä. Samalla niiden suhde yksilön liikuntakäyttäytymiseen myös muuttuu.

Vaikka liikuntataitojen oppiminen on välttämätöntä ikä- ja kehitystasolle tyypillisiin liikuntaleikkeihin, -peleihin ja muihin aktiviteetteihin osallistumisen kannalta, niin luottamus omiin taitoihin voi nousta ratkaisevan tärkeäksi osallistumisehdoksi varsinkin murrosikäisillä. Liikuntakasvattajan onkin tärkeää pyrkiä löytämään optimaalinen tasapaino esimerkiksi palautteenannossa, jotta hän tukee sekä oppilaan taidon oppimista että luottamusta omiin liikuntataitoihinsa.

Erityisen tärkeää tasapainon löytäminen on liikuntataitonsa heikoksi kokevien oppilaiden kannalta. Tutkimuksen tekijät ehdottavat, että itsemääräämisteoriapohjainen psykologisia perustarpeita tukeva lähestymistapa voi auttaa oppilaita kehittämään taitaviksi, luottavaisiksi ja motivoituneiksi liikkujiksi.

LÄHDE

Estevan, I., Bardid, F., Utesch, T., Menescardi, C., Barnett, L.M. & Castillo, I. 2020. Examining early adolescents' motivation for physical education: associations with actual and perceived motor competence. *Physical Education and Sport Pedagogy*. DOI: 10.1080/17408989.2020.1806995

”Opettaja saa meidät tuntemaan kuin olisimme yhtä perhettä”

RUOTSISSA TOTEUTETUN HAASTATELUTUTKIMUKSEN mukaan pakolaistaustaiset 16-18-vuotiaat nuoret kokevat ruotsalaisen liikunnanopetuksen erittäin myönteisenä ja itselleen merkityksellisenä kasvualustana. Liikuntatunnit koetaan myös hyödyllisenä paikkana luoda sosiaalisia suhteita opettajiin ja kanssaopiskelijoihin.

Nuoret kokivat ruotsalaisen liikunnanopetuksen kokonaisuudessaan merkityksellisempänä verrattuna aikaisemman kotimaansa liikunnanopetukseen. Tämä selittyi lyhyen aikavälin (sosiaalinen kanssakäynti, terveyden ja hyvinvoinnin paraneminen) ja pitkän aikavälin (tulevaisuutta varten oppiminen) koetuilla hyödyillä. Puolistrukturoituidut haastattelut perustuivat voimavarakeskeiseen lähestymistapaan ja niihin osallistui kahdessa ruotsalaisessa lukiossa yhteensä 12 pakolaistaustaista opiskelijaa (7 poikaa ja 4 tyttöä). Opiskelijat olivat kotoisin Afganistanista, Syyriasta, Somaliasta, Etiopiasta tai Albaniasta.

Tutkimus herättää lupauksia liikunnanopetuksen mahdollisuuksista tukea integraatiota kaksisuuntaisena prosessina. Liikunnanopetus voi osaltaan auttaa pakolaistaustaisten nuorten pääsemään sisään maan kulttuurisiin rakenteisiin ja käytänteisiin. Se voi toisaalta vahvistaa pakolaistaustaisten nuorten luottamusta omaan identiteettiinsä ja oikeuksiinsa sekä tuoda heille tunnistusta uuden yhteisön sisällä. Tutkimuksen tekijät ehdottavatkin, että voimavarakeskeisiä lähestymistapoja tulisi hyödyntää liikunnanopetuksessa pakolaistaustaisten nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

LÄHDE

Cseplö, E., Wagnsson, S., Luguetti, C. & Spaaij, R. 'The teacher makes us feel like we are a family': students from refugee backgrounds' perceptions of physical education in Swedish schools. *Physical Education and Sport Pedagogy*. DOI:10.1080/17408989.2021.1911980

Pyöräilytaito on perustavanlaatuinen liikkumistaito

IRLANTILAINEN TUTKIMUSRYHMÄ OSOITTI, että potkupyörällä ajo on varhaiskasvatuksikäisillä lapsilla itsenäinen taito perinteisesti perustaidoiksi katsottujen tasapaino-, liikkumis- (esimerkiksi juokseminen ja hyppääminen) ja välineenkäsittelytaitojen (esimerkiksi pallon heittäminen) ohella. Tulos perustuu 97:n 4–5-vuotiaan lapsen potkupyöräilytaitojen sekä tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaitojen mittaamiseen. Taitokategorioiden selvittämiseksi tutkijat käyttivät faktorianalyysia.

Tutkimus liittyy keskusteluun siitä, kuuluisiko perinteisten liikkumisen perustaitojen lisäksi liikuntakasvatuksessa opettaa liikunnallisen elämäntavan ylläpitämisen kannalta perustavanlaatuisiksi katsottavia liikkumistaitoja. Pyöräilyn osaamisen on ehdotettu olevan yksi näistä taidoista.

Liikunnalliseen elämäntapaan kasvattaminen on yksi liikuntakasvatuksen ydintavoitteista. Haasteena on kuitenkin se, että liikunnanopetuksessa opitut taidot siirtyvät tutkitusti rajallisesti lasten ja nuorten vapaa-ajan aktiviteetteihin. Tuore tutkimus tukee ajatusta siitä, että pyöräilytaidon opettaminen voisi kuulua yhdeksi liikuntakasvatuksen tavoitteeksi perinteisesti ajateltujen liikkumisen perustaitojen rinnalla. Perustavanlaatuisiksi liikkumistaidoksi on ehdotettu pyöräilyn lisäksi esimerkiksi myös kehonpainoharjoittelua. Aihepiirin tutkimus on vasta aluillaan.

LÄHDE

Kavanagh, J.A., Issartel, J. & Moran, K. 2020. Quantifying cycling as a foundational movement skill in early childhood. *Journal of Science and Medicine in Sport* 23 (2), 171–175.



Kuva: Antero Aaltonen

Läketiede

EERO A. HAAPALA
eero.a.haapala@jyu.fi

Sydäntautien ehkäisyn aloittamisessa ei alaikärajaa

VERENKIERTOELIMISTÖN SAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY on yksi terveydenedistämishankkeiden keskeisimpiä tavoitteita ympäri maailmaa – mutta koska verenkiertoelimistön sairauksien ennaltaehkäisy tulisi aloittaa? **D’Ascenci työtovereineen** pitää katsauksessaan tärkeänä ensinnäkin äidin raskaudenaikaista liikuntaa ja tupakoimattomuutta, raskausdiabeteksen ehkäisyä ja vauvaiän imetystä. Näiden lisäksi lapsuuden runsas reipas ja rasittava fyysinen aktiivisuus ja terveellinen ruokavalio muodostavat hyvän pohjan verenkiertoelimistön terveydelle lapsuudesta saakka.

Ihanteellinen sydämen ja verenkiertoelimistön terveyden indeksi näyttäisi myös ennustavan pienempää kohonneen verenpaineen, metabolisen oireyhtymän ja



Kuva: Antero Aaltonen

veren rasvahappojen epäsuotuisan koostumuksen (dyslipidemia) riskiä sekä vähentävän valtimoiden seinämien paksuuntumista. Indeksien osatekijöitä ovat normaalipainoisuus, fyysisen aktiivisuuden suositusten täyttyminen, terveellinen ruokavalio, tupakoimattomuus sekä normaali verenpaine-, kolesteroli- ja glukoositaso. Elintapojen kokonaisuus voikin olla tärkein tekijä verenkiertoelimistön terveyden ylläpitämisessä yksittäisten elintapojen sijaan.

Katsauksen tarkoituksena oli koota synteesi raskaudenaikaisiin ja syntymänjalkeisiin elintapoihin liittyvien riskitekijöiden roolista sydämen ja verenkiertoelimistön terveydessä elämänkaaren aikana. Sen kirjallisuushaku ei kuitenkaan ollut systemaattinen, joten tulosten kattavuus ja tutkimusnäytön edustavuus jäävät vajavaisiksi. Tulokset antavat kuitenkin hyvän yleiskuvan toimista, joilla lasten ja nuorten sydänterveyttä voidaan tukea.

Sydäntautien ennaltaehkäisyllä ei ole alaikärajaa. Jo lasta odottavien naisten kannustaminen liikuntaan ja muihin terveellisiin elintapoihin muodostaa hyvän pohjan sydänterveyden edistämiseksi. Terveellisten elintapojen jatkaminen syntymän jälkeen vähentää myös elämänaikaista altistumista verenkiertoelimistön sairauksien riskitekijöille, ja voi ehkäistä tai ainakin siirtää kliinisesti merkittävien tautikuvien puhkeamisen.

LÄHDE

D’Ascenci F, Sciacaluga C, Cameli M, Cecere A, Ciccone MM, Di Francesco S, Ganau A, Imbalzano E, Liga R, Palermo P, Palmiero P, Parati G, Pedrinelli R, Scicchitano P, Zito A, Mattioli AV. When should cardiovascular prevention begin? The importance of antenatal, perinatal and primordial prevention. *European Journal of Preventive Cardiology* 2021;28(4):361–369.

Covid-19-rajoitukset söivät lasten ja nuorten fyysisen kunnan

COVID-19-PANDEMIAAN LIITTYVÄT RAJOITUKSET ovat keskeyttäneet kokonaan tai muuttaneet lasten ja nuorten liikunta- ja urheiluharrastuksia. Näiden toimien vaikutuksista lasten ja nuorten fyysiseen kuntoon ei kuitenkaan ole ollut kattavaa tietoa. Sekä **Jurakin ja työtoverien** että **Wahl-Alexahnderin ja Camicin** tuoreiden tutkimusten perusteella lasten ja nuorten fyysinen kunto oli heikentynyt huomattavasti pandemiarajoitusten aikana. Lisäksi Jurakin ryhmän mukaan fyysisen kunnan lasku oli suurin 30-vuotisen mittaushistorian aikana.

Jurak työtovereineen raportoi Slovenian kansallisen fyysisen kunnan seurantajärjestelmän trendejä vuodesta 1989 aina kesään 2020. Pitkän laskevan trendin jälkeen

Jo verrattain lyhyt eristäytyminen ja fyysisen aktiivisuuden väheneminen voi heikentää merkittävästi fyysistä kuntoa ja toimintakykyä.

lasten ja nuorten fyysinen kunto nousi vuodesta 2011 alkaen koronapandemiaan saakka. Yhteiskunnan kaksi-kuukautisen sulkutilan seurauksena poikien fyysinen kunto romahti matalammaksi kuin kertaakaan mittaushistoriassa, ja tyttöjenkin kunto oli matalin sitten vuoden 1992. **Wahl-Alexahnder ja Camic** puolestaan havaitsivat, että 11–15 viikon etäopetus kasvatti lasten ja nuorten painoindeksiä ja heikensi kestävyys- ja voimakkautta sekä ylä- ja keskivartalon lihasvoimaa.

Vaikka **Jurakin ja työtovereiden** tutkimuksen tulokset perustuvat kansallisen seurantajärjestelmän alustaviin tuloksiin, mukana oli jo tässä vaiheessa 20 000 lasta ja nuorta. **Wahl-Alexahnderin ja Camicin** tutkimusjoukkona oli 264 lasta ja nuorta.

Lasten ja nuorten elimistö kohtaa verrattain joustavasti ympäristön haasteet, kuten fyysisen aktiivisuuden vähenemisen. Raportoidut tulokset ovat kuitenkin huolestuttavia. Jo verrattain lyhyt eristäytyminen ja fyysisen aktiivisuuden väheneminen voi heikentää merkittävästi fyysistä kuntoa ja toimintakykyä. Huono fyysinen kunto on keskeinen kansansairauksien, kuten tyypin 2 diabeteksen, vaaratekijä jo lapsuudessa. Lisäksi huonokuntoisuus jatkuu usein aikuisikään saakka. Näiden tulosten perusteella rajoitustoimenpiteiden kohdistamista lapsiin ja nuoriin tulisi harkita huolellisesti.

LÄHTEET

Jurak G, Morrison SA, Kovac M, Leskosek B, Sember V, Strel J, Starc G. A COVID-19 Crisis in Child Physical Fitness: Creating a Barometric Tool of Public Health Engagement for the Republic of Slovenia. *Frontiers in Public Health* 2021. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.644235>

Wahl-Alexander Z & Camic CL. Impact of COVID-19 on School-Aged Male and Female Health-Related Fitness Markers. *Pediatric Exercise Science* 2021;33(2):61-64.

Liikuntaa vai unta diabeteksen ehkäisyyn?

RUNSA PAIKOILLAANOLO, vähäinen fyysinen aktiivisuus ja riittämätön tai liian runsas nukkuminen ovat useiden kansansairauksien tunnistettuja vaaratekijöitä. Mutta miten sairastumisriskiin vaikuttaa näiden tekijöiden suhteen muuttuminen vuorokausirytmissä?

Teoreettisen mallinnuksen avulla saatujen tulosten mukaan 30 minuutin paikoillaanolon vaihtaminen kevyeen/reippaaseen liikuntaan tai rasittavaan liikuntaan pienensi diabeteksen vaaraa 4–18 prosenttia. Paikoillaanolon korvaaminen nukkumisella ei havaittu suojaavan samalla tavalla diabetekselta. Tutkimuksessa havaittiin myös, että liikunnan vaihtaminen nukkumiseen suurensi diabeteksen vaaraa. Huomionarvoista tutkimuksessa oli lisäksi se, että mikäli kevyt tai reipas liikunta korvattiin rasittavalla liikunnalla, diabetesriski pieneni entisestään. Sama ilmiö havaittiin myös toisinpäin, eli mikäli rasittava liikunta korvautui kevyellä tai reippaalla liikunnalla, diabetesriski suureni.

Näyttää siltä, että paikoillaanolon korvaaminen millä tahansa liikunnalla on hyödyllistä, mutta rasittava liikunta tuo suurimmat hyödyt. Tutkimuksessa käytettiin unen osalta lineaarista mallinnusta. Unella on havaittu olevan U:n muotoinen yhteys sairastumisriskiin, joten nukkumisen merkitystä diabeteksen kehittämisessä ei voi täysin sulkea pois toteutettujen analyysien perusteella.

Tutkimuksessa tarkasteltiin yli 80 000 aikuisen elintapoja ja terveyteen liittyviä tekijöitä. Fyysistä aktiivisuutta, paikoillaanoloa ja unta mitattiin kyselylomakkeilla ja diabeteksen ilmaantuvuustiedot kerättiin kansallisista rekistereistä. Analyyseissä otettiin huomioon muun muassa ikä, sukupuoli, painoindeksi, koulutus, tupakointitilanne, tulehduselliset nivelsairaudet ja koettu stressi. Keskimääräinen seuranta-aika oli 7,4 vuotta.

Vaikka elintavat ovat kokonaisuus, niin liikkumaan kannustaminen näyttää olevan terveydelle edullista. Kansanterveyden kannalta hyvä uutinen on, että jo kevyt tai reipas liikunta vaikuttaa myönteisesti aineenvaihdunnan terveyteen – jokainen askel on hyödyksi. On kuitenkin hyvä muistaa, että rasittava liikkuminen ylittää terveyshyödyissä kevyemmän liikkumisen, joten sitäkin tulisi sisällyttää arkirutiineihin mahdollisuuksien mukaan.

LÄHDE

Aadahl M, Andreasen AH, Petersen CB, Gupta N, Holterman A, Lay CJ. Should leisure-time sedentary behavior be replaced with sleep or physical activity for prevention of diabetes? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 2021;31(5):1105–1114.



Kuva: Antero Aaltonen

Mitkä ovat liikuntapolitiikan vaihtoehdot?

Hyvinvointivaltion tavoitteena on markkinavoimien hyödyntäminen ja rajoittaminen. Tämä toimintalogiikka on Pohjoismaissa ulottunut koko yhteiskuntaan. Se on vaikuttanut myös liikuntaan ja urheiluun, vaikka valtio ei ole palvelutarjoajaksi ryhtynyt. Hyvinvointivaltio-ajattelun kilpailijaksi on kirinyt liikuntakulttuurin kentälläkin markkinavetoinen toiminta. Suomessa sen sääntely on liikuntaväen omin toimin onnistunut heikommin kuin Ruotsissa tai Norjassa. Miksi?

LIIKUNNAN JA URHEILUN TAVARAMUOTOISTUMINEN, vaihtoarvoistuminen ja markkinoituminen etenee Suomessa ja lukuisissa monissa muissa maissa väijäämättä ilman vastavoimia. Markkinatalouden tuotantologiikka jauhaa yhteiskunnan ensisijaisena prosessina sen monimuotoista ja vastavuoroisuuteen perustuvaa sosiaalista rakennetta pala palalta ja muuntaa sen hyödykkeiksi. Tarkastelemme pohjoismaisen hyvinvointivaltion kansalaisia markkinoilta suojaavan politiikan taustoja liikunnassa ja urheilussa. Väitämme, että organisoituneen urheilun nykyiset itsesäätelyyn liittyvät rakenteelliset lähtökohdat ja uudet toimintatavat eivät tue markkinoilta suojaavan politiikan toteuttamista Suomessa yhtä voimakkaasti kuin naapurimaissa.

Ylipäätään suomalaista kansalaisyhteiskuntaa ja sen organisoitunutta liikuntaa ja urheilua koskevaa liikuntapoliittista linjaa on tällä hetkellä vaikea jäsentää. Selkeitä linjanvetoja kansalaisyhteiskunnan, valtion ja markkinoiden tehtävistä ja sallituista toimintatavoista ei ole tehty. Sääntelemättömässä tilanteessa markkinajohtaisen toiminnan pelitila pääsääntöisesti kasvaa, mikä voi ajan kuluessa haastaa liikunnan ja urheilun yhteiskunnallisen erityisaseman sekä valtion tuen oikeutuksen ja tarpeellisuuden.

Markkinavoimien hyödyntäminen ja niiden samanlainen rajoittaminen on ollut yksi pohjoismaisten hyvinvointivaltioiden poliittisen ja taloudellisen menestyksen kulmakivistä. Hyvinvointivaltion kaikkia koskevat etuudet, kuten sosiaaliturva ja terveydenhuolto, ovat taanneet kansalaisille aseman, jossa elämisen ehdot eivät riipu heidän työvoimansa arvosta markkinoilla. (Polanyi 1985; Esping-Andersen 1990). Tämä dekommodofikaatio ja väestöryhmien kerrostumien välisten kuilujen (stratifikaatio) pienentäminen on ollut pohjoismaisten valtioiden periaatteellisenä politiikkalinjana. Näistä periaatteista ei ole missään vaiheessa kokonaan luovuttu, vaikka suhtautuminen onkin niihin vaihdellut. Tavoitteet liittyvät hyvinvointivaltion laajenemisen vaiheeseen (1950–1990), jolloin valtion rooli *palveluiden tuottajana* kasvoi lähes kaikilla kansalaisten hyvinvointiin, terveyteen, koulutukseen ja kulttuurin liittyvillä sektoreilla liikunta ja urheilu pois lukien.

Itsemääräytyvä urheiluliike hyvinvointiajattelun toteuttajana

Liikunnan ja urheilun palvelutuotantoa ei ole valtiollistettu suuressa mittakaavassa yhdessäkään Pohjoismaissa. Sen sijaan valtio ja kunnat rahoittavat sitä merkittävästi. Valtio rahoittaa käytännössä kokonaan liikunnan ja urheilun katto-organisaatioiden toiminnan kaikissa Pohjoismaissa. Kattojärjestöt ylläpitävät urheiluliikkeen toimintaa linjaavia demokraattisia ja toiminnallisia hallintoelimiä sekä jakavat valtion tukea jäsenorganisaatioilleen. Peterson ja Nordberg (2008) kuvaavat tätä valtion ja urheiluliikkeen luottamuksellista suhdetta Ruotsin kohdalla *implisiittiseksi sopimukseksi* (Det implicita kontraktet). Valtio on tukenut urheiluliikettä 1900-luvun alus-

ta lähtien, eikä sen tavoitteena ole koskaan ollut hallita, muuttaa tai ”kansallistaa” vapaaehtoisesti järjestettyä urheilutoimintaa.

Päämäärä on Ruotsissa ollut pikemminkin päinvastainen: varmistaa urheiluliikkeen edellytykset toimia *vapaaehtoisesti järjestäytyneenä voittoa tavoittelemattomana liikkeenä*. Liikkeen autonomia on ollut periaate, jota valtio on arvostanut ja kunnioittanut (emt., 15; 127). Liikunta ja urheilu eivät tee sinänsä radikaalia poikkeusta suhteessa muuhun järjestötoimintaan. Pohjoismaiset kansalaisjärjestöt ovat yleisesti toimineet linkkinä kansalaisten ja hallitusten välillä, ja maiden hallitukset ovat suhtautuneet avoimemmin kansalaisten intresseihin kuin poliittinen johto muualla Euroopassa (Alapuro 2010, 13, 17–18). Millään muulla sektorilla järjestöjen toiminta-alue ja autonomia ei kuitenkaan ole yhtä kattavaa kuin liikunnassa ja urheilussa.

Myös Suomessa valtion liikuntaa ja urheilua koskevien hyvinvointitavoitteisiin on pyritty muiden Pohjoismaiden tavoin urheiluliikkeen itsemääräämisen ja -säätelyn avulla. Urheilujärjestöjen autonomia ja vahva asema säilyi liikuntalain (1980/2015) tultua voimaan, mutta kasvavan rahoituksen turvin liikuntapolitiikan kenttä laajeni ja institutionalisoitui. Valtion liikuntahallinto tutkineen Erkki Vasaran mukaan ”liikuntalaki ilmensi omalla tavallaan hyvinvointivaltion ideaa” (Vasara 2004, 283). Se sisälsi ajatuksen tasa-arvoisesta hyvinvointiyhteiskunnasta (Juppi 1995, 235).

Liikuntalakiin kirjattu työnjako, jossa julkinen sektori luo edellytykset ja järjestöt vastaavat toiminnasta, sopi molemmille osapuolille. Valtion rahoitusta ohjattiin porvarilliselle, työväenliikkeen ja ruotsinkielisille urheiluliikkeille niiden keskusjärjestöjen kautta. Samalla keskusjärjestöiltä ja niiden toimintaa jatkavalta urheiluyhteisöltä on odotettu hyvinvointivaltiollisten ja liikuntapoliittisten teemojen, kuten tasa-arvon (1980), suvaitsevaisuuden, kulttuurien moninaisuuden ja kestävä kehityksen (1998) sekä rehellisyyden, yhteisöllisyyden, yhdenvertaisuuden ja eettisyyden (2015) edistämistä koko urheiluyhteisössä kuten muuallakin Pohjoismaissa.

Urheiluliikkeen romahdus heikensi itsesäätelykykyä Suomessa

Suomalaisen urheilun itsesäätelykyky sai yllättävän iskun, kun porvarillisen urheiluliikkeen keskusjärjestö Suomen Valtakunnan Urheiluliitto (SVUL) romahti vuonna 1992. Edustuksellisen pyramidirakenteen hajoaminen ja sisäisen toimintalogiikan erilaistuminen johti uuteen monikeskuksiseen toimintamalliin (Koski & Heikkala 1998, 222). Kentän kyky tuottaa yhteisiä tavoitteita ja toimintatapoja heikkeni oleellisesti. Tästä alkanut demokraattisten urheiluliikkeiden hiipuminen ja organisoituneen urheilun muuttuminen löyhäksi liikunta- ja urheiluyhteisöksi etäännytti Suomen liikunnan ja urheilun Pohjoismaisesta perinteestä.

Toimijoiden itsenäistyminen johti niiden omien strategioiden laatimisen ja tavoitteiden ajamiseen. Urheilun yh-

teinen päätöksenteko heikkeni. Samalla neuvottelut valtion kanssa vaikeutuivat, kun korporatiivisesta mallista siirryttiin asetelmaan, jossa jokainen organisaatio saattoi rakentaa omia neuvotteluasetelmia ohi yhteisten pöytien.

Eröt Suomen ja muiden Pohjoismaiden välillä näkyvät niin rakenteissa kuin liikuntapoliittisessa päätöksenteossa. Ylimmät päätöksentekuelimet ovat Norjassa (Idrettsstinget) ja Ruotsissa (RF-stämman) laajoja jäsenkokouksia, joissa keskustellaan periaatteista ja päätetään toimintapolitiikasta.

RF-Stämman käsittelee kesällä 2021 muun muassa parlamentaarisen liikuntakomitean perustamiseksi tehdyn aloitteen sekä järjestön vuoteen 2030 ulottuvan huippu-urheilustrategian. Merkittäviä päätöksiä ovat myös uusien jäsenjärjestöjen hyväksyminen, sillä jäsenyys merkitsee pääsyä osaksi urheiluliikettä ja valtionavustusta. Tänä vuonna RF:n jäsenyyttä hakee yhteensä yhdeksän valtakunnallista järjestöä, joiden joukossa on kaksi e-urheilujärjestöä, bridge- sekä shakkijärjestöt. RF:n hallitus puoltaa vain kahden uuden jäsenjärjestön (padel- sekä islanninhevostajajärjestö) hyväksymistä (Riksidrottsförbund 2021). *Itsesäätelyn kannalta on keskeisintä se, että näiden elinten päätökset osallistavat ja sitovat kaikkia urheiluliikkeiden toimijoita.*

Paikallisesti Ruotsissa toimintaa säätelee kansalaistoiminnan eduksi 50+1 sääntö. Sen mukaan lajiliiton alaiseen kilpailutoimintaan osallistuvan seuran tulee olla joko rekisteröity jäsenyhdistys tai osakeyhtiö, josta jäsenyhdistys omistaa vähintään 51 prosenttia. Vuonna 2012 Ruotsissa toimi yhteensä 22 osakeyhtiömuotoista seuraa, joista kymmenen moottoriurheilussa, viisi jääkiekossa ja neljä jalkapallossa. (Riksidrottsförbund 2012, 19).

Suomalaisen katto-organisaation, Suomen Olympiakomitean, kevät- ja syyskokousten asialistat ja keskustelut rajoittuvat yhdistyslainsäädännön rutiineihin sekä muuttaman ajankohtaisen teeman ympärille. Kotiinviemiset järjestöjen ja seurojen toimintaan ovat Suomessa ohuet. Suomalaisessa hajautuneessa urheilukulttuurissa tiedotetaan yhteisen edunajajan tarve, etenkin kriisin hetkellä. Itsenäiset järjestöt eivät kuitenkaan halua päästää kokoaavaa toimijaa liian vahvaksi, varsinkaan niitä itseään säätelevään asemaan.

Urheilyyhteisön kasvava talous nojaa Suomessa markkina-ajatteluun

Organisoituneen urheilun pääasiallinen kohderyhmä muodostuu lapsista ja nuorista sekä heidän vanhemmistaan. Pidämme lasten urheilun ihanteena monilajisuutta, monipuolisia liikuntataitoja, turvallista toimintaympäristöä ja sitä, että tämä kaikki olisi mahdollisimman monen suomalaislapsen saavutettavissa. Yleisesti hyväksytyistä ajatuksista huolimatta emme ole tehneet riittävästi poistaaksemme rakenteelliset esteet, jotka estävät ihanteiden saavuttamisen.

Miksi näin? Monilajisuuden sijaan kukin laji lähestyy lasta omasta näkökulmastaan, koska urheilun ylä rakenne koostuu itsenäisistä lajiliitoista. Liitot hallinnoivat omia lajejaan ja toimivat lajien sekä jäsenseurojensa edunvalvojina. Osa ammattimaisempaan toimintamalliin pyrkivistä

Suomen markkinaperustainen hinnanmuodostus on nostanut liikunnan harrastamisen hinnan Ruotsiin verrattuna katastrofaalisen korkeaksi

lajeista ja seuroista on tuotteistanut toimintaansa ja nostanut jäsenyyden rinnalle asiakkuuden. Suomessa seura-jäsenyyden rinnalle on kehitelty varsin kattavaa harrastaja- ja kilpailijalisensijärjestelmää, jolla harrastajista tulee suoraan lajiliiton asiakkaita *ilman alaikärajaa.*

Ruotsissa lisensijärjestelmää ei ole otettu käyttöön yhtä laajasti. Esimerkiksi jalkapallossa lisenssi myydään vasta 15 vuotta ja jääkiekossa 10 vuotta täyttäneille pelaajille. Perinteisissä yksilölajeissa, kuten yleisurheilussa ja hiihdossa, ei alueellisissa ja kansallisissa kilpailussa tarvita lisenssejä.

Suomessa seurojen ja lajiliittojen talouden painopiste on siirtynyt liikunnan julkishyödykkeellisyydestä kohti yksityishyödykettä. Käytännössä toiminnan kulut katetaan varsinaisesta toiminnasta eli liikunnasta tulevilla tuloilla sen sijaan, että pyrittäisiin julkisella tai yksityisellä ulkopuolisella rahoituksella turvaamaan liikunnan markkinatasoa alhaisempi hinta ja laajempi saavutettavuus. Esimerkiksi seuroissa varainhankinnan osuus on laskenut 40 prosentista (1996) reiluun 20 prosenttiin (2016) (Koski & Mäenpää 2018). Sama siirtymä on havaittavissa myös lajiliittojen rahoitus pohjassa, joskaan ei yhtä voimakkaana (Ala-Vähälä et al. 2021).

Toimijoiden siirtyessä yhä voimakkaammin ammattimaiseen, ympärivuotiseen toimintatapaan, johon kuuluu yhä useammin toimitilojen omistus, siirtyvät kasvavat kustannukset suoraan liikunnan hintaan loppukäyttäjän maksettavaksi. Suomen markkinaperustainen hinnanmuodostus on nostanut liikunnan harrastamisen hinnan Ruotsiin ja todennäköisesti useimpiin muihinkin maihin verrattuna katastrofaalisen korkeaksi. Valtion ja kuntien tuki seuroille ei ole myöskään riittävä kompensoidakseen hintojen nostopainetta. Julkinen tuki muodostaa karkeasti arvioiden 5–10 prosenttia seurojen kokonaistuloista Suomessa (ks. esim. Koski ja Mäenpää 2018). Ruotsissa seurojen saama julkinen tuki on noin 25 prosenttia niiden kokonaistuloista (Riksidrottsförbundet 2021b).

Kun yksityistä rahoitustakaan ei ole saatavilla naapurimaan mittakaavassa, on kasvava toiminta rahoitettava yhä enemmän varsinaisesta urheilutoiminnasta. Mutta mitä syvemmälle markkinalogiikkaan urheilu siirtyy, sitä useammin se nähdään ”voitontavoittelijana”. Tämä hankaloittaa muiden rahoitusmuotojen ja vapaaehtoistyön hyödyntämistä. Jos tähän oravapyörään vaikuttaminen ei kuulu liikuntapolitiikan ytimeen, on vaikea kuvitella, mikä ylipäättään on liikuntapoliittisesti tärkeää.

Markkinoinnituksen merkkejä näkyy Suomessa myös muissa urheilutoimijoissa. Urheiluopistot olivat koulu-

Liikuntapolitiikan vaihtoehdot

Uusliberalistisessa ajattelussa markkinavoimien toiminta esitetään väijäämättömänä ja tehokkaimpana tapana toimia. Tällä puheella on oikeutettu myös vaatimuksia karsia hyvinvointivaltion toimintoja. Hoivatyön, koulutuksen, kulttuurin, kuten myös oletettavasti liikunnankaan kaltaisilla toimialueilla puhtaat markkinaratkaisut eivät kuitenkaan tuota yhteiskunnan kokonaisedun kannalta parasta lopputulosta. Jotain muuta, kuin taloudellista voittoa tavoitteleva toiminta voi olla tehokkaampaa. Vaihtoehtoja toiminnan päämäärille ja sen rahoittamiselle kuitenkin aina on. Hahmottelemme tässä neljä mahdollista liikunnan ja urheilun rahoitusmallia.

1. ”Markkinat”. Nykyinen sääntelemätön toiminta jatkuu liikunnassa ja urheilussa. Liitot ja yhä useammat seurukset saavat rahoituksensa varsinaisesta toiminnasta ja tuotteistuminen jatkuu. Talouden runko muodostuu erilaisista toimintamaksuista. Hyvässä tai monopolistisessa markkina-asemassa olevat toimijat voivat nostaa edelleen maksuja ja palkata ammattilaisia. Kansantalouden tasolla liikunnan hinta nousee ja sen sosiaalisen rakenteiden eroosio ja harrastamisen polarisoituminen jatkuvat. Yhteiskunta reagoi todennäköisesti jossain vaiheessa markkinoiden vallan ja hintojen kasvuun, mutta silloin kehitys on voinut edetä niin pitkälle, että siihen puuttuminen on vaikeaa. Liikuntaan voi syntyä myös kahdet ”markkinat”: vahvojen lajien tai seurojen rahavetoinen eliittitalous ja vapaaehtoisten varassa kitkutteleva toiminta tai julkisen tukema matalan kynnyksen toiminta urheiluyhteisöstä ulosjääville

2. ”Kansalaisyhteiskunta”. Painotetaan jäsenyyteen perustuvaa kansalaistoimintaa ja talouden runko muodostuu jäsenmaksuista ja kohtuullisista toimintamaksuista. Liikunta ja urheilu muodostavat laajan yhteisön, joka pystyy säätelemään omaa toimintaansa ja ottamaan tässä huomioon sekä jäsenistönsä että laajemman yhteiskunnan normit ja tarpeet. Ammatillisuutta vahvistetaan ensisijaisesti kouluttamalla vapaaehtoistoimijoita. Lapsia ja nuoria suojataan markkinoitumiselta, ”bisnestä” tehdään vain sallituilla

alueilla. Urheiluyhteisön suvereniteetti on suuri ja valtio puuttuu peliin vain tarvittaessa.

3. ”Lahjoittajat, isännät, sponsorit ja hyväntekijät”. Perustuu edellisen vaihtoehdon tavoin kansalaisyhteiskuntaan mutta ei välttämättä yhtenäiseen urheiluyhteisöön/-liikkeeseen. Toiminnan rahoitus pohjautuu enemmän ulkopuolisten varojen hankintaan kuin jäseniltä tai palveluiden käyttäjiltä kerättyihin maksuihin. Varsinainen toiminta eli liikunta ja urheilu pysyy lähtökohtaisesti kaikille edullisena, jos sen arvostus on laajaa. Käytännössä rahoituskohteet vaihtelevat voimakkaasti rahoittajien arvostuksen tai heidän saaman hyödyn pohjalta. Hyväntekijät voivat rinnastaa liikunnan edistämisen rinnastamista muuhun hyväntekeväisyystoimintaan (charity). Mesenaatit voivat kaivata ammattiuurheilun tuomaa suurta näkyvyyttä ja symbolista arvostusta (patronage). Sponsorit voivat hakea kumppaneita markkinointiyhteistyöhön. Variaatioita on useita. Urheiluorganisaatioiden ’brändin’ vaalimisesta ja uskottavasta toiminnasta tulee erityisen tärkeää, jotta varainhankinta halutuilta tahoilta onnistuu.

4. ”Julkinen”. Valtio ja kunnat rahoittavat tässä vaihtoehdossa liikunta- ja urheilusektorin ammattimaistumisen hyvinvointipalveluna, kuten tapahtui suurelta osin kulttuurin kohdalla. Liikunta on tarjolla kaikille kansalaisille julkisesti subventoituna tuotteena. Mallin toteutuminen on epätodennäköistä hyvinvointivaltion jälkiekspansioivisella kaudella. Riskinä on urheilun laitostuminen ja etäännyminen kansalaisista. Vaihtoehtoon sisältyy myös kaksien markkinoiden synnyn mahdollisuus. Yhteiskunnan tarjoaman perustason lisäksi rahalla saa maksukyvyyn mukaan räätelöityjä palveluita.

Suomessa on painottunut järjestäytyneessä liikunnassa ensimmäinen vaihtoehto, joka näyttää edelleen vahvistuvan, ellei mitään tehdä. Meillä on myös piirteitä kolmannelle mallille. Mikäli toiminnassa vahvistuu entisestään markkinavetoisuus, niin Olympiakomitean ja koko järjestäytyneen liikunnan ja urheilun oikeutus toimia kaikkien liikkujien ja jopa kansalaisten nimissä rapautuu. Niiltä puuttuu silloin kyky toimia liikuntalain hyvinvointivaltiollisessa hengessä.

tus- ja leirityskeskuksina keskusjärjestöajan ytimessä. Ne toteuttivat keskusjärjestöjen ja lajiliittojen koulutusohjelmia ja kokosivat urheilijat säännöllisesti leireille. Järjestöt myös rahoittivat leiritystä suurelta osin. Urheiluliikesidosten höllentyessä opistoista on 2000-luvun aikana muodostunut ”moninainen joukko liikunnan ja urheilun koulutus- ja valmennuskeskuksia sekä erilaisia matkailu- ja vapaa-ajan palveluita myyviä toimijoita kaikkialla Suomessa” (Urheiluopistojen yhdistys 2019, 9).

Opistot toimivat sisäoppilaitosperiaatteella, jolloin niiden yksi keskeinen tuote on majoitus- ja leiritysvuorokaudet. Opistot tuottivat 767 000 opiskelijavuorokautta vuonna 2019, mistä kertyy lähes 70 M€:n suuruinen liikevaihto koulutus- ja leiritystoimintaan (Liikuntatoimi tilas-

tojen valossa 2019, 41–47). Valtio rahoitti summasta 17 M€ vapaan sivistystyön rahoituksella. Loput opistot keräsivät koulutuksiin ja leirityksiin osallistuvilta.

Verkostostrategiassa urheiluopistot haluavat profiloitua lasten ja nuorten liikunnan, urheilun ja hyvinvoinnin asiantuntijoiksi, joiden työn tuloksena seuratoiminnassa on vuoteen 2023 mennessä 5 000 uutta päätoimista ammattilaista. Päämäärän on myös kaksinkertaistaa liikuvien yläkoululaisten määrä verrattuna vuoteen 2019 (Urheiluopistojen yhdistys 2019, 4). Tavoitteiden saavuttamiseksi verkosto pyrkii vahvistamaan opistojen välisiä yhteyksiä sekä avautumaan vahvemmin ulkopuoliseen yhteiskuntaan.

Onko pakko tuotteistaa ja toimia markkinoiden ehdoilla?

Vuosina 1998 ja 2015 uudistettu liikuntalaki voidaan nähdä valtion ja urheiluyhteisön välisenä paitsi säädöksenä myös sopimuksena, jossa kumpikin taho sitoutuu ja hoitaa oman osansa lain hyvinvointi-, tasa-arvo- ja yhdenvertaisuustavoitteista. Puitelain päivittämistä ei ole haitannut se, että alkuperäisen lain aikaista urheiluyhteisöä ei ole enää edes olemassa.

Nykyisen, aiempaa hajaantuneemman urheiluyhteisön on kuitenkin huomattavasti vaikeampi ohjata itseään kohti lain tavoitteita. Suomalaisessa liikuntakulttuurissa on korostunut sitä vastoin laji- ja asiakaskeskeisyys, lapsilisenssit sekä korkea harrastamisen hinta. Vika näyttäisi olevan itsesäätelyn puutteessa, koska nämä piirteet eivät ole päässeet hallitseviksi yhtenäisemmän urheiluliikkeen omaavissa naapurimaissa. Suomessa markkinoilta ja usein siihen liittyvältä lajien väliseltä kilpailulta ei suojata riittävästi edes lapsia. Syyllisten etsinnän sijaan meidän tulisi tunnistaa tähän toimintatapaan ajaneet tekijät ja muuttaa niitä, jos mahdollista.

Itsesäätelyn puutteen ja siitä johtuvan lajien välisen kilpailun ohella toinen merkittävä tekijä on liikunnan ja urheilun ammattimaistamisesta syntyvä taloudellinen paine. Työpaikkojen syntyminen ja korkeampi laatu voivat johtaa hyötyjä suurempiin yhteiskunnallisiin kustannuksiin, jos ammattimaistuminen rahoitetaan nykyiseltä pohjalta, jossa painottuvat harrastajilta perittävät maksut. Samalla on hyvä tiedostaa, että itsesäätelyn vahvistamisen tiellä on esteitä. Pienenevistä ikäluokista kilpailevat lajiliitot ja niiden markkinavetoisesti toimivat seurukset eivät halua lisää sääntelyä, vaan hyödyntää markkinavoimia.

Meidän pitäisi päättää, pidämmekö liikunnan ja urheilun korkeaa omarahoitteisuutta lupaavana mahdollisuutena luoda uusia markkinoita, kasvattaa taloutta ja luoda työpaikkoja. Vai näemmekö liikunnan ja urheilun kustannusedullisena tilaisuutena tuottaa terveyttä, hyvinvointia ja sosiaalista pääomaa mahdollisimman laajalti ja yhdenvertaisuutta tavoitellen. Markkinamalli ei todennäköisesti tarjoa tehokkainta ratkaisua, jos valitsemme jälkimmäisen vaihtoehdon.

Lopuksi on vaikeuskertoimen lisäämiseksi paikallaan todeta, että liikunnan ja urheilun siirtäminen budjetin rahoituskehysten sisälle tuo politiikan pelikentälle uudella tavalla. Kyse ei ole enää yksin liikuntapolitiikasta, vaan myös päivänpolitiikasta. Liikunnan ja urheilun on osattava silloin perustella olemassaolon oikeutensa jämäkämmin kuin väljillä hyvinvoinnin ja terveyden lisäämislupauksilla.

JARMO MÄKINEN, YTT

erikoistutkija
KIHU
jarmo.makinen@kihu.fi

JARI LÄMSÄ, LitM

johtava asiantuntija
KIHU
jari.lamsa@kihu.fi

LÄHTEET

- Alapuro R.** 2010. Introduction: Comparative Approaches to Associations and Civil Society in Nordic Countries. In: Alapuro, R. & Stenius, H. (eds). *Nordic Associations in a European Perspective*.
- Ala-Vähälä T., Lämsä J., Mäkinen J., Pusa S.** 2021. Liikunnan talous Suomessa vuonna 2018. Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro. 19.
- Esping-Andersen G.** 1990. *The Three Worlds of Welfare Capitalism*. Polity Press. Cambridge.
- Juppi J.** 1995. Suomen julkinen liikuntapolitiikka valtionhallinnon näkökulmasta vuosina 1917–1994. *Studies in sport, physical education and health* 36. Jyväskylän yliopisto.
- Koski P. & Heikkala J.** 1998. Suomalaisen urheiluorganisaatioiden muutos. Liikunnan sosiaalitieteiden laitoksen tutkimuksia no 63, Jyväskylän yliopisto.
- Koski P. & Mäenpää P.** 2018. Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. *Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja* 25.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö** 2020. Liikuntatoimi tilastojen valossa 2019. *Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja* 2020:32.
- Peterson T. & Nordberg J. R.** 2008. *Föreningsfostran och tävlingsfostran. En utvärdering av statens stöd till idrotten*. SOU 2008: 59.
- Polanyi K.** 1985. *The Great Transformation. The Political and Economical Origins of Our Time*. Beacon Press. Boston.
- Riksidrottsförbundet** 2012. *IdrottsAB-utredningen. Utredningen om ägandet i IdrottsAB. Remiss// dnr RF 2028/12-02*. https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet-rim/dokument/2013/rf-stamman-2013/remiss_om_idrotts_ab.pdf?w=900&h=900. (Luettu 11.5.2021)
- Riksidrottsförbundet** 2021. *Möteshandlingar*. <https://www.rf.se/Arbetsrum/riksidrottsmotet/moteshandlingar/> (Luettu 23.4.2021)
- Riksidrottsförbundet** 2021b. *Idrotten i siffror 2020*. <https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/nya-dokument/nya-dokumentbanken/idrottsrorelsen-i-siffror/2020-idrotten-i-siffror---rf.pdf?w=900&h=900>
- Urheiluopistojen yhdistys** 2019. *Urheiluopistojen yhdistys ry:n strategia 2019–2023*. <https://www.urheiluopistot.fi/strategia> (Luettu 12.5.2021)
- Vasara E.** 2004. *Valtion liikuntahallinnon historia. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 157*. Helsinki

Liikunnan ja urheilun talouden kokonaisvolyyymi yli kolme miljardia euroa

Liikunnan talouden volyyymi oli vuonna 2018 vähintään kolme miljardia euroa tarkasteltaessa alan rahoitusta. Luku on 4,5–4,6 miljardia, kun tarkastelussa on tavaroiden ja palvelujen tarjonta. Laskelmien pitäisi periaatteessa antaa sama tulos. Miksi näin ei käy? Ensinnäkin liikunnan talousluvut on koottava eri lähteistä, jotka eivät ole yhteismitallisia. Suurin selittäjä ovat kuitenkin liikunta-alan sisäiset rahavirrat: sama euro kirjautuu tilastoihin usein moneen kertaan.

LIIKUNNAN TALOUDEN VOLYYMI oli rahoittajan näkökulmasta laskien yhteensä noin 3,05 miljardia euroa. Rahoittaja voi ensinnäkin olla joko liikuntaa eri syistä tukeva toimija, kuten valtio, kunta tai yritys. Myös tuotteiden ja palveluiden ostajat ovat rahoittajia. Palvelujen ja tavaroiden tuotantoa tarkasteltaessa talouden volyyymi on noin 4,54 miljardia euroa. Rahoituksen rakenne selviää taulukosta 1 ja tarjonnan taulukosta 2.

Samaan lopputulokseen ei päästä, koska tilastot ovat vajavaisia ja erimittaisia. Lisäksi tuotannon arvon määrittämiseen sisältyy metodinen ongelma. Käsiteltäessä ta-

varoiden tai palvelujen tuotantoa, osa rahavirroista lasketaan kahteen tai useampaan kertaan. Liikunta-alalla toimivien yritysten, järjestöjen ja seurojen liikevaihtoihin sisältyy lukuisa määrä liikuntasektorin sisäisiä liiketoimia. Perhe voi esimerkiksi maksaa seuralle lapsen harjoittelukuluja, joista osan seura tilittää liikuntapaikan ylläpitäjälle. Kuluttaja saattaa ostaa kuntosalilta personal trainer -palveluita, jotka kuntosali tilaa alihankkijanaan toimivalta PT-ohjaajalta. Liikunnan talouden rahoituksen ja tuotannon välinen erotus kertoo suuruusluokkana, paljonko rahaa kiertää liikuntasektorin sisällä.

Miten liikunnan talouden volyyymi on kehittynyt?

Vuotta 2005 koskevassa selvityksessä liikunnan talouden volyymiksi saatiin sekä kulutuksen ja rahoituksen että tuotannon näkökulmasta laskien noin 3,2–3,4 miljardia euroa. Luku on indeksikorjattu vuoden 2018 rahanarvoon. Liikunnan talouden volyyymi näyttäisi siten jopa supistuneen.

Edellisessä selvityksessä liikunta rajattiin kuitenkin laajemmin kuin uudessa raportissa. Liikunnan talouden piiriin sisältyivät kulutuksen ja tuotannon osalta veneily, metsästyks ja kalastus sekä urheiluveikkaus. Niistä on

Taulukko 1. Liikunnan rahavirrat: rahoituksen näkökulma (M€, luvut pyöristetty lähimpään kymmeneen miljoonaan euroon).

Rahoittaja	Rahoitus M€
OKM, tuki liikunnan kansalaistoimintaan, huippu-urheiluun, liikunnallisen elämäntavan edistämiseen sekä liikunnan ja urheilun suurtahtumiin	70
OKM, liikunnan valtionosuudet kunnille	20
Kunnat, oman toiminnan nettorahoitus (550,6 M€), josta vähennetty seura-avustukset (53,9 M€)	500
Kuntien liikunta-avustukset seuroille ja muille toimijoille	50
Valtio, koulujen liikunnanopetus	30
Kunnat, koulujen liikunnanopetus	60
Kotitalouksien kulutus: liikuntavaatteet ja -välineet, palvelut	1 240
Yritykset, työpaikkaliikunnan tuki	440
Yritykset, urheilun sponsorointi	160
TV-yhtiöt, televisiointioikeudet	20
Liikunnan investointien rahoitus (sisältää valtion investointituen)	300
Liikuntavälineiden ja tarvikkeiden vienti	160
Yhteensä	3 050

Taulukko 2. Liikunnan rahavirrat: liikuntavälineiden, -tarvikkeiden ja palvelujen tuotannon näkökulma.

Käyttäjä	Palvelujen ja tavaroiden tuotanto, M€
Kunnat, palvelujen volyyymi ¹ , josta tulorahoituksella n. 160M€	670
Kunnat, koulujen liikunnanopetuksen järjestäminen	90
Yritykset, vähittäiskaupan arvo, vaatteet, jalkineet	710
Yritykset, vähittäiskaupan arvo, liikuntavälineet,	420
Liikunnan lajiliitot, menot	160
Seurat, arvio menoista	800
Liigat ja sarjat, liikevaihto, tulojen perusteella tehty arvio	200
Yritykset, liikunnan palvelujen liikevaihto	1 180
Liikunnan investointien toteutus ²	300
Yhteensä	4 530

1 Palvelujen volyymistä vähennetty liikunta-avustukset järjestöille.

2 Investointien rahoitukseen perustuva arvio.



Kuvat: Antero Aaltonen, Jouko Kokkonen (oik.ylh.)

vuotta 2018 käsittelevässä selvityksessä lyhyt yleiskatsaus, mutta näitä liikunnan taloutta sivuavia alueita ei ole otettu mukaan varsinaisiin laskelmiin.

Liikunnan ja urheilun piiri on tuoreessa selvityksessä rajattu tiukemmin liikunnan

palvelujen sekä liikuntavälineiden ja tarvikkeiden tuotantoon, kauppaan ja kulutukseen. Liikuntaan liittyvä ammatillinen koulutus on rajattu varsinaisesta laskelmasta pois, mutta mukana on koulujen liikunnanopetus.

Liikunnan talouden volyymia voi verrata kulttuurin talouteen, jota tilastokeskus on seurannut satelliittikirjanpidon avulla. Vuonna 2018 kulttuurin talouden volyymi oli noin 6,7 miljardia euroa. Liikunnan talouden volyymi oli siis liki puolet pienempi kuin kulttuurin.

Liikunnan ja urheilun maksajat I: valtio ja kunnat

Valtio tuki vuonna 2018 liikuntaa ja urheilua opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) kautta noin 170 miljoonalla eurolla. Liikunnan kansalaistoiminnassa OKM avusti pääosin liikunnan valtakunnallisia järjestöjä, minkä lisäksi se jakoi noin neljä miljoonaa euroa seuratukena. Liikunnan yhdenvertaisen saavutettavuuden määräraha suuntautui suurimmaksi osaksi liikuntapaikkarakentamiseen. OKM tuki myös kuntien liikuntatoimintaa, liikunnan koulutuskeskuksia, huippu-urheilua ja liikuntatutkimusta.

Eri ministeriöt rahoittivat lisäksi liikuntaa tukevia hankkeita tai toimijoita. Tarkkaa lukua ei löydy tilastoista, mutta Valtion liikuntaneuvoston kokoamien tietojen perusteella tukitaso oli vähintään noin 160 miljoonaa euroa vuodessa.

Valtio käytti liikunnan ja urheilun rahoittamiseen yhteensä 330 miljoonaa euroa. Kolikon toinen puoli on se, että valtio sai takaisin yhteensä noin 500 miljoonaa euroa veikkaustuottoina ja verotuloina. Valtio keräsi urheiluun ja hevosurheilun veikkaustuottoja yhteensä noin 170 miljoonaa euroa. Arpajaisvero sen kassaan tuli urheiluveikkauksesta ja totosta noin 50 miljoonaa euroa. Liikunnan palvelujen ja välineiden myynnistä kertyi arvonlisävero vähintään noin 330 miljoonaa euroa.

Kuntien tehtävänä on liikuntalain perusteella liikunnan yleisten edellytysten takaaminen kuntalaisille, mikä

tekee niistä palvelujen tuottajia. Käytännössä kunnat rakentavat ja ylläpitävät liikunnan infrastruktuuria – lähinnä liikuntapaikkoja. Lisäksi ne tarjoavat liikuntaryhmiä ja tukevat paikallisia liikuntajärjestöjä. Kunnat järjestävät liikun-

nan palveluja noin 670 miljoonalla eurolla ja maksavat itse niistä noin 500 miljoonaa. Loppuosan kuluista kattavat valtionavustukset ja käyttäjiltä perittävät maksut.

Liikunnan talouteen liittyvänä valtio ja kunnat perivät tulo- ja kunnallisveroina hyvin karkeasti arvioiden noin 70 miljoonaa euroa. Summasta suurin osa päättyi kunnille. Kuntien osalta laskelmista puuttuvat muun muassa yhteisö- ja kiinteistöverot, mutta ne eivät juurikaan muuttaisi laskelman lopputulosta. Kunnat ovatkin selvästi liikunnan talouden nettomaksajia.

Tätä laskelmaa ei ole esitetty sen tueksi, että liikuntaa pitäisi rahoittaa julkisista varoista yhtä paljon, kuin mitä se tuottaa valtiolle ja kunnille tuloja. Tavoitteena on vain selvittää liikunnan talouden rahavirtojen juoksua, ja kartoittaa valtion ja kuntien eurokulkujen eroja.

Liikunnan ja urheilun maksajat II: kotitaloudet ja yritykset

Kotitaloudet rahoittavat liikuntaa suoraan ostamalla liikuntavälineitä ja tarvikkeita sekä liikuntapalveluita. Lisäksi ne tukevat seurojen ja joukkueiden toimintaa tekemällä vapaaehtoistyötä, mutta sen arvoa ei tässä selvityksessä ollut mahdollista laskea. Lisäksi kotitaloudet tukevat liikuntaa ja urheilua epäsuorasti maksamalla veroja, pelaamalla Veikkauksen rahapelejä ja tilaamalla maksullisia urheilukanavia.

Kotitalouksien liikunnan kulutusmenot selviävät täsmällisimmin Tilastokeskuksen toteuttamista kotitalouksien kulutustutkimuksista, joista viimeisin koskee vuotta 2016. Sen mukaan liikunnan palvelujen kulutus oli yhteensä 360 miljoonaa euroa. Polkupyöriä ja liikuntavälineitä ostettiin yhteensä 530–560 miljoonaa eurolla. Kotitalouksien liikunnan kokonaiskulutus oli siten vuonna 2016 (vuoden 2018 hintatasoon muutettuna) yhteensä 890–910 miljoonaa euroa. Tulos vaihtelee hieman käytetyn indeksin mukaan.

Liikunta ja urheilu työllistivät suomalaisia vuonna 2018 noin 25 000 henkilötyövuoden verran.

Luvusta puuttuvat urheiluvaatteet ja osa jalkineostoista, joita vuotta 2016 koskevassa tutkimuksessa ei ole ilmoitettu. Kulutuksen kokonaismäärä nousee 1 240–1 280 miljoonaan euroon, kun siihen lisätään arvio urheiluvaatteiden ja jalkineiden kulutuksesta vuoden 2012 tietojen pohjalta. Luku lienee hieman liian alhainen, koska se ei tavoita kulutuksen volyymin todennäköistä kasvua vuosina 2017–2018.

Olympiakomitean henkilöstöliikuntabarometrin mukaan yritykset tukivat vuonna 2017 henkilöstön liikuntaa keskimäärin 266 eurolla työntekijää kohden. Luku perustuu yritysten ilmoittamiin muistinvaraisiin arvioihin. Selvityksessä tuki on pyöristetty alaspäin 200 euroon, koska arvion on oletettu koskevan kokoaikaisia työntekijöitä. Jos vuonna 2017 kaikki noin 2,2 miljoonaa työssä käyvää saattoivat nauttia 200 euron tuesta, henkilöstön työnantajalta saaman liikuntatuen arvo oli yhteensä noin 440 miljoonaa euroa.

Liikunta- tai kulttuuriseteleitä työnantajien käyttöön tarjoavien yritysten yhteenlaskettu liikevaihto oli vuonna 2018 hieman alle 80 miljoonaa euroa. Summa oli huomattavasti pienempi kuin Olympiakomitean kyselytutkimukseen perustuva arvio työnantajien tuesta henkilöstönsä liikunnalle. Juuri valmistuneessa selvityksessä ei ollut mahdollista selvittää, mitä muita reittejä työnantajat työntekijöitään mahdollisesti tukivat.

Liikuntaetuuksien lisäksi yritykset sponsoroivat urheilua vuonna 2018 yhteensä 155 miljoonalla eurolla. Sponsorimarkkinat ovat viime vuosina kasvaneet tasaisesti. Vuonna 2015 markkinoiden volyymi oli 134 miljoonaa euroa, ja se on vuoteen 2019 mennessä noussut 160 miljoonan euroon.

Tavaroiden ja palvelujen tuottajat

Urheilu- ja liikuntaseurojen talouden volyymi arvioitiin selvityksessä noin 800 miljoonaksi euroksi. Rahataloudesta valtaosa keskittyy suurimmille seuroille. Noin 70 prosenttia seuroista on pieniä, alle 150 jäsenen yhdistyksiä, joiden toiminta perustuu pääasiassa vapaaehtoistyöhön.

Valtakunnallisista järjestöistä keskeisen ryhmän muodostivat 56 lajiliittoa, joilla talouden volyymi oli tarkasteluvuonna lähes 160 miljoonaa euroa, ja ne työllistävät yli 500 kokoaikaista työntekijää. Myös lajiliitot ovat taloutensa ja toimintansa suhteen hyvin heterogeeninen ryhmä: muutama suuri lajiliitto vastaa suurimmasta osasta alan talouden volyyymia.

Niin liikunnan ja urheilun valtakunnalliset järjestöt kuin suurimmat urheiluseurat pyrkivät toimimaan ammattimaisesti. Niiden toiminta perustuu vahvemmin

palkattujen työntekijöiden panokseen kuin pienempien toimijoiden.

Tarjontapuolella keskeisen toimijajoukon muodostavat liikuntavälineitä ja -tarvikkeita sekä liikunnan palveluja tarjoavat yritykset. Tilastokeskuksen yritystilastojen mukaan niitä oli vuonna 2018 yhteensä 5 000. Luku on hieman epätarkka, koska osa alalla toimivista yrityksistä on ilmoittanut toimialakseen jonkin muun kuin liikuntaan liittyvän toiminnan. Toisaalta liikunta-alan tilastoissa on yrityksiä, jotka tuottavat muitakin kuin liikuntaan liittyviä tavaroita tai palveluja. Yrityspohjaisen toiminnan kerryttämä liikunnan talouden kokonaisvolyymi oli vuonna 2018 noin 2,8 miljardia euroa. Liikunnan palveluja tuottavien yritysten osuus oli tästä noin 1,2 miljardia euroa.

Yritystilastoista selviää myös tukku- ja vähittäiskaupan yritysten toiminnan volyyymi. Vähittäiskaupan luvut eivät kuitenkaan ilmaise sen kokonaislaajuutta, koska liikunta- ja urheiluvälineitä myydään myös muissa liikkeissä. Muoti- ja urheilukauppa ry:n keräämien tietojen mukaan vähittäiskaupan arvonlisäverollinen myynti oli vuonna 2018 noin 1,1 miljardia euroa. Lukuun sisältyy myös ulkomailta tuleva postimyynti.

Liikunta-ala työllistäjänä


Liikunta ja urheilu työllistivät suomalaisia vuonna 2018 noin 25 000 henkilötyövuoden edestä. Lukuun sisältyvät seuroissa ja järjestöissä toimivat, liikunta-alan yritysten työntekijät, kuntien liikuntatoimissa työskentelevät sekä koulujen liikunnanopettajat. Luku on vähimmäisarvio, sillä siitä puuttuu liikunnan järjestöjen osa-aikaisten työntekijöiden työpanos. Eurostat-tilastojen mukaan liikunta-alalla oli samaan aikaan yli 30 000 työntekijää. Huomattavasti Tilastokeskuksen ilmoittamia henkilötyövuosia suurempi luku kertoo alan työllistävän paljon osa-aikaisia työntekijöitä.

Tilastojen perusteella liikuntavälineiden ja polkupyörien tuotannon ja kaupan merkitys työllistäjänä heikkeni hieman vuosina 2013–2019. Työllistävä vaikutus laski noin 300 henkilötyövuotta (5 900 → 5 600 htv). Samaan aikaan liikunnan palvelujen henkilötyövuosien määrä kasvoi. Vuonna 2013 liikunnan palvelut työllistivät yksityisellä sektorilla noin 7 100 henkilötyövuoden edestä, ja vuonna 2019 määrä oli noussut 7 700 henkilötyövuoteen.

TIMO ALA-VÄHÄLÄ, FT

projektitutkija
Liikuntatieteellinen Seura
timo.ala-vahala@lts.fi

Liikuntatieteellinen Seura ja Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuslaitos KIHU toteuttivat vuosina 2020–2021 hankkeen, jossa selvitettiin liikunnan talouden volyyymia vuonna 2018. Raportin kirjoittamiseen osallistuivat KIHUsta tukijat Jari Lämsä, Jarmo Mäkinen ja Sanna Pusa ja LTS:sta projektitutkija Timo Ala-Vähälä.

 Timo Ala-Vähälä, Jari Lämsä, Jarmo Mäkinen, Sanna Pusa. Liikunnan talous Suomessa vuonna 2018. www.lts.fi/tutkittua-sovellettua/tutkittua/liikunnan-talous



Kuva: Juha Laitalainen

Kunnat ja liikunta 2021

Kunnissa liikunnan edistäminen riippuu paitsi olosuhteista, myös paikallisista käytännöistä. Samaan aikaan kuntiin vaikuttaa erilaisia kansallisia ja globaaleja kehityskulkuja, jotka eivät kohtelee kaikkia kuntia samoin. Kunnallisen päätöksenteon rakenteet ja tavat sekä taloudellinen liikkumavara vaihtelevat, samoin suhde kuntalaisiin ja heidän kuulemiseensa.

KUNTIEN KESKINÄISISTÄ EROISTA PUHUTTAESSA huomio kiinnittyy usein asukaslukuun tai sijaintiin. Näiden lisäksi vaihtelua on kuntien väestörakenteessa ja -kehityksessä, elinkeino- ja palvelurakenteessa sekä työpaikkaomavaraisuudessa.

On hyvä muistaa, että kunnat ovat erilaisia, mutta ne kaikki hoitavat samoja lakisääteisiä tehtäviä. Liikunnan edistämistä ohjaava sääntely rakentuu kunnissa kolmelle keskeiselle laille. Perustuslailla (731/1999) turvataan ihmisten sivistykselliset perusoikeudet ja kuntien itsehallinto. Kuntalaissa (410/2015) kuntien tehtäväksi säädetään kuntalaisten hyvinvoinnin ja alueen elinvoiman edistäminen. Se linjaa myös palveluiden järjestämisen ja tuottamisen periaatteet. Kuntien vastuuta liikunnan edistämisessä tarkoittaa liikuntalaki (390/2015).

Liikuntalaissa kuntien tehtäväksi määritellään liikunnan yleisten edellytysten luominen. Tämä viittaa liikuntapalveluiden ja terveyttä ja hyvinvointia edistä-

vän liikunnan järjestämiseen, kansalaistoiminnan tukemiseen sekä liikuntapaikkojen rakentamiseen ja ylläpitoon. Lain esitöissä (HE 190/2014) todetaan kaikkien kuntalaisten olevan liikunnan edistämisen kohderyhmää. Palveluiden suuntaamisessa tulee huomioida eri-ikäiset ja ne kuntalaiset, jotka ovat riskissä jäädä liikuntapalveluiden ulkopuolelle. Kunnalla julkisena toimijana on erityinen velvollisuus tavoitella ali-edustettuja ryhmiä ja lisätä kuntalaisten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta.

Liikuntalaki antaa kunnille verrattain joustavan kehyyksen liikunnan edistämiseksi. Se ohjaa kuntia laajempaan keskinäiseen ja hallinnonalojen väliseen yhteistyöhön sekä paikallisiin olosuhteisiin ja tarpeisiin sopivien toimintamuotojen käyttöön. Kuntalaisten kuulemisessa, toiminnan suunnittelussa ja päätöksenteossa on mahdollista huomioida paikalliset erityispiirteet sekä kuntien ja niiden asukkaiden monimuotoisuus.

Liikunnan edistämisen laajentunut tehtäväkenttä

Viime vuosikymmenten aikana liikunnan tehtäväkenttä on laajentunut urheilun ja kuntoliikunnan lisäksi harrasteliikuntaan, liikkumiseen sekä fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen (Pyykkönen 2019, 9). Samaan tapaan kuntien olosuhdetyössä katse on kääntynyt erityisistä liikunta-, uima- ja urheiluhalleista ja -kentistä myös kohti lähiliikunta- ja virkistyspaikkoja, ulkoilua ja luontoa sekä liikumista tukevaa yhdyskuntarakennetta. Kenttä on laajentunut liikuntatoimesta sektori- ja organisaatorajoja ylittäväksi työksi. Kunnan sisällä liikuntatoimen työ kytkeytyy hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ja sosiaali- ja terveystoimen ohella useimmiten sivistyksen, elinvoiman sekä teknisen toimen ja kaavoituksen alueille. Näkökulmien monimuotoistuminen on synnyttänyt erilaisia odotuksia, jotka liittyvät niin työn tavoitteisiin, kohderyhmiin kuin olosuhteisiin.

Liikunnan edistämiseen vaikuttaa väistämättä myös kunnallishallinnon uudistuminen. Hallintoa on virtaviivaistettu, ja esimerkiksi substanssilautakunnista on siirrytty laajempiin hallinnollisiin kokonaisuuksiin. Nykyisin liikunnan edistämiseen liittyvä päätöksenteko on yleisimmin joko sivistys-, hyvinvointi- tai vapaa-aikalautakunnan tehtävä. Erillisiä liikuntalautakuntia on enää neljässä prosentissa kuntia ja ne keskittyvät lähinnä suuriin kaupunkeihin. (THL 2020.)

Hallinnon muutokset vaikuttavat liikunnan asemaan kunnissa. On nähty, että osana laaja-alaista lautakuntaa liikunnan edistäminen integroituu helpommin osaksi muuta kunnan toimintaa ja eri toimialojen yhteistyö helpottuu. Lautakuntien tehtävien laajuus on omiaan lisäämään suunnitelmallisuutta ja strategista painottumista. Toisaalta riskiksi on arvioitu se, että kuntataloudesta muuttaman prosentin muodostavien liikuntapalveluiden käsitelylle ei jää riittävästi tilaa tai että päättäjien asiaosaaminen ohenee, kun liikunnan teemat nousevat asialistoille aiempaa harvemmin.

Taloudelliset haasteet huolena

Arvioidessaan nykytilannetta kuntien liikuntatoimen vastuuhenkilöt ja kuntajohto nimeävät liikuntapalveluiden tämän hetken haasteiksi henkilöstöresurssien sekä investointimäärärahojen tason. Kokonaisuudessaan kolmannes arvioi liikunnan investointimäärärahatilanteen heikoksi tai huonoksi. (Norra ym. 2020) Lähitulevaisuuden ongelmina he nostavat esiin liikuntapaikkojen peruskorjaustarpeet, taloudellisten resurssien yleisen riittävyyden sekä väestön ikääntymiseen vaikutukset palveluiden tuottamiselle. Peruskorjausrahoitus nähdään puutteellisena kaiken kokoisissa kunnissa. Enemmistö kokee ongelman joko merkittävänä tai erittäin merkittävänä tulevaisuuden haasteena. (Norra ym. 2020)

Liikunnan edistäminen kunnissa nojaa erittäin vahvasti niiden omaan panostukseen. Kuntien liikunnan käyttötalous oli vuonna 2019 yhteensä 776 miljoonaa euroa, josta oma rahoitusosuus oli 625 miljoonaa (Tilastokeskus 2020). Liikunnan valtionosuuksien määrä oli samaan aikaan noin 19,5 miljoonaa euroa (Valtion budjetti 2019). Näiden lisäksi kunnat käyttävät vuositasolla liikuntapaikkainves-

Liikunnan ympäristökuormiin voidaan vaikuttaa kaavoituspolitiikalla, rakentamisella ja hankinnoilla.

tointeihin hieman yli 260 miljoonaa euroa, joista nettokustannukset ovat 233 miljoonan luokkaa (Ala-Vähälä 2021). Suurimmasta huolenaiheesta eli peruskorjaustarpeiden korjausvelasta ei löydy selvää tilastotietoa. Tuoreen selvityksen mukaan liikuntapaikkoihin liittyvää korjausvelkaa olisi eri tavoitetasoin arvioituna 680–1 335 miljoonaa euroa, mutta arvioon liittyy monia epävarmuustekijöitä (Isoniemi & Isoniemi 2020). Niistä huolimatta on nähtävissä, että summa on merkittävä ja kuntien huoli ymmärrettävä.

Vireillä oleva sote-uudistus voi toteutuessaan lisätä kuntien vastuulle jäävien palveluiden järjestämisen vaikeuskerrointa, sillä uudistukseen liittyy merkittäviä talousvaikutuksia. Järjestämisvastuun muutos siirtää yli 20,6 miljardin euroa rahoitusvirran kunnilta hyvinvointialueille (Sote-uudistus 2021). Siirto koostuu kunnille suunnattujen valtionosuuksien vähenemisestä sekä kunnallisvero- ja yhteisöverotuottojen pienenemisestä (Malmila 2020, 8). On epäselvää, millaisia vaikutuksia tällä on kuntien kykyyn investoida ja ylläpitää erilaisia palveluita tulevaisuudessa.

Liikunnan edistäminen on sidoksissa yhteiskunnallisiin kehityskuluihin

Liikunnan edistämiseen vaikuttavat myös monet laajemat yhteiskunnalliset kehityskulut. Kun tutkii selvityksiä kuntien tulevaisuuteen liittyvistä tekijöistä, törmää väistämättä esimerkiksi ilmastonmuutokseen, väestökehitykseen, polarisaatioon, kaupungistumiseen tai digitalisaatioon (kts. esim. Kuntaliitto 2018; Nikander ym. 2020). Osaa muutostekijöiden vaikutuksista voidaan liikunnan avulla hidastaa tai hillitä, kun taas osaan joudutaan toimialalla lähinnä varautumaan ja sopeutumaan.

Ilmastonmuutokseen vastaaminen ja kestävä kehityksen turvaaminen ovat aikamme suurimpia haasteita. Kuntien kaikilla toimialoilla tehdään päätöksiä, joilla on joko suoria tai epäsuoria ilmastovaikutuksia. Kunnat ovatkin lähteneet laajasti varautumaan muutoksen vaikutuksiin ja rakentamaan toimenpiteitä sen hillitsemiseksi (Jalonen 2020). Liikunnan ympäristökuormiin voidaan vaikuttaa mm. kaavoituspolitiikalla, rakentamisella ja hankinnoilla. Aktiivisen ilmastotyön rinnalla joudutaan myös miettimään miten syntyvät vaikutukset muokkaavat toimintaa. Liikuntatoimen vastuuhenkilöistä puolet pitää ilmastonmuutoksen vaikutuksia merkittävänä tai erittäin merkittävänä haasteena palveluiden tuottamiselle tulevaisuudessa (Norra ym. 2020, 5).

Kuntien kannalta kriittinen tekijä liittyy väestön ikärakenteeseen. Julkisessa keskustelussa tällä viitataan useimmiten erityisesti ikääntyvien määrän kasvuun. Kuntajohdon mukaan se on merkittävin liikuntatoimen tulevaisuuden haasteista (Norra ym. 2020, 5). Kyse ei kuitenkaan ole pelkästä iäkkäiden määrän noususta, vaan samaan aikaan työikäisten ja erityisesti lasten määrä laskee (MDI 2021, 7). Tällä on monia suoria ja epäsuoria vaikutuksia sekä liikunnan palveluihin että olosuhteisiin.

Ikärakenteen muutosten ohella valikoiva, keskittyvä ja polarisoiva muuttoliike lisää kuntien keskinäisiä eroja. Sekä maan sisäinen että kansainvälinen muuttoliike suuntautuu erityisesti suurempiin kaupunkeihin ja kaupunkiseuduille. (MDI 2021, 7-8.) Lisäksi on ilmeistä, että erilaiset jakolinjat eivät kulje vain kuntien välillä, vaan myös niiden sisällä. Suuriin kaupunkeihin on jo muodostunut hyvinvoivien asuinalueiden rinnalle naapurustoja, jotka kantavat laajasti mukanaan periytyvää huono-osaisuutta. Tulevaisuudessa kaupunkien täytyy löytää uusia keinoja eriarvoisuuden vähentämiseen.

Digitalisaatio puolestaan on lisännyt myös liikunnan mahdollisuuksia toimia paikasta ja ajasta riippumatta, joskin myös liikunta kilpailee entistä enemmän ihmisten ajasta erilaisten digitaalisten alustojen kanssa. Erilaiset etä- ja hybridiratkaisut haastavat nykyisen palvelutarjonnan ja -rakenteen. Teknologisista ratkaisuista huolimatta liikunnan edistämisen arvioidaan pysyvän edelleen ennen kaikkea vuorovaikutustyönä, johon erilaiset digitaaliset ratkaisut tuovat tukea (Nikander ym. 2020, 8).

Sektorirajat ylittävän työn merkitys kasvaa

Vaikka tulevaisuus näyttää monin tavoin haasteelliselta, ei kunnissa ole jääty odottamaan, vaan liikunnan edistämistä kehitetään ja suunnataan määrätietoisesti. Poikkihallinnollisia, hyvinvointia ja terveyttä edistäviä liikuntaa koordinoivia ryhmiä on yli 80 prosentissa kuntia ja liikunnan edistämiseen liittyvästä työnjaosta on sovittu niissä vielä tätä useammin. Puolet kunnista on vahvistanut toiminnan strategisuutta ja niillä on käytössään monialainen liikkumishohjelma joko osana laajempaa kokonaisuutta (41 %) tai omana suunnitelmana (9 %). (THL 2020.)

Kuntien liikuntatoimien vastaavat ja kuntajohto arvioivat, että kuntien liikunnan edistämistä voidaan vahvistaa parantamalla kunnan poikkihallinnollista yhteistyötä sekä lisäämällä työn suunnitelmallisuutta ja strategisuutta. Lisäksi he arvioivat, että alueen eri toimijoiden hankkeistyötä tulee edelleen laajentaa (Norra ym. 2020, 6.) Kunnissa tehtävä liikunnan edistäminen ei rajoitukaan kunnan omaan toimintaan. Laajaa ja monimuotoista yhteistyötä tehdään paikallisten yritysten, seurojen ja järjestöjen kanssa, mutta tämä yhteistyö vaatii kokonaan oman, laajemman tarkastelunsa.

MARI AHONEN-WALKER, KM

erityisasiantuntija

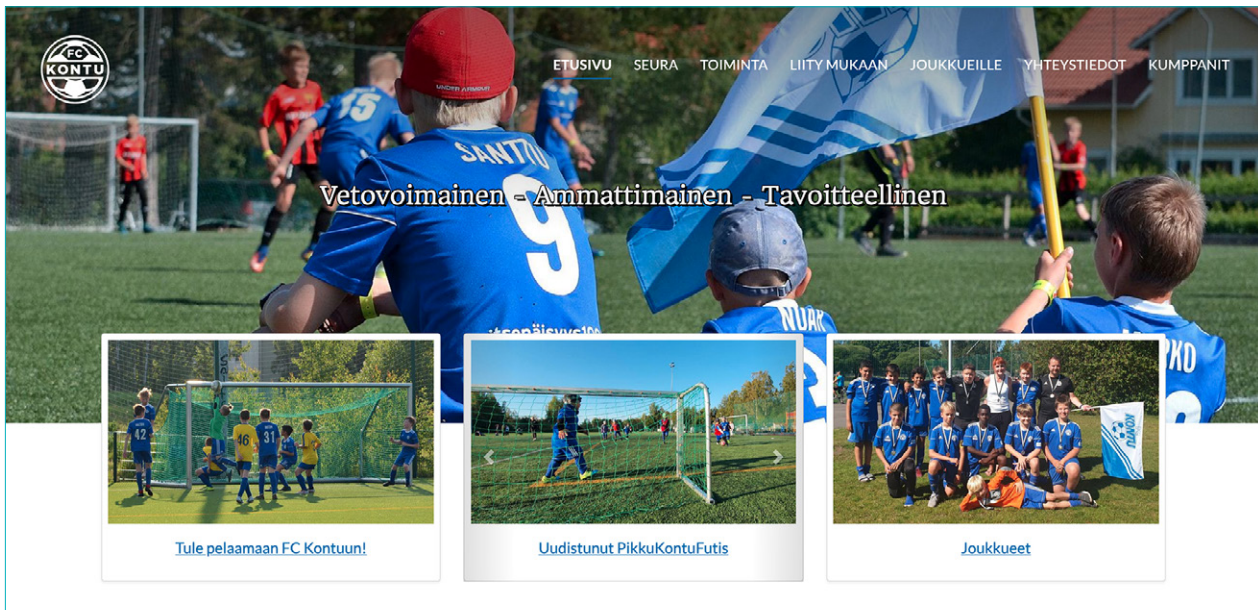
Hyvinvointi ja sivistys -yksikkö

Kuntaliitto

Mari.Ahonen-Walker@kuntaliitto.fi

LÄHTEET

- Ala-Vähälä, T.** 2021. Valtion ja kuntien tuki liikunnalle. Teoksessa Ala-Vähälä, T., Lämsä, J., Mäkinen, J. & Pusa, S. Liikunnan talous Suomessa vuonna 2018, s. 11–19.
- Isoniemi, H. & Isoniemi, T.** 2020. Suomen kuntien ja kuntayhtymien rakennusten reaaliarvojen, korjausvelan ja perusparannustarpeen määrittäminen ja laskenta v. 2019. Trellum. <https://minedu.fi/documents/1410845/46074517/Trellum+OKM+Liikuntarakennusten+korjausvelka+ja+perusparannustarve+raportti.pdf/9e70c588-dcde-f826-07c0-3cf17eb74a2b/Trellum+OKM+Liikuntarakennusten+korjausvelka+ja+perusparannustarve+raportti.pdf?t=1605703014644> (3.5.2021)
- Jalonen, P. (toim.)** 2020. Opas kuntien ilmastotyön tueksi: Ilmastonmuutos ja kunnat. Suomen Kuntaliitto: Helsinki.
- Kuntalaki 2015.** 410/2015 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150410?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D> (3.5.2021)
- Kuntaliitto 2018.** Maailmanpyörä - kuntien ja alueiden muutosajurit 2018–2030. <https://www.kuntaliitto.fi/osallistuminen-ja-vuorovaikutus/johtaminen-ja-kehittaminen/kuntien-toiminnan-uudistaminen/ennakointi/kuntien-ja-alueiden-muutosajurit-2018-2030> (1.5.2012)
- Liikuntalaki 2015.** 390/2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390> (3.5.2021)
- HE 190/2014 Hallituksen esitys eduskunnalle liikuntalaiksi.** https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/HallituksenEsitys/Documents/he_190+2014.pdf (3.5.2021)
- Malmila, M.** 2020. Sosiaali- ja terveystoimen rahoitus 2021. Esitys Kuntamarkkinoilla 9.–10.9.2020. <https://www.kuntaliitto.fi/sites/default/files/media/file/Sosiaali-ja-terveystoimen-rahoitus-2021.pdf> (29.4.2021)
- MDI 2021.** Kaupunkipolitiikan koronäläkkeet. Kaupunkipolitiikan tiekartta V. MDI Public Oy. <https://www.mdi.fi/content/uploads/kaupunkipolitiikan-tiekartta5-mdi-digi-210326.pdf> (1.5.2012)
- Nikander, J., Haapamäki, J. & Tuominen-Thuesen, M.** 2020. Vierivä kivi ei sammaloidu - liikunta-ala murroksessa. Liikunta-alan osaamisen ennakoitintyön loppuraportti. Opetushallitus, raportit ja selvitykset 2020:27. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Vieriva_kivi_ei_sammaloidu_liikunta-ala_murroksessa.pdf (30.4.2021)
- Norra, J., Karimäki, P. & Pekkala, J.** 2020. Kuntien liikunta- ja palveluiden tulevaisuuden haasteet ja mahdollisuudet -selvitys. https://www.smartsport.fi/uploads/1/2/1/5/121595256/kuntien_liikuntapalveluiden_haasteet_ja_mahdollisuudet_kysely_2020_-_p%C3%A4%C3%A4tulokset.pdf (29.4.2021)
- Perustuslaki 1999.** 731/1999. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731> (3.5.2021)
- Pyykkönen, T.** 2019. Maailman istuvin urheilukansa – ihmettelyjä liikuntapolitiikan labyrinteissa. Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi NRO 30.
- Sote-uudistus 2021.** Kuntien ja hyvinvointialueiden rahoituslaskelmat. <https://soteuudistus.fi/rahoituslaskelmat> 4.5.2021
- THL 2020.** Liikunta kuntien toiminnassa. Liikunnan TEA-viisarin kysymyskohtaiset perustaulukot 2020. https://teaviisari.fi/teaviisari/content/file/304/Liikunnan_perustaulukot_2020 (3.5.2021)
- Tilastokeskus 2020.** Kuntien ja kuntayhtymien raportoidut taloustiedot. https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/Kuntien_talous_ ja_toiminta/ (3.5.2021)
- Valtion budjetti 2019.** Valtion talousarvioesitys 2019. Yhdistelmä ajantasaisesta talousarviosta, yksityiskohtaiset perustelut. Määrärahat 29.90. liikuntatoimi <https://budjetti.vm.fi/indox/sisalto.jsp?year=2019&lang=fi&maindoc=/2019/aky/aky.xml&opennode=0:1:11:265:699:831> (3.5.2021)



Toiminta ammattimaistuu – miten se muuttaa seuraa?

Seurojen ammattimaistumisesta ja muuttumisesta vapaaehtoisuhteisöistä kohti yritysmäisesti operoivia organisaatioita on puhuttu seuratutkimuksessa pitkään. Muutoksessa on kyse ammattimaisten toimintatapojen ja prosessien yleistymisen lisäksi etenkin seurojen kyvystä hankkia palkattuja työntekijöitä. Seura muuttuu siirtäessä vapaaehtoisorganisaatiosta työnantajaksi.

”ME PYRITÄÄN VAHVISTAMAAN seurojen työnantajaroolia ja osaamista työnantajana”, totesi Olympiakomitean seura- ja jäsenoimintayksikön johtaja Jaana Laurila (2021) komitean omissa OlympiaCast-podcastissa maaliskuun puolivälissä. Yksi Olympiakomitean painopistealue seuratoiminnan kehittämisessä koskeekin seurojen työnantajuutta, jonka kasvulle komitea pyrkii toimenpiteiden tasolla luomaan parempia edellytyksiä. Tavoitteiksi Olympiakomitea nimeää muun muassa seurojen työnantajakuvan parantamisen ja työntekijämäärien kasvattamisen. (Suomen Olympiakomitea 2020.)

Työntekijöiden palkkaaminen onkin ollut suomalaisessa liikunta- ja urheiluseuroissa kasvussa jo pitkään. Nykyään päätoiminen työntekijä löytyy yli joka viidennestä seurasta. Työntekijöiden kokonaismäärällä mitattuna liikunta- ja urheiluseuroissa työskentelee päätoimisena työntekijänä yli 5 000 henkilöä. (Koski & Mäenpää 2018, 67.)

Seurojen maksamat palkkasummat ovat kasvaneet vuosien 2013–2018 välisenä aikana 31 prosenttia, ja vuonna 2018 seurat maksoivat palkkoja yhteensä noin 104 miljoonaa euroa. (Turunen, Turpeinen, Inkinen & Lehtonen 2020, 15.) Ammattimaistumisen voimistuminen näkyy myös seurojen kasvaneena talousvolyyminä etenkin viimeisten 15 vuoden aikana. Vuonna 2006 seurojen keskimääräiset kokonaistulot olivat 66 000 euroa, kun ne kymmenen seuraavan vuoden aikana liki kaksinkertaistuivat 126 000 euroon. (Koski & Mäenpää 2018, 77.)

Työnantajana toimimisen sietämätön vaikeus

Seurojen toimintaa ohjaavat isossa kuvassa liikuntapolittiset linjaukset, joissa valtionhallinto määrittelee hyviksi ja tavoiteltaviksi katsomansa suuntaukset seuratoiminnalle. Yksi merkittävimmistä ohjaus- ja tukikeinoista on opetus- ja kulttuuriministeriön liikunta- ja urheiluseuroille

Seurat kipuilevat harrastuskustannusten nousun ja vapaaehtoisuuden vähenemisen kanssa.

vuodesta 1999 lähtien jakama seuratoiminnan kehittämistuki ("seuratuki"). Vuodesta 2013 seuratukihankkeet on jaettu palkkaushankkeisiin ja toiminnallisiin hankkeisiin, joita voidaan molempia pitää hyvinä esimerkkeinä pyrkimyksiä ohjata seuratoimintaa kohti

kehittämisen, eteenpäin pyrkimisen ja ammattimaistumisen ajattelutapaa. Työntekijän palkkaamiseen tähtääviin hankkeisiin on viimeisten viiden vuoden aikana myönnetty tukea hieman alle kymmenen miljoonaa euroa (Seuratuki-Virveli 2020).

Likes-tutkimuskeskus on tehnyt seuratukeen liittyvää seurantaa ja arviointia vuodesta 2005 asti. Seuranta on tuonut esiin työnantajana toimimisen vaikeudet tukea saaneissa seuroissa. Työnantajan näkökulmasta vaikeuksia on ollut niin työnantajavelvoitteiden (työntekijän ohjaus ja perehdyttäminen) täyttämässä, työntekijän rekrytoinnissa kuin taloudellisten kustannusten kattamisessakin. (Riekkki & Hentunen 2016, 21–23).

Seurojen työnantajuutta voidaan pitää jokseenkin polarisoituneena. Työntekijöitä pystyvät palkkaamaan enimmäkseen seurat, joiden kotipaikka on suurten kuntien alueella, ja joilla on jo aikaisempaa kokemusta työntekijän palkkaamisesta. Työsuhteet jatkuvat todennäköisemmin seuroissa, joissa seuran harrastajapohja ja talousvolyyymi ovat riittävän suuria. Jäsenmäärältään ja taloudeltaan pienempien seurojen on hankalampaa toteuttaa ja vakiinnuttaa työntekijän palkkaaminen. (Turunen ym. 2020; Turunen ym. 2019; Riekkki & Hentunen 2016.)

Ristiriitaista kamppailua kahden eetoksen välimaastossa

Eetoksen käsitteellä voidaan tarkoittaa johonkin ilmiöön liittyviä arvoja, tapoja, tottumuksia ja uskomuksia. Perinteisesti suomalaisen liikunta- ja urheiluseuratoiminnan voidaan katsoa perustuvan vahvalle vapaaehtoistoiminnan eetokselle, jossa yhteisöön kuuluvat jäsenet toimivat yhteisen hyvän eteen ilman rahallista korvausta. Urheiluun kuitenkin liitetään alan tutkimuksessa ja kirjallisuudessa usein itsestään selvästi jonkinlainen eteenpäin pyrkimisen ja kehittymisen eetos. Seuratoiminnassa tämä ilmenee muun muassa ammattimaistumisena ja yritysmaistumisena, joita kohti pyritään toimintoja ja prosesseja kehittämällä ja työntekijöitä palkkaamalla. (ks. esim. Koski & Mäenpää 2018, 36.)

Usein eetoksen käsitteeseen kuuluu myös käsitykset oikeista ja tavoittelemisen arvoisista asioista, jolloin eetoksen voidaan katsoa olevan jollain tietyllä arvoperustalla tai motiiveilla varustettu kehys (ks. esim. Helén 2005; Kupiainen 2005, 16). Täten eetokseen sisältyisi aina jonkinlainen normatiivinen luonne. Eetoksen käsitteen norma-

tiivisuutta voidaan soveltaa myös liikuntaan ja urheiluun (vrt. esim. Oja 2019). Millaiset arvot ja käsitykset katsotaan seuratoiminnan kehityksessä oikeiksi ja sellaisiksi, joita tulee tavoitella?

Seurojen hankaluudet työnantajana toimimisessa il-

mentävät tuskailua kahden vastakkaisen eetoksen välissä olemisesta. Toisaalta seuroilla on kova halu ja paine muuttua muun yhteiskunnan vanavedessä entistä ammattimaisemmiksi. Liikunta- ja urheiluseuran jäsentä luonnehditaan monesti asiakkaaksi, jonka rahoille seuran tulee tarjota vastinetta laadukkaana toiminnan muodossa. Työntekijän palkkaaminen nähdään usein keinoksi vastata koventuneisiin vaatimuksiin. Tässä kohdin ollaan jo vahvasti flirttailemassa yritysmäiseen toimintaan ja eetokseen siirtymisen kanssa.

Seurat eivät kuitenkaan työnantajaksi siirtymisestä huolimatta täysin osta yritysmäisen eetoksen ideaa. Seuratutkimuksessa on tuotu hyvin esille, kuinka seurat kipuilevat harrastuskustannusten nousun ja vapaaehtoisuuden vähenemisen kanssa (ks. esim. Mäenpää & Koski 2019). Seurat joutuvatkin hankalasti tasapainoilemaan työnantajina: toisaalta niiden tulisi pyrkiä kohti rationaalisoitua ja taloudellista kasvua tavoittelevaa yritysmallia, mutta toisaalta ne eivät voi eivätkä haluakaan irtautua juuristaan vapaaehtoistoimintaan perustuvana yhteisönä. Seurat tuntuvat kelluvan jonkinlaisessa välitilassa, jossa kumpaankaan ääripäähän ei haluta eikä voida jämähtää.

Seurojen tilannetta eivät helpota valtion liikuntapolitiittiset linjaukset seuratoiminnalle. Vuosittain jaettava seuratuki on yksi esimerkki siitä, miten valtion liikuntapolitiikalla halutaan suunnata seuroja kohti ammattimaisuutta ja työnantajuutta. Samaan aikaan seuratuon myöntökriteeristöissä asetetaan vaatimuksia seuratoiminnan avoimuudelle ja edullisuudelle. Ristiriitaiset tavoitteet vaikeuttavat etenkin pienemmin taloudellisin edellytyksin toimivien seurojen asemaa, kun niiden resurssit eivät samalla tavalla riitä toiminnan ammattimaistamiseen ja työntekijöiden palkkaamiseen.

Ammattimaistuminen ei ole itseisarvo

Valtion liikuntapolitiikkaan peilaten tuntuu varsin luontealta, että myös muut valtakunnalliset ja paikalliset järjestötoimijat ovat omaksuneet vahvasti seuratoiminnan ammattimaistumisen eetoksen. Myös seuratasolla ammattimaistuminen nähdään etenkin suurten seurojen toimesta tavoiteltavana ja haluttuna päämääränä (Mäenpää & Koski 2019, 33–35).

Liikunta- ja urheiluseurojen ammattimaistuminen nähdään usein itsestään selvästi hyvänä ja oikeana suuntauksena, jota kohti seurojen on syytä pyrkiä. Jo mainit-

tu urheilun sisäiseen logiikkaan sisältyvä kehityksen ja eteenpäin menemisen ajatus liitetään yhteen ammattimaistumisen kanssa: ikään kuin urheiluun kuuluisi itseisarvoisesti myös pyrkimys kohti ammattimaisuutta. On tyypillistä, että asioita arvioidaan kulloinkin vallalla olevan eetoksen näkökulmasta käsin. Suomalaisten seurojen monimuotoisuus uhkaa kuitenkin jäädä huomioimatta, jos tarkastelemme asioita vain autuaaksi tekevän ammattimaistumisen silmälasien läpi.

Koronakriisi on koetellut yhteiskuntaa ja samalla myös liikunta- ja urheiluseuroja. Kovimmin kriisin vaikutukset ovat osuneet juuri yritysmäistyneisiin ja ammattimaistuneisiin seuroihin, kun taas vapaaehtoisvoimin toimivat seurat ovat päässeet vähemmällä (Valtion liikuntaneuvosto 2020, 24–33). Opetus- ja kulttuuriministeriö on koronapandemian eri vaiheissa jakanut liikunnalle avustuksia. Ensimmäiset avustuspäätökset tehtiin vuoden 2020 kesäkuussa, jolloin tukea myönnettiin seuroille koronasta aiheutuvien haittojen lieventämiseen ja erilaisten kulojen kattamiseen. Avustusta haki yhteensä 1 008 seuraa eli noin joka kymmenes suomalainen liikunta- ja urheiluseura. OKM:n toista seuroille suunnattua erityisavustusta haki noin 700 seuraa. Avustuksia hakeneiden seurojen maltillinen määrä voi taloudellisen vakauden lisäksi johtua esimerkiksi hakemusosaamisen puutteesta tai siitä, ettei tällaisten avustusten olemassaolosta ylipäänsä tiedetty. Kovin pitkälle meneviä johtopäätöksiä ei siis voida tehdä, mutta vaikuttaisi siltä, ettei korona ole saanut suomalaista liikunta- ja urheiluseurakenttää taloudellisesti kokonaisuudessaan polvilleen.

Yhtä hyvää mallia ei ole

Suomalaisten liikunta- ja urheiluseurojen työnantajuus on ollut usealla mittarilla mitattuna jo hyvän aikaa kasvussa, eikä suuntaukselle ole odotettavissa täyskäännöstä. Jatkossa erilaiset toimintaa ohjaavat eetokset tulisi tunnistaa nykyistä selvemmin. Työntekijän palkkaaminen ei ole pelkästään seuran kehittämistoimenpide, vaan se on myös valinta siirtyä kohti ammattimaisen ja yritysmäisen toiminnan eetosta. Samoin vapaaehtoistoimintaa ei pitäisi ajatella vain välttämättömänä ”ilmaistyönä”, vaan eetoksellisena perustana toiminnalle (ks. esim. Mäenpää & Koski 2019, 56).

Professori **Hans Rosling** (2018) on puhunut niin sanotusta ihmismielen kuiluvaistosta. Se tarkoittaa ajattelutapaa, jossa näemme ilmiöistä vain niiden ääripäät. Kahtiajakautunut käsitys kärjistää ajatteluamme, jolloin vastakkaisten ääripäiden välissä oleva suuri enemmistö jää huomioimatta. Sama pätee myös suomalaiseen liikunta- ja urheiluseurakenttään: suurin osa seuroista sijaitsee jossain ammattimaisen huippu-urheiluorganisaation ja lasten harrastustoimintaa vapaaehtoisvoimin tarjoavan seuran välillä. Eetokset eivät myöskään ole selvärajaisia omia kokonaisuuksiaan vaan ne ovat olemassa limittäin

ja osin sekoittuneinakin. Niin on myös seuratoiminnassa: ensimmäisen työntekijän palkkaaminen ei automaattisesti tarkoita täysimääräistä siirtymistä vapaaehtoistoiminnan eetoksesta yritysmäiseen eetokseen.

Eetoksen käsite on oiva väline seuratoiminnan muutosten hahmottamiseen. Lopulta kyse on jokaisen seuran omasta valinnasta ja siitä, mihin toimintansa halua perustaa. On yhtä oikein pysytellä vapaaehtoisvoimin toimivana yhteisönä kuin tavoitella taloudellista ja toiminnallista kehitystä ja kasvua. Tai jotain siltä väliltä.

SAMULI OJA, LitM

Tutkija

Likes

samuli.oja@likes.fi

LÄHTEET

- Helén, I. 2005. Genealogia kritiikkinä. *Sociologia* 42 (2), 93–109.
- Koski, P. & Mäenpää, P. 2018. Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25.
- Kupiainen, R. 2005. Mediakasvatuksen eetos – fenomenologinen tutkimus mediakasvatuksen etiikasta. Lapin yliopisto. *Acta Universitatis Lappeensis* 86.
- Laurila, J. 2021. OlympiaCastin vieraana Jaana Laurila: Mikä on seuranne seuraava edistysaskel? OlympiaCast-podcast 17.3.2021.
- Mäenpää, P. & Koski, P. 2019. Suuret seurat suurennuslasin alla. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2019:20.
- Oja, S. 2019. Suomalainen dopingin moraalisaätelyverkosto – verkoston muotoutuminen, rakenne ja moraalisaätelypuhe asiakirja- ja media-aineistossa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Rieki, M. & Hentunen, J. 2016. Työntekijän palkkaaminen seuratuena avulla. Kyselyn tuloksia työntekijän rekrytoimisesta urheiluseuraan vuosilta 2013–2016. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 322.
- Rosling, H. 2018. *Faktojen maailma*. Helsinki: Otava.
- Seuratuki-Virveli. 2020. Seuratoiminnan kehittämistuen seuranta 2012–2020. Likes. likes.fi/tutkimus/seuratuki/
- Suomen Olympiakomitea. 2020. Toiminta- ja taloussuunnitelma 2021.
- Turunen, M., Turpeinen, S., Inkinen, V. & Lehtonen, K. 2020. Palkkatyö urheiluseuroissa: Urheiluseurat työnantajina 2013–2020. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 385. Likes.
- Turunen, M., Turpeinen, S., Lehtonen, K., Inkinen, V., Hakonen, H. & Laine, K. 2019. Palkkatyösuhteiden vakiintuminen suomalaisissa urheiluseuroissa. Tutkimustiivistelmä. Jyväskylä: Likes-tutkimuskeskus.
- Valtion liikuntaneuvosto. 2020. Koronapandemian akuutit vaikutukset liikuntatoimialaan. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2020:1.



Kuva: Antero Aaltonen

Etninen moninaistuminen haastaa liikuntatutkimusta ja -politiikkaa

Kansainvälinen muuttoliike on aikamme megatrendi. Globaali työvoiman liikkuvuus, taloudellisen ja sosiaalisen eriarvoisuuden kasvu, konfliktit sekä ilmastonmuutos saavat ihmisiä liikkeelle. Vuosittain Suomeen muuttaa noin 20 000 ulkomaista syntyperää olevaa ihmistä. Tämä vaikuttaa väistämättä liikuntaan ja liikuntapolitiikkaan.

TILASTOKESKUKSEN MUKAAN SUOMESSA asui vuoden 2019 lopussa 423 494 ulkomaalaistaustaista henkilöä ja muuttotahti ei näy hiipuvaan lähiaikana. Etnisiä vähemmistöjä Suomessa on toki ollut jo ennen ulkomailta muuttaneitakin. (Saukkonen 2013). Väestön moninaisuuden kasvaessa esille nousee kysymys tulijoiden asettumisesta suomalaisen liikuntakenttään. Kyse ei ole pelkästään liikunnan harrastamisesta vaan toimijuudesta liikuntakentän kaikilla tasoilla.

Suomen kotouttamista ja vähemmistöjä koskeva lainsäädäntö on yksi Euroopan parhaita, joten poliittinen tahtotila muuttajien yhteiskunnallisen osallisuuden tukemiselle ja institutionaalisten muutosten tekemiselle on hyvä. Monikulttuurisuus ja liikunnallinen tasa-arvo ovat liikuntalainkin lähtökohtia (Liikuntalaki 2015/390).

Tahtotila suotuisalle muutokselle on olemassa, mutta käytännön toteutus ontuu. Liikuntapoliittisten diskurssien tarkastelu osoitti, miten liikuntapolitiikalla tuotetaan tahattomasti kuiluja muuttajien ja valtaväestön välille: Suomeen muuttaneita ihmisiä kohdellaan eri tavoittein kuin valtaväestöä. Kun liikunnan edistämisen tavoitteet ovat yleisesti terveyden edistämisessä, niin ulkomaalaistaustaisten ihmisten kohdalla poliittiset tavoitteet ovat sidoksissa kotouttamiseen. (Rönkkö 2020.) Lukuisissa muissa tutkimuksissa on osoitettu, miten liikuntakentällä on eriarvoistavia ja ulossulkevia käytäntöjä valtanormista poikkeavia liikkujia kohtaan (Berg & Kokkonen 2016; Kokkonen & Kauravaara 2020).

Poliittista ohjausta

Miten liikuntaelämän rakenteita tulisi uudistaa väestön moninaistuesssa? Muutokset voivat tapahtua kamppailuna asemasta ja toimintatilasta tai vaihtoehtoisesti liikuntakentän yhteisenä ymmärryksenä toimien tarpeellisuudesta. Mallia voisi hakea kulttuurin puolelta, jossa opetus- ja kulttuuriministeriö perusti työryhmän Suomen taide- ja kulttuuripolitiikan muuttamista varten. Työryhmän tavoitteena oli kehittää toimintaohjelma, joka edistäisi maahanmuuttoon perustuvan moninaisuuden huomioimista taide- ja kulttuuripolitiikassa. Raportin 40 toimenpide-ehdotusta koskivat alan julkista rahoitusta, osaamisen kehittämistä, työllistymis- ja urakehitysmahdollisuuksia sekä taiteen ja kulttuurin sisältöjen monipuolistamista. Työryhmän puheenjohtaja **Pasi Saukkonen** painotti muutoksen edellytykseksi luotettavaa, laaja-alaista ja järjestelmällistä tietopohjaa.

Liikuntapolitiikan alalla on olemassa vuonna 2010 julkaistu *Kehittämisohjelma maahanmuuttajien kotouttamiseksi liikunnan avulla*. Ohjelma sisältää kymmenen kehittämistoimenpidettä liittyen resurssiohjaukseen, koulutuksiin, tutkimukseen sekä kehityksen seurantaan. Sen mukaisesti resursseja on kohdennettu kotouttamishankkeisiin, joiden ansiosta Suomeen muuttaneiden liikkumismahdollisuudet ovat lisääntyneet. Muutokset eivät tosin ole yltäneet liikuntaorganisaatioiden rakenteisiin (ks. Pasanen & Laine 2017). Kulttuuri-alan tavoin liikuntakentällekin tarvitaan uusi, päivitetty toimenpideohjelma.

Tiedolla johtaminen on hyvän liikuntapolitiikan lähtökohta. Muuttoliikkeiden ja liikunnan kohtaamispiirroilla on niukasti tutkittua tietoa, ja tutkimus on keskittynyt lähinnä kotoutumisilmiön ja liikkumistapojen tarkasteluun (Rönkkö 2020, 136). Monet väestömuutokseen liittyvät yhteiskunnalliset ilmiöt ovat jääneet pimentoon. Väestön moninaistumiseen liittyy erilaisuuden kohtaaminen, josta seuraa väistämättä tulijoiden luokitteluun sekä rajojen vetäminen meihin ja heihin (Bauman 1997, 53). Liikuntakentän toimijoilla on valta määrittää, miten etninen asema ja kulttuurisen monimuotoisuus määritellään ja otetaan huomioon. Ulkomaalaistaustaisilla ihmisillä tulisi olla liikuntakentällä muitakin kuin hyvän kotiutujan rooli.

Tutkimuskentän muutokset

Vapaa liikkuvuus Euroopan unionissa sekä poliittiset kriisit muualla lisäävät muuttoliikettä. Globaali talous ja digitalisaatio liittävät ihmiset useampaan maahan samanaikaisesti (Alho & Kumer-Haukanömm 2020). Ihmisten liikkuvuus ei määrity enää muutoksi kansallisvaltion ja sitä seuraavaan kotoutumiseen. Paradigman muuttuessa aikaisemmasta kotoutumisen tutkimisesta ollaan siirtymässä transnationaaliseen lähestymiseen (Könönen 2014; Edelman & Tervonen 2020, 37). Transnationaalinen eli ylijärjallisuuteen perustuva lähestyminen selvittää, miten ihmiset elävät ja toimivat monipaikkaisessa maailmassa.

Myös Etnisten suhteiden tutkijaverkostossa (ETMU) on keskusteltu siitä, miten eri tieteenalojen tulkinnat ei-

vät kohtaa. Perinteisesti toimiessaan tutkijat eivät tunnista yhteiskuntasuhteissa vallitsevia hierarkioita (Leinonen ym. 2020). Esimerkiksi liikuntatutkimus ei tunnista vieraskielisten iäkkäiden näkökulmaa. Samalla pimentoon jäävät erilaiset syrjintää aiheuttavat rakenteet, jotka koskevat myös muita vähemmistöihin kuuluvia iäkkäitä. Ruotsalainen eriarvoisuustutkija Thernborn (2014, 71) kutsuu tekemättä (tutkimatta) jättämistä etäännyttämiseksi, jolla aiheutetaan muista ryhmistä taakse jäämistä. Kysymyksessä on tutkimuksellisesti tuotettu sosiaalinen näkymättömyys.

Liikuntatutkimuksen sokeat pisteet

Maahanmuuttotutkimuksen vinoumiksi on nähty etninen katse, metodologinen hallinnallisuus ja metodologinen nationalismi (Näre 2018). Etnisellä katsella tarkoitetaan ihmisten tutkimista kulttuurinsa edustajina. Liikunnassa se tarkoittaisi etnisyyden mukaan rajattujen ryhmien toiminnan tutkimista. Etnisyys on kuitenkin ihmisten näkökulma maailmaan, ei sellainen haltuun otettava ”olio”, jota voi tutkimuksellisesti kuvata. Millainen kuvaus syntyi esimerkiksi ”suomalaisen” urheilijan ominaisuuksista ja pystyisikö sitä edes tekemään?

Metodologisella nationalismilla tarkoitetaan muuttoliikkeiden tutkimista kansallisvaltion viitekehityksessä tulkiten, että maailma on jakautunut kansoihin ja kansallisvaltioihin. ”Maahanmuuttajat” ovat siten kansallisuutensa edustajia, joita tutkijat lähestyvät kansallisten diskurssien käsitteistöllä (Könönen 2014, 18). Tutkimuksen näkökulmiksi rakentuukin usein se, miten ”maahanmuuttajat” saadaan mukaan kantaväestön liikuntatoimintaan. Tutkimusasetelma sisältää ”me” ja ”he” vastakkainasettelun ja kansallisuuteen perustuvan eronteon. Metodologinen hallinnallisuus tarkoittaa sitä, että muuttoliikkeiden tutkimuksessa käytetään kriittittömästi hallinnollisia kategorioita, kuten ”maahanmuuttaja” tai ”kotoutuminen”. Ihmisten elämää tulisi tutkia laajemmin kuin pelkästään kotoutumisen prisman kautta katsoen.

Väärintunnistaminen ja eettisyys

Tutkimuksen keskittyessä pelkästään etnisiin ryhmiin tai ulkoisilta tunnusmerkeiltä maahanmuuttajiksi luokitte- luihin vahvistamme stereotyyppioita. Tilannetta voi katsoa Beverly Skeggsin *väärintunnistamisen* käsitteen kautta. Väärintunnistamisella Skeggs selitti työväenluokkaisten naisten sosiaalisen aseman syntymistä, kun naisia määriteltiin työväenluokalle ”ominaisten” olemuksellisten piirteiden perusteella (Skeggs 2014, 33).

Ulkomaalaistaustaisten ihmisten luokittelu maahanmuuttajiksi ja sen perusteella liikuntapolitiittisten toimien tekemisessä on kyse väärintunnistamisesta. Maahanmuuttajuus ei ole jotain, minkä voisi määritellä erilliseksi suomalaisuudesta. Kannanottoja näkökulmien laajentamiseksi on tullut monilta tieteenaloilta (ks. Wrede 2010; Berdai Chaouni ym. 2021; Martikainen 2009). Eettisten periaatteiden selkeyttäminen ja tarkempien ohjeiden laatiminen on käynnistynyt alkuperäiskansoihin eli saamelais- tutkimuksiin liittyen.

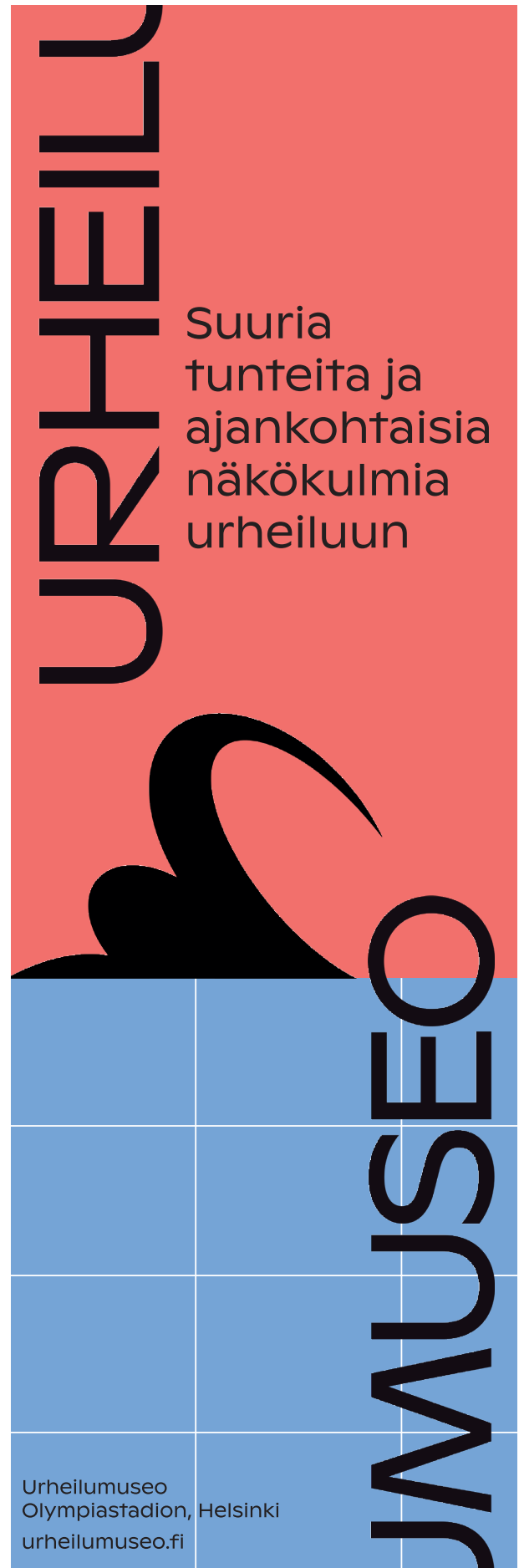
Muuttoliikkeisiin, etnisyyteen ja kulttuuriseen moninaisuuteen liittyvä liikuntapolitiittinen ja tutkimuskeskustelu ammentavat kulloisestakin yhteiskunnallisesta kontekstista. Maailman muuttuessa nopealla tempolla olisi aika päivittää liikuntapolitiikan lähtökohdat vastaamaan väestön moninaisuutta.

EVA RÖNKKÖ

väitöskirjatutkija
Jyväskylän yliopisto
eva.ronkko@elakelaiset.fi

LÄHTEET

- Alho, R. & Kumer-Haukanömm, K.** 2020. Johdanto. Teoksessa: R. Alho ja K. Kumer-Haukanömm (toim.) Liikkuvuus, muuttoliike ja ylijärjestykset suhteet Suomen ja Viron välillä. Siirtolaisinstituutin julkaisuja 28. Turku: Siirtolaisinstituutti, s. 13–28.
- Bauman, Z.** 1997. Sosiologinen ajattelu. Suom. J. Vainionen. Tampere: Vastapaino.
- Berg, P. & Kokkonen, M. (toim.)** 2016. Urheilun takapuoli. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisua 135.
- Berdai Chaouni, S., Claey, A., van den Broeke, J. & De Donder, L.** 2021. Doing research on the intersection of ethnicity and old age: Key insights from decolonial frameworks. *Journal of Aging Studies*. Volume 56.
- Edelman, K. & Tervonen, M.** 2020. Viron ja Suomen välinen muuttoliike: katsaus aiempiin tutkimuksiin. Teoksessa: R. Alho ja K. Kumer-Haukanömm (toim.) Liikkuvuus, muuttoliike ja ylijärjestykset suhteet Suomen ja Viron välillä. Siirtolaisinstituutin julkaisuja 28. Turku: Siirtolaisinstituutti, s. 29–43.
- Könönen, J.** 2014. Tilapäinen elämä, joustava työ: Rajat maahanmuuton ja työvoiman prekarisaation mekanismeina. *Yhteiskuntatieteiden laitos*, n.93. Joensuu: Itä-Suomen yliopisto.
- Leinonen, J., Seikkula, M. & Keskinen, S.** 2020. Rakenteellisesta rasismista pitää puhua myös Suomessa. Rasisminvastainen tutkijaverkosto/ anti-racist research network. Saatavilla verkossa: <https://raster.fi/2020/05/22/rakenteellisesta-rasismista-pitaa-puhua-myos-suomessa/> Luettu: 27.4.2021.
- Liikuntalaki** 10.4.2015/390.
- Martikainen, T.** 2009. Eettisiä kysymyksiä maahanmuuttotutkimuksessa. *Elore*, 16(2).
- Näre, L.** 2018. Rajat, siirtolaisuus ja epävirallinen muuttoliike. *Sosiologia*. 55 (4), 327–333.
- Opetusministeriö** 2010. Kehittämishjelma maahanmuuttajien kotouttamiseksi liikunnan avulla. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2010: 16.
- Pasanen, S. & Laine, K.** 2017. Monikulttuuriset liikuntahankkeet. Vuosien 2015–2016 hankesurannan tuloksia. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 326. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Rönkkö, E.** 2020. Yhteiskunnallista peliä liikuntakentällä – liikuntapolitiittiset asiakirjat ja *Liikunta & Tiede* -lehti ulkomaalaistaustaisuutta määrittelemässä vuosina 1990–2018. Teoksessa: J. Kokkonen & K. Kauravaara (toim.) Eriarvoisuuden kasvat liikunnassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro. 175, s. 114–140.
- Saukkonen, P.** 2013. Eri-laisuus Suomessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Skeggs, B.** 2014. Elävä luokka. Suom. L. Lahikainen ja M. Jakonen. Tampere: Vastapaino.
- Thernborn, G.** 2014. Eriarvoisuus tappaa. Suom. T. Henttonen. Tampere: Vastapaino.
- Wrede, S.** 2010. Suomalainen työelämä, globalisaatio ja vieraat työssä. Teoksessa: S. Wrede & C. Nordberg (toim.) Vieraita työssä. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.





Kuva: Antero Aaltonen

Liikuntapolitiikka uutta kohtaamassa

Suomessa piti viime vuonna juhlia valtion liikuntahallinnon satavuotista taivalta. Koronapandemia siirsi juhlat. Syytä juhlaan on, sillä julkinen liikuntahallinto osana hyvinvointiyhteiskuntaamme on osoittanut toimivuutensa. Edistäessään kansalaisten tasa-arvoa, lisätessään yleistä hyvinvointia ja luodessaan perustaa myös huippu-urheilulle vahva liikunnan julkishallinto on menestystarina.

FILOSOFISIA POHDINTOJA HYÖDYNTÄEN suuntaan tekstissäni katseet siihen, millaisia haasteita liikuntapolitiikkaan päätöksentekoon sisältyy sen kohdatessa identiteetipolitiikan ilmentymät ja jälkimodernin yhteiskunnan refleksiiviset toimijat. Tuumailen myös, miten liikuntapolitiikka säilyttää uskottavuutensa liikkumisen edistäjänä.

Moraalifilosofisia kysymyksiä pohtinut **Dante Alighieri** omistautui vuosiksi 1308–1321 kirjoittamaan *Jumalaista* näytelmäänsä, jossa hän nimesi seitsemäksi kuolemansyynniksi ylpeyden, kateuden, vihan, laiskuuden, ahneuden, ylensyönnin ja himon. Aikansa tuotteina kuolemansynnit soveltuivat osaksi katolisen kirkon moraalii-

opetusta. Kuolemansyntejä ei nähty pelkästään yksilöiden ominaisuuksiksi. Eri synnit olivat luonteenomaisia tietyille ihmisryhmille. Aatelistoon liitettiin ylpeys, ruhtinaat vihasivat, talonpoikaisto kadehti, papisto oli hengellisesti laiska, porvaristo ahnehti ja ylioppilaat irstailivat.

Kuolemansyntien pelotevaikutuksella ehkäistiin epätoivottua käytöstä. Syntien määrittelyt ovat muuttuneet kirkon tulkinnoissa. Paavi **Benedictus XVI:n** neuvonantajana **Gianfranco Girotti** määritteli kymmenisen vuotta sitten nykyajan kuolemansynteiksi ylettömän omaisuuden haalimisen, ympäristön saastuttamisen, huumeiden kaappaamisen, abortin, köyhyyden aiheuttamisen, perusoikeuksien rikkomisen ja geenimanipulaation.

Kautta historian on pohdittu myös hyvän yhteiskunnan olemusta. Antiikin filosofi **Aristoteles** näki useiden kylien muodostaman kaupunkivaltion täydelliseksi yhteisöksi ja ihmisen luonnostaan kaupunkivaltiossa eläväksi olenoksi. Aristoteles alleviivasi, että valtio ei koostu vain ihmisistä, vaan myös erilaisista ihmistyypeistä. (Aristoteles 1991, 9; 30.)

Poliittisen historian kysymyksiä aprikoinut **Thomas Hobbes** (1588–1679) piirteli Leviathan-teoksessaan yhteiskunnan olemusta seuraavasti: ”*Sanotaan, että silloin*

perustetaan yhteiskunta, kun suuri joukko ihmisiä sopii ja sitoutuu, jokainen jokaisen kanssa, siihen, että jos enemmistö antaa jollekin ihmiselle tai kokoukselle oikeuden esittää heidän kaikkien persoonaa, niin jokainen, äänestipä sen puolesta tai sitä vastaan, auktorisoi tuon ihmisen tai kokouksen kaikki teot ja arvostelmat samalla tavalla kuin jos ne olisivat hänen omiaan, jotta ne voisivat elää rauhassa keskenään ja olla turvassa toisia vastaan.” (Hobbes 1999, 162.)

Hobbesin mukaan ihmiset ovat luonnostaan taipuvaisia arvostamaan itseään odottaen kunnioitusta toisilta ihmisiltä. Toisaalta toisten arvostus ei ole ehdotonta, mikä synnyttääkin kilvoittelua, riitoja, ryhmäkuntalaisuutta ja pahimmillaan sotaa. Näin ollen on välttämätöntä, että yhteiskunnassa on lakeja ja julkista arvonantoa saavia ihmisiä. (Hobbes 1999, 167.)

Identiteettiä ja refleksiivisyyttä

Klassikkofilosofien teksteihin palataan, sillä ne antavat ajattelemisen aiheita nykytoimijoille. Normittamisen kontekstuaalisuus, erilaiset ihmisryhmät ja niiden kokema arvostus ovat nousseet keskusteluihin pohdittaessa identiteettipolitiikan kysymyksiä. Koronaepidemia on polarisoinut identiteettitulkintoja muun muassa rokotusten, liikkumisrajoitusten ja liikkumisen suhteen.

Politiikan tutkija **Francis Fukuyaman** mukaan meidän on mahdotonta välttää identiteettikäsitteiltä ja -politiikalta. Identiteetti on se voimakas moraalinen aate, josta olemme riippuvaisia. Moraalinen aate kertoo, että meillä on sisäinen minuutemme, joka ei välttämättä tule tunnistetuksi. Moraalinen aate voi vihjata, että koko ulkoinen yhteiskunta saattaa olla väärässä ja alistava. Jälkimodernin yhteiskunnan oloissa muodostuu ryhmiä, joilla on tarve saada tunnustusta. (Fukuyama 2020, 195.)

Identiteettiteoreetikko **Stuart Hall** on tulkinnut jälkimodernien identiteettien muuttuneen paikaltaan siirtyneiksi ja pirstoutuneiksi. Syynä muutoksiin on yleisempi luokan, sukupuolen, seksuaalisuuden, etnisyyden, rodun ja kansallisuuden kulttuuristen maisemien pirstoutuminen. Henkilökohtaisella tasolla identiteettimme ovat jatkuvassa liikkeessä ja horjuttavat käsityksiä itsestämme yksittäisinä subjekteina. (Hall 2019, 49–50.)

Jälkimodernin ihmisen identiteetti muokkautuu jatkuvasti. Identiteetistä tulee eräällä tavoin ”liikkuva juhla”. Ihmiset ottavat eri aikoina erilaisia identiteettejä, jotka eivät ryhmity yhtenäiseksi kokonaisuudeksi minkään eheän minän ympärille. Sisällämme on ristiriitaisia ja eri suuntiin tempoilevia identiteettejä. Näin ollen identifioitumisemme on jatkuvassa muutoksessa. Hall alleviivaa, että täysin yhtenäiset, varmat ja johdonmukaiset identiteetit ovat fantasiaa. (Hall 2019, 52.)

Identiteettityötä tehdään myös liikunnan ja urheilun sosiaalisilla kentillä. Jo vuoden 1968 Meksikon olympialaisten 200 metrin juoksun palkintojenjaon Black Power -mielenilmaisua on jälkikäteen luettu ”identiteettipoliittisin silmälasein” (Wibben 2014, 102.) Identiteettityöstä viestivät jatkuvasti uudet liikkumismuodot ja urheilulajit, joihin ihmiset kiinnittyvät mieltymystensä ja mahdollisuuksiensa rajoissa. Urheilijatkin tekevät identiteettitulkintoja. Painija **Petra Ollin**, yleisurheilija

Ada Koistisen ja taitoluistelija **Viveca Lindforsin** osin ylättävien lopettamis päätösten perusteluista oli luettavissa identiteettipohdintoja.

Brittisiologi **Anthony Giddens** tunnetaan rakenteistumisen teoreetikkona. Hänen mukaansa ihmiset tekevät arvioita yhteiskunnasta ja saavuttamaansa ymmärrykseen perustuen toimivat toisin muuttaen näin yhteiskuntaa. Traditionaalisissa yhteiskunnissa menneisyyttä kunnioitettiin ja symboleja arvostettiin. Sen sijaan modernit yhteiskunnat ovat nopeiden ja pysyvien muutosten yhteiskuntia. Globalisaation oloissa perinteiset sosiaaliset järjestelmät irtaantuvat entisistä kehyksistään, jolloin myös ihmisten toiminnat ja valinnat kirjavoituvat. Syntyy uudenlainen käsitys yksilöllisestä subjektista ja tämän identiteetistä.

Liikuntapolitiikan haasteellisuus

Suomessa julkisen liikuntahallinnon alkuaskeleet otettiin urheilua tukemalla. Kuntiin perustettujen urheilulautakuntien jäsenet ajoivat ”kaksoisrooleissa” urheilun etua ja etenkin olosuhteiden kohentamista. 1960-luvun yhteiskunnan rakennemuutokset pakottivat pohtimaan kansalaisten kuntoliikunnan lisäämistä. Vuoden 1980 liikuntalaki sinetöi toimijoiden työnjaon, jossa julkisen vallan tehtäväksi määrittyi olosuhteista huolehtiminen toimintojen organisoimisen jäädessä kansalaistoimijoille.

Kansallisen liikuntakulttuurimme toimijakenttä on muuttunut olennaisesti. Erityisen merkittävässä asemassa ovat kunnat, joiden toimet ihmisten liikunnan mahdollistajina ovat aivan keskeisiä. Lisäksi yritykset vastaavat aiempaa enemmän etenkin aikuisväestön liikuttamisesta (Laine 2015). 1980-luvulla käynnistynyt ja edelleen jatkuva liikuntakulttuurin eriytyminen tekeekin liikuntapolitiikan harjoittamisesta entistä haasteellisempää.

Valtiollisia liikuntapolitiikan linjauksia on tehty lainsäädännön uudistuksilla. Voimassa oleva liikuntalaki onkin tavoitteellisuudeltaan laaja-alainen. Perusteltu kysymys kuuluukin, miten lakiin kirjattu tavoitteellisuus toteutuu käytännön toimissa.

Kansallisen liikuntahallinnon menestys edellyttää toimia kaikilla tasoilla. Vaarana on, että valtakunnalliset linjaukset eivät puhuttele liikuntapäittäjiä puhumattakaan siitä, että kansalaiset sitoutuisivat asetettuihin tavoitteisiin. Ulkopuolisin silmin katsottuna liikuntapolitiikan perustelut saattavat näyttää ontuvilta. Esimerkiksi puhe ”liikkumattomuuden” kustannuksista saa tuskin ketään lisäämään omaa liikkumistaan. Kielitieteilijä **Vesa Heikkinen** kirjoittaaakin ”liikkumattomuuden” aiheuttamista kustannuksista miljardien leikinlyöntinä leivosten keväthangilla livertelyn tapaan. Suurien lukujen politiikkaan liittyykin usein ”hyvin abstrakteja ja kieliopillisesti metaforisia valintoja, joiden kriittinen tarkastelu ei tunnu kuuluvan kenenkään toimenkuvaan: ei tutkijoiden, ei toimittajien, ei edes suuren mahtavan somen”. (Heikkinen 2020, 119-120.)

Heikkisen mukaan jotkut itsestään selvinä esitettävät asiat voivat velvoittavuudessaan tuntua suorastaan museravilta: ”Kun univaikeuksista kärsivää kehotetaan pelottaviin tieteellisiin tuloksiin, myös numeroihin, vedoten nukkumaan

enemmän, olemme väkivaltaisen kielenkäytön äärellä. Tilanne on sama, kun ihmistä syyllistetään liikkumattomuudesta ja pannaan valtiontalouden heikko tila hänen kontolleen. Mitä jos välillä löisimme miljardeilla päähän muitakin! Joskus olisi mukava lukea otsikoita tällaisista aiheista: *Paljonko Suomi maksaa empatiavajeesta? Entä löperöstä ajattelusta? Paljonko kritiikkittömyydestä? Miljardimaalailusta?*” (Heikkinen 2020, 119–120.)

Mitä liikuntapolitiikan päättäjien sitten tulisi ottaa huomioon tekemisissään. Selvää on, että julkisvallan liikkumisen normitus on hyödyllistä sen kytkeytyessä yleisempään hyvinvointipolitiikkaan. Liikkumista lisätään parantamalla etenkin heikko-osaisten yhteiskunnallista asemaa. (Itkonen 2021, 103.) Identiteettipolitiikan ja jälkmodernin refleksiivisyyden oloissa yksilöiden ja ryhmien mieltymysten ja odotusten tunnistaminen on aiempaa tärkeämpää. Tällöin julkissektorin vastuulla on etenkin fyysiseen aktiivisuuteen kannustavista liikkumisympäristöistä huolehtiminen. Yhteiskunnan liikkunnallistaminen ei olekaan pelkästään liikuntapoliittinen haaste.

HANNU ITKONEN, YTT

liikuntasosiologian professori
liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
Hannu.itkonen@jyu.fi

LÄHTEET

- Aristoteles.** 1991. Aristoteles VIII. Poliitiikka. Gaudeamus. Helsinki.
- Dante.** 1999; alkup. 1308–1321. Jumalainen näytelmä. WSOY. Porvoo.
- Fukuyama, Francis.** 2020. Identiteetti – Arvostuksen vaatimus ja kaunan politiikka. Docendo. Jyväskylä.
- Hall, Stuart.** 2019. Kulttuurisen identiteetin kysymyksiä. Teoksessa Hall, S. Mitä on tekeillä. Esseitä vallasta, uusliberalismista ja monikulttuurisuudesta. Vastapaino. Tampere. s. 49–105.
- Heikkinen, Vesa.** 2020. Tekstianalyysi. Miksi kielellisillä valinnoilla on merkitystä? Gaudeamus. Helsinki.
- Hobbes, Thomas.** 1999; alkup. 1651. Leviathan eli kirkollisen ja valtiollisen yhteiskunnan aines, muoto ja valta. Vastapaino. Tampere.
- Itkonen, Hannu.** 2021. Liikkumisen sosiologia. Vastapaino. Tampere.
- Laine, Antti.** 2015. Liikunta- ja urheilualan yrityskehittäjä. Teoksessa Itkonen, H. & Laine, A. (toim.) Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Tutkimuksia 1/2015. Jyväskylä. s. 77–98.
- Wibben, Annick T. R.** 2014. Who do we think we are? Teoksessa Edkins, J. & Zehfuss, M. (toim.) Global Politics. A New Introduction. s. 85–107.



Tiedekirja

KÄY SISÄÄN TIETEEN OMAAN VERKKOKAUPPAAN

WWW.TIEDEKIRJA.FI

Tutkimusta ja tietoa
Tiedekirjasta!

Löydät myös Liikuntatieteellisen seuran julkaisut meiltä.

Tieteen puolesta.



Kuva: FA Sápmi

Liikunta ja urheilu saamelaiskulttuurissa

Saamelaiset ovat Euroopan unionin ainoa alkuperäiskansa. Liikunnan asema saamelaiskulttuurissa on vähintäänkin kaksitasoinen. Se on keino pitää yllä omaa kulttuuriperintöä, mutta samalla saamelaiset osallistuvat valtavirtalajeihin kiinteänä osana kansallista liikuntakulttuuria.

SUOMESSA SAAMENMAA KATTAA Enontekiön, Inarin ja Utsjoen kunnat sekä Lapin paliskunnan alueen Sodankylän kunnassa. Naapurimaissa Saamenmaa ulottuu Norjan ja Ruotsin alueelle sekä Venäjältä Kuolan niemimaalle. Saamelaisia on Suomessa noin 10 000 ja heistä 65 prosenttia asuu Saamenmaan ulkopuolella. Noin 50 prosenttia asuu kuitenkin Lapin maakunnassa. Saamelaisten kokonaismääräksi on arvioitu 75 000–100 000. Eniten saamelaisia asuu Norjassa. (Saamelaiskäräjät 2021.)

Saamelaisten asema on vahvistettu Suomen perustuslaissa (17§). Heillä on alkuperäiskansana oikeus ylläpitää ja kehittää kieltään sekä kulttuuriaan niihin kuuluvine perinteisine elinkeinoineen, joita ovat poronhoito, kalastus, metsästys, luonnontuotteiden keräily, pienimuotoinen maatalous sekä käsityöt. Perinteiset elinkeinot ja niiden harjoittaminen pitävät yllä kieltä, kulttuuriympä-

ristöä ja näiden myötä kansaa. Saamelaiskulttuurille on myös ominaista vahva suhde luontoon.

Saamelaisilla on ollut vuodesta 1996 lähtien kotiseutualueen kieltä ja kulttuuria koskeva itsehallinto, joka nojautuu perustuslakiin. Itsehallintoon kuuluvia tehtäviä hoitaa Saamelaiskäräjät, johon saamelaiset valitsevat edustajat vaaleilla. Suomessa voimassa oleva virallinen saamelaisen määritelmä on kirjattu lakiin saamelaiskäräjistä (17.7.1995/974). Lain 3 §:n määritelmä painottaa yhteyttä saamen kieleen ja lisäksi samaistumista saamelaisuuteen.

Liikunta saamelaiskulttuurissa

Saamelaiskulttuurille on leimallista käsitöiden lisäksi musiikki ja tanssi. Näkyvimmin tämä tulee esille kansallisvaatteiden eli saamenpukujen myötä sekä joikuperinteessä. Valtavirtaväestölle pimentoon ovat jääneet

saamelaiskulttuuriin oleellisesti kuuluvat suopunginheitto- ja poroajokilpailut, jotka samalla sekä ylläpitävät kulttuurisia käytänteitä että näyttäytyvät kilpailuina ja liikuntatapahtumina.

Saamelaisilla on ollut yhteinen saamelaisurheiluorganisaatio, joka on jakaantunut alueellisiin jaoksiin. Koska Suomessa on vain yksi Inarissa toimiva saamelaisten urheiluseura, on Suomessa saamelaisurheilun organisoituminen huomattavasti heikompaa kuin Norjassa ja Ruotsissa (Skille, Lehtonen & Fahlén 2021). Saamelaisten perinteisiä liikuntamuotoja toteutetaan osana kulttuuritapahtumia. Arkipäivän liikuntalajeiksi ovat nousseet Saamenmaalla yhä useammin suomalaiset valtavirtalajit.

Valtavirtalajeista esimerkiksi salibandy tai jalkapallo ovat saamelaisille keino olla yhteydessä toisiinsa Saamenmaan alueella. Suomen saamelaisnuoret ry (SSN) järjestää vuosittain salibandyn saamenmestaruuskisat. Peleihin osallistutaan naisten ja miesten joukkuein ja kilpailuisännöityä hoitavat vuorotellen Norja, Ruotsi ja Suomi. Suomessa asuvia saamelaisia on osallistunut myös valtiottomien kansojen epävirallisiin jalkapallon MM-kisoihin norjalaisen urheiluseura FA Sápmin joukkueessa. Turnaukseen osallistuvat joukkueet edustavat erilaisia itsehallintoalueita tai vähemmistökansoja. (Lapin Liikunta 2020a)

Merkittävin kansainvälinen tapahtuma saamelaisille on alkuperäiskansojen yhteinen Arctic Winter Games -kilpailutapahtuma (AWG). Saamenmaalta lähetetään kisoihin yksi yhteinen joukkue, johon kuuluu urheilijoita Norjasta, Suomesta, Ruotsista ja Venäjältä. Kisoissa on alkuperäiskansojen omia lajikokonaisuuksia sekä tunnetumpia talvi- ja kesälajeja yhteensä 21 eri lajivaihtoehdon verran.

Saamelaiset ja liikuntapolitiikka

Strategisesti ja poliittisesti saamelaisten liikunta ei ole sisältynyt yksittäisenä kohteena suomalaiseen liikuntapolitiikan tavoitteistoon. Sen sijaan se ollut mukana välillisesti valtakunnallisten liikuntajärjestöjen avustamisen myötä Barents Urheilu ry:n yleisavustuksessa. Barentsin alue on kuitenkin Saamenmaata huomattavasti laajempi. Se ulottuu etelässä Kainuuseen ja Pohjois-Pohjanmaahan sekä vastaavasti pohjoisessa yllärajaisesti Pohjois-Ruotsiin, -Norjaan ja Luoteis-Venäjälle. Barentsin alue otettiin käsitteellisesti käyttöön poliittisista syistä kansainvälisen yhteistyön vakiinnuttamiseksi Neuvostoliiton hajoamisen jälkeen vuonna 1993.

Käytännössä Saamenmaa jää siis Barentsin alueen sisään. Barents Urheilu ry:n toiminnassa on myös tapahtumassa muutoksia. Barentsin alueen urheilun koordinoiti tapahtuu jatkossa osana Lapin Liikunta ry:n toimintaa. Uudelleenorganisoinnilla halutaan ylläpitää ja vahvistaa Barentsin alueen urheilutoimintaa (Lapin Liikunta 2020b).

Saamelaisten omissa linjauksissa liikunta on noussut viime aikoina esille erityisesti lasten ja nuorten osallistumiskysymyksenä sekä mahdollisuutena ylläpitää saamelaiskulttuurin perinteitä. Agenda vahvistettiin Saamelaiskäräjien nuorisoneuvoston Nuorisopoliittisessa toiminta- ja kehittämissuunnitelmassa. (Saamelaiskäräjät 2020a;b).

Saamenmaalta lähetetään Arctic Winter Games -tapahtumaan yhteinen joukkue, johon kuuluu urheilijoita Norjasta, Suomesta, Ruotsista ja Venäjältä.

Saamelaiset suomalaisessa ja pohjoismaisessa liikuntatutkimuksessa

Saamelaisten liikunta ja urheilu on ollut toistaiseksi katvealueella suomalaisessa liikuntatutkimuksessa. Näkymä on varsin erilainen, kun katsomme Norjaan ja Ruotsiin. Vahvimmin naapurimaiden tutkimusnäkökulmat ovat painottaneet organisaatio- ja rakennetutkimuksia, mutta myös poliittiset kysymykset ovat olleet esillä. Skille kollegooneen on (2012; 2021) on tarkastellut saamelaisurheilua kansallista liikuntahallintoa ja -politiikkaa horjuttavana kysymyksenä. Fahlén ja Skille (2016) ovat tutkineet saamelaisten oman hallinnon ja organisoitumisen merkitystä suhteessa politiikkatoimien etenemiseen ja Lidström (2019) saamelaisten yhteisen urheiluorganisaation vaiheita vuosina 1970–1990.

Myös identiteettiin ja yhteisöllisyyteen liittyviä teemoja on tutkittu. Kohteena ovat olleet esimerkiksi alkuperäiskansojen kisojen (Arctic Winter Games) merkitys kulttuurin, kuulumisen tunteen ja erontekojen näkökulmista katsottuna ja valtaväestöön suhteutettuna (Pedersen 2011) sekä saamelaisurheiluseurat paikallisen identiteetin ja yhteisöllisyyden vahvistajina (Skille & Fahlén 2019). Lisäksi Skogvang (2020) on tarkastellut urheilu- ja ulkoilmatapahtumia osana saamelaisten kulttuurifestivaaleja ja Skille (2014) perinteisten saamelaislajien merkitystä etnisen identifikaation perustana.

Monissa edellä mainituissa tutkimuksissa konteksti on rakentunut Norjan saamelaisten ja norjalaisen liikuntajärjestelmän ympärille tai vastaavasti vertailunäkökulmaksi suhteessa Ruotsiin. Tutkimusta on kaivattu Suomesta. Tämän tekstin pohjana olevan artikkelin kohteena ovat saamelaisten yhteisen urheiluorganisaation rakenteelliset muutokset Saamenmaan alueella (Skille, Lehtonen & Fahlén 2021). Työ aiheen parissa jatkuu, ja tarkastelun kohteeksi on siirtynyt saamelaisurheilun poliittinen ja hallinnollinen legitimaatio Suomen kontekstissa.

Akateemisen tutkimuksen lisäksi Likes-tutkimuskeskus on osallistunut saamelaisalueen liikuntaa ja liikunnan harrastamista käsitelleeseen selvitystyöhön (Lapin Liikunta 2020a), joka toteutettiin yhteistyössä Saamelaiskäräjien, opetus- ja kulttuuriministeriön, Lapin aluehallintoviraston ja Lapin Liikunnan kanssa. Selvityksessä liikuntakulttuuria tarkasteltiin erityisesti lasten ja nuorten näkökulmasta. Lisää lasten ja nuorten hyvinvointiin liittyviä teemoja on esillä tulevaisuudessa myös Nuorisotutkimusverkoston vuoden 2022 lasten ja nuorten vapaa-

aikatutkimuksen tiedonkeruussa, jonka yhteydessä tehdään kysely saamelaislapsille ja -nuorille.

Miten ”maattomuus” vaikuttaa liikuntakulttuuriin?

Saamenmaata ajatellaan harvoin arkikeskustelussa ”maana” tai alueena, jolla on rajat ja jossa asuvien ihmisten mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa ja urheilua säädelään eri tavoin poliittisesti ja hallinnollisesti. Toisin sanoen: kansa, jolla ei ole ”valtiota” kohtaa liikunnan ja urheilun kontekstissa ennen pitkää tunnustetun valtion hallinnolliset ja poliittiset käytänteet. Eri valtioiden toimintatavoilla voi olla merkittäviä vaikutuksia esimerkiksi mahdollisuuksiin harjoittaa omaan kulttuuriseen omaleimaisuuteen kuuluvia vapaa-ajan viettotapoja.

Lisäksi valtavirtapolitiikalla voidaan myös edistää tai hidastaa osallistumista valtaväestön määrittelemiin harrastuksiin tai poliittikkatoimiin. Saamelaiden liikunnan kontekstissa konkreettisenä esimerkkinä voi pitää liikunnan valtionavustusehtoja, jonka perusteena Saamelaisalueen koulutuskeskus (SAKK) ei ole valtion ylläpitämänä opilaitoksena kelvollinen saamaan kansalliseen Liikkuva opiskelu -ohjelmaan liittyvää valtionavustusta. Päätös perustuu valtionavustuskriteereihin, joiden mukaan avustusta voidaan myöntää kunnille, kuntayhtymille ja yksityisille koulutuksen järjestäjille lukioihin ja toisen asteen ammatilliseen koulutukseen kohdistuvaan toimintaan (OKM 2021). Vaikka päätös on selkeä ja kriteeriperustainen, lopputulos sulkee koulutuskeskuksessa opiskelevat ulos kansallisesta liikunnan edistämistoimenpiteestä.

Yhtä lailla voi pohtia, näyttäytykö liikunta ja urheilu saamelaiskulttuurissa alkuperäiskansan kulttuuriperintöä ylläpitäen vai muovautuuko saamelaiskulttuuri valtavirran liikuntakulttuurin käytänteisiin. Voimme myös kysyä, mikä on elinkeino tai harrastus? Tai milloin liikunnasta tulee kulttuuria? Esimerkiksi kalastus on yksi saamelaiskulttuuria ylläpitävistä perinteisistä elinkeinoista, joka samalla sitoo yhteen saamelaisille tärkeät elementit luonnon ja kulttuurin. Kansallisen liikuntapolitiikan näkökulmasta kalastus voi olla kuitenkin yksi monista suosittelavista tavoista viettää aktiivista arkea. Yhtä lailla suosiossa ovat luontoliikuntahankkeet ja marjanpoiminta on jo pitkään nähty arjen hyötyliikuntana.

Saamelaiskulttuuriin liittyvät liikuntaan ja urheiluun kiinnittyvät tavat, rakenteet ja sisällöt ovat siis keino ymmärtää lisää kansallisesta liikuntakulttuurista ja myös liikuntapolitiikasta sekä toiminnan tasolla että käsitteellisesti. Toisin sanoen, meille tarjoutuu mahdollisuus halutessamme katsoa itseämme toisin, nähdä uutta ja suhteuttaa uusia liikuntapolitiittisia toimia jo tehtyihin – kenties jopa tehdä jotain eri tavoin tulevaisuudessa.

KATI LEHTONEN, LitT

erikoistutkija

Likes, Strateginen tietotuotanto
kati.lehtonen@likes.fi

KAARLO LAINE, YTT

tutkimusjohtaja

Likes, Strateginen tietotuotanto
kaarlo.laine@likes.fi

LÄHTEET

Fahlén, J. & Skille, E.Å. 2016. State sport policy for indigenous sport: inclusive ambitions and exclusive coalitions. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 9 (1), 173–187.

Laki saamelaiskäräjistä. 17.7.1995/974. Saatavilla: Laki saamelaiskäräjistä 974/1995 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX® Luettu 26.4.2021

Lapin Liikunta. 2020a. Saamelaisalueen liikunta ja liikunnan harrastaminen. Selvitystyö. Lapin Liikunta, Lapin AVI, Saamelaiskäräjät, opetus- ja kulttuuriministeriö & Likes.

Lapin Liikunta. 2020b. Barents Urheilun selvitys- ja kehitystyö. Selvitys. Lapin Liikunta, Barentsin Urheilu & opetus- ja kulttuuriministeriö.

Lidström, Isak. 2019. The Development of Sámi Sport, 1970–1990: A Concern for Sweden or for Sápmi? *The International Journal of the History of Sport*, 36 (11), 1013–1034.

OKM 2021. Liikkuva opiskelu -jatkohankkeiden avustukset lukio- ja ammatillisen koulutuksen järjestäjille lukuvoodelle 2021–2022. Opetus- ja kulttuuriministeriön verkkosivut. Saatavilla: <https://minedu.fi/-/liikkuva-opiskelu-avustukset-lukio-ja-ammattillisen-koulutuksen-jarjestajille> Luettu 28.4.2021.

Pedersen, H.C. 2011. Sport, Ethno-politics and Sámi Identity in Northern Norway. The organizing of the Sámi Sports Movement. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 2, 45–73.

Saamelaiskäräjät 2021. Saamelaiskäräjien verkkosivut. Saatavilla: <https://www.samediggi.fi/saamelaiset-info/> Luettu 28.4.2021.

Saamelaiskäräjät. 2020a. Saamelaiden kulttuuripoliittinen toimintaja kehittämissuunnitelma. Saamelaiskäräjät 18.12.2020.

Saamelaiskäräjät. 2020b. Nuorisopolitiittinen toimintaja kehittämissuunnitelma 2020–2023. Saamelaiskäräjien nuorisoneuvosto. Saamelaiskäräjät 18.12.2020.

Skille, E.Å. 2012. Ethno-politics and state sport policy. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 3, 143–165.

Skille, E.Å. 2014. Lassoing and Reindeer Racing Versus ‘Universal’ Sports: Various Routes to Sámi Identity Through Sports. Teoksessa C. Hallinan & J. Budd *Native Games: Indigenous Peoples and Sports in the Post-Colonial World*, Vol 7, 21–41.

Skille, E.Å. & Fahlén, J. 2019. The role of sport organizations for local and national community – the case of Sámi sport organizations. *European Sport Management Quarterly*, DOI: 10.1080/16184742.2019.1610784

Skille, E.Å., Lehtonen, K. & Fahlén, J. 2021. The politics of organizing indigenous sport – cross-border and cross-sectoral complexity. *European Sport Management Quarterly*, DOI: 10.1080/16184742.2021.1892161.

Skille, E.Å., Fahlén, J., Stenling, C. & Strittmatter, A-M. 2021. (Lack of) government policy for indigenous (Sámi) sport: A chain of legitimating and de-legitimizing acts. *International Review for the Sociology of Sport*. DOI: 10.1177/1012690220988650

Skogvang, B.O. 2020. Sámi sports and outdoor life at the indigenous Riddu Riddu festival. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*. DOI: 10.1080/14729679.2020.1838934

Suomen perustuslaki. 11.6.1999/731. Luettavissa: Suomen perustuslaki 731/1999 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®, Luettu 26.4.2021.



Rion vuoden 2016 olympiakisojen avajaiset pidettiin Maracana-stadionilla. Kuva: Wikipedia

Olympiakisojen avajaiset ovat poliittisesti latautunut tapahtuma. Avajaisista on kehittynyt näytös, joka ilmentää postmodernia olympiahenkeä: isommin, rahakkaammin, viihteellisemmin. Olympialiikkeen historian aikana muovautuneet rituaalit yhdistyvät avajaisissa järjestäjien lavastamaan showmaailmaan.

ATEENASSA VUONNA 1896 järjestettyjen nykyajan ensimmäisten olympiakisojen avajaiset pidettiin Kreikan itsenäisyyspäivänä. Tilaisuuteen osallistui Kreikan kuningas Yrjö I, joka julisti kisat avatuiksi.

Valtionjohtajan saapuminen on osa virallista ohjelmaa. Valtakunnankansleri **Adolf Hitlerin** tulo Berliinin olympiastadionille on avajaishistorian näyttävin. Hitler käveli areenalle maratonportista. **Richard Wagnerin Huldigungs-march** soi täpötäyden katsomon tervehtiessä Johtajaa käsi ojennettuna natsitervehdykseen. Hän sai juoksuradalla pikkutyttöjen ojentamat tervetuliaiskukkaset ennen kuin nousi aitioonsa seuraamaan avajaisia. Hitler oli alun perin suhtautunut epäillen olympiakisojen järjestämiseen. Propagandaministeri **Joseph Goebbels** vakuutti kuitenkin hänet hankkeen näytösarvosta, jonka kansallissosialistinen Saksa ulosmittasi täysimääräisesti.

Vakavasti sairaan Neuvostoliiton kommunistisen puolueen pääsihteerin **Leonid Brežnevin** tuloa ei sen sijaan näytetty. Huonokuntoinen Brežnev tervehti yleisöä aitiossa ja näkyi tuon tuosta televisio kuvissa osoittamassa suosiota avajaisohjelmalle. Kuningatar **Elisabet II:n** saapumis-

ta Lontoon vuoden 2012 olympiakisoihin pohjusti video, jolla **James Bond** (Daniel Craig) saattoi hänen majesteettinsa Buckinghamin palatsista helikopteriin. Olympiastadionin yläpuolella kuningatar esittävä sijaisnäyttelijä hyppäsi Bondin seuraamana stadionin viereen. Hetken päästä Elisabet II ilmestyi aitioon.

Kansakuntien marssi on ollut avajaisten ohjelmassa Ateenan vuoden 1906 kisoista lähtien. Tuolloin areenalle marssivat 20 valtion joukkueet. Rio de Janeiron avajaisissa oli edustettuna 206 kansakuntaa. Avajaismarssin vertauskuvallinen merkitys on suuri. Suomen joukkue pääsi vuoden 1908 olympiakisoihin ”urheilukansakuntana” yhdessä Australasian (Australia ja Uusi-Seelanti), Böömin, Etelä-Afrikan ja Kanadan kanssa.

Tukholmassa 1912 Suomen saapumisesta stadionille tuli poliittinen manifesti. Joukkue jättäytyi kauaksi Venäjän joukkueesta, jonka perässä sen oli määrä marssia. Lisäksi joukkue käytti helsinkiläisen ruotsinkielisen naisvoimisteluseuran lippua vastoin järjestäjiltä saamia ohjeita. Lippu poistettiin venäläisten vaatimuksesta, mikä herätti enemmän huomiota kuin lipun käyttö. Lisäksi suomalaisessa muisteluperinteessä annettiin ymmärtää, että areenalta olisi viety valtiolippu, jota Suomella ei edes virallisesti vielä ollut.

Marssin päätyttyä seuraa rauhankyyhkyjen vertauskuvallinen vapauttaminen. Oikeita kyyhkyksiä käytettiin viimeisen kerran Barcelonassa vuonna 1992. Tämän jälkeen järjestäjämaan valtionjohtaja avaa kisat. Adolf Hitler ja kuningatar Elisabet II ovat ainoat valtionjohtajat, jotka ovat julistaneet kahdet kisat avatuiksi. Hitler avasi

Garmisch-Partenkirchenin talvikisat ja Berliinin kesäkisat. Kukaan muu johtaja ei ole avannut sekä talvi- että kesäkisoja. Elisabet II toimi Lontoon lisäksi Montrealin vuoden 1976 kesäkisojen avajajana.

Avaussanoja seuraa olympialiikkeen perustajan **Pierre de Coubertin**in suunnitteleman olympialipun juhla nosto. Ohjelmaan kuuluu myös olympiahymni. Kansainvälinen olympiakomitea nimesi vuonna 1958 kreikkalaisen **Spyrídon Samáras**en säveltämän ja **Kostís Palamák**sen sanoittaman hymnin olympiakisojen viralliseksi sävelmäksi. Hymni oli kuultu Ateenan vuoden 1896 olympiakisoissa. Vuosina 1900–1956 oli käytössä kisoihin erikseen sävelletty hymni.

Soituviesti voi sytyä poliittiseksi

Olympiatuli on KOK:n virallisen tulkinnan mukaan sytytetty ensimmäisen kerran Amsterdamissa vuonna 1928. Tuli paloi kuitenkin ilmeisesti jo Tukholman olympiastadionin tornissa vuoden 1912 kisojen aikana. Olympian lehdosta Kreikasta alkava soituviesti edelsi ensimmäisen kerran Berliinin vuoden 1936 olympiakisoja. Tulen kuljettaminen Kreikasta Bulgarian, Jugoslavian, Unkarin, Itävallan ja Tšekkoslovakian kautta Saksaan sopi erinomaisesti kansallissosialistisen propagandan välineeksi. Idean oli kehitellyt juutalainen arkeologi **Alfred Schiff**, joka kuului olympiakisojen järjestelykomitean pääsihteerin **Carl Diemin** lähipiiriin. Ajatus toteutui Diemin johdolla.

Olympiatuli saapui Berliiniin Lustgartenissa ennen avajaisia pidettyyn Hitler-Jugendin juhlaan, johon osallistui 30 000 nuorta. Saksan pääkaupungin katujen vierustat pursuivat väkeä, joka seurasi olympiasoihdun matkaa. Olympiatulen sytytti stadionilla maileri **Fritz Schilgen**. Hänet oli valittu tehtävään arjalaisen rodun valioyksilönä. Olympiatuli paloi myös Berliinin keskustassa haka-ristilippurivistöjen keskellä.

Olympiatulen kuljettaminen Kreikasta Suomeen Neuvostoliiton ja sen valtapiiriinsä liittämän Itä-Euroopan kautta ei onnistunut **Josif Stalinin** aikakauden loppuvuosien epäluuloisissa tunnelmissa. Tuli matkasi ensimmäisen kerran lentokoneessa Kööpenhaminaan, josta soituviesti kulki Tanskan ja Ruotsin kautta Suomeen. Soihdun kulku Helsinkiin oli suuren kansallinen juhlan aika.

E erityisen voimakkaasti politiikka kytkeytyi Pekingin olympiakisoja edeltäneeseen soituviestiin. Kiina halusi järjestää suurimman ja mahtavimman viestin, ja soitu matkasikin maapallolla yli 137 000 kilometrin matkan. Tulen kulkua leimasivat lukuisat Tiibetin miehitystä vastustavat mielenosoitukset länsimaissa.

Olympiatulen sytyttäjän valinnalla järjestäjää on halunnut välittää poliittisen tai kulttuurisen viestin. **Paa-vo Nurmen** juoksun Helsingin olympiastadionille soitu kädessä on tulkittu olleen suomalaisten piikki suurjuoksijan ammattilaiseksi julistamisessa keskeisesti toimineelle KOK:n puheenjohtajalle **J. Sigfrid Edströmille**. Paljon syvällisempi merkitys oli Tokiossa kunnian saaneen **Yoshinori Sakain** valinnassa viimeiseksi soihdunkantajaksi. Hän oli syntynyt Hiroshimassa 6. elokuuta – samana päivänä, jolloin yhdysvaltalaiset pudottivat kaupunkiin maailman ensimmäisen atomipommin. Los Angelesissa tulen

sytytti Roomassa vuonna 1960 kymmenottelun olympiakultaa voittanut **Rafer Johnson**, joka oli tehtävässä ensimmäinen juuriltaan afrikkalainen. Soulissa vuonna 1988 soihdun toi stadionille Berliinin vuoden 1936 olympiamaratonin voittaja **Sohn Kee-chung**, joka oli joutunut japanilaismiehityksen vuoksi kilpailemaan nimellä Kitei Son. Hän hyppeli stadionilla riemusta soitua kuljettaessaan.

Sydneyssä 2000 soihdun toi pyörätuolissa Melbournen olympiakisoissa 1956 kolme kultamitalia voittanut pikajuoksija **Bethy Cutbert**, jota saattoi pikajuoksija **Raelene Boyle**. Soihtu kulki stadionilla neljän olympialaisissa menestyneen australialaisnaisen kuljettamana ennen kuin se päättyi **Cathy Freemanille**. Aboriginaali Freeman oli saavuttanut alkuperäiskansojen roolimallin aseman. Hänen valitsemisensa olympiatulen sytyttäjäksi symbolisoi sovintoa alkuperäisasukkaiden ja Australian myöhemmin muuttaneiden välillä. Freeman voitti kisoissa 400 metrin juoksun. Hän on ainoa olympiatulen sytyttäjä, joka on samoissa kisoissa voittanut kultamitalin.

Kisajärjestäjät ovat halunneet jättää jäljen olympiahistoriaan myös tulen sytyttämistavalla. Soulissa kolme tulen sytyttäneitä nuorta nousi tulimaljan äärelle hissillä. Barcelonassa liekit leimahtivat jousiampujan ampumasta tulinuolesta. Sydneyssä malja nousi veden alta Freemanin sytytettyä tulen. Hiihtäen olympiatuli on tuotu areenalle Osloon 1952 ja Sarajevon 1984 talvikisoissa.

Show saapuu Moskovaan

Moskovan olympiakisojen avajaiset olivat ensimmäinen suurimittainen show. Tukholmassa oli tosin nähty voimisteluesityksiä ja Berliinissä oli järjestetty varsinaisten avajaisien jälkeen näytös. Avajaisjuhalla sosialistinen suurvalta halusi korostaa voimaansa. Viesti vesittyi laajamittaisen boikotin vuoksi, kun Yhdysvallat ja monet sen liittolaiset jäivät pois kisoista Neuvostoliiton suorittaman Afganistanin miehityksen vuoksi. Avajaisohjelmaan kuului avaruudesta saatu tervehdys kosmonauteilta. Reaalisosialismin aikaa kuvasi hyvin Neuvostoliiton kansojen ystävyyden tanssi. Olympiastadionilla nähtiin myös paljon lapsia. Parhaiten mieleen jäi avajaisissa ylenpalttisesti ruutu-aikaa saanut kisamaskotti Mišha-karhu.

Talvikisoissa suurelliset avajaiset nähtiin ensimmäisen kerran Sarajevossa. Kaupunkiin oli koottu 20 000 nuorta eri puolilta Jugoslaviaa. Avajaisien yhtenä tarkoituksena olikin korostaa Jugoslavian sosialistisen liittotasaval- lan yhtenäisyyttä. Kahdeksan vuotta myöhemmin valtio oli hajonnut ja Sarajevo muuttunut sotatantereeksi.

Los Angelesin oli vastattava Moskovan heittämään avajaisasteeseen. Amerikan innovaatiovoimaa alleviivasi stadionille lentänyt rakettimies. Populaarikulttuurin voimasta kertoi se, että Tähtien sota -elokuvien musiikin säveltänyt John Williams loihti avajaisiin olympiateeman, joka on jäänyt elämään. Katsomossa näkyi filmi- ja tv-tähtiä, kuten **Brooke Shields**, **Kirk Douglas** ja **Linda Evans**. Yhdysvaltalaiset selostajat **Jim McKay** ja **Peter Jennings** mainitsivat erikseen, että kisoja boikotoiva Neuvostoliitto ei lähettänyt ohjelmaa avajaisista. He jatkoivat saaneensa tietää, että paljon väkeä oli suunnannut Tallinnaan katsomaan avajaisia Suomen televisiosta.

Olympiakisojen avajaisten runko

Olympiakisojen avajaisten ohjelmarungon määrittelee Kansainvälinen Olympiakomitea. Järjestäjät sovittavat avajaisiin välttämättä sisältyvät osiot osaksi seremoniaa. Ohjelman vakio-osat on otettu avajaisten osaksi vähitellen. Ohjelman aloittaa tervetuloitovotus, jonka jälkeen järjestäjämäärävaltionjohtaja saapuu. Valtioliippu nostetaan salkoon kansallislaulun soidessa. Valtionpää avaa kisat kaikkien joukkueiden tultua stadionille. Viralliset osat on liitetty ohjelmaan yli vuosisadan kuluessa.

1906 kansakuntien sisäänmarssi stadionille
1920 olympialiippu; urheilijoiden vala; kyyhkysten laskeminen lentoon (muuttuu symboliseksi vuoden 1992 jälkeen)
1928 olympiatuli
1936 soituviesti
1960 alkuperäinen olympiahymni pysyvästi avajaisten osaksi
1972 toimitsijoiden vala
2012 valmentajien vala
2016 Olympiaseppele tunnustuksena merkittävästä toiminnasta olympialiikkeen hyväksi.

Los Angelesin Yhdysvaltojen historiasta ammentanut show ylitti Moskovassa nähdyt ja antoi virikkeitä tuleville kisajärjestäjille. Kalifornian auringon alla nähtiin myös 92 000 katsojan paikkansa alle sijoitetuilla kartonginpaaloilla muodostamat kaikkien osanottajamaiden liput, mikä löi kirkkaasti Moskovassa samalla menetelmällä toteutetut kuviot.

Los Angelesissa toteutetun seurauksena avajaisiin kohdistuvat odotukset kasvoivat entisestään, mikä on osaltaan kasvattanut olympiakisojen kustannuksia. Soulissa vuonna 1988 nähtiin laaja kirjo korealaista kulttuuria ja muun muassa stadionin nurmen laajuinen taekwondo-näytös. Sydneyssä show alkoi esihistoriallisesta ajasta ja alkuperäiskansat saivat paljon näkyvyyttä.

Rahaa ja vaivaa säästämättä toteutettujen Pekingin avajaisten yksi pääjuonteista oli kiinalaisen kulttuurin pitkä historia. Ohjelma teki myös selväksi, kuka Kiinaa johtaa. Maailman väkirikkaimman valtion eri kansojen edustajat kantoivat Kiinan lipun Kansanarmeijan sotilaille, jotka nostivat sen salkoon.

Lontoossa esillä oli Britannian moniarvoisuus ja elinvoima. Avajaiset esittelivät popkulttuuria ja toisaalta yhteiskuntaa. Esillä oli muun muassa kansallinen terveydenhoitojärjestelmä (National Health Service). Avajaiset eivät pyrkineet ylittämään Pekingissä nähdyt suurnäytöksen mittasuhteita, mikä oli linjassa Lontoon kestävä kehitys- ja korostaneiden järjestelyperiaatteiden kanssa.

Rio de Janeiron kisoissa esillä olivat Brasilian alkupeäräiskansat ja ympäristöteema. Kriitikot muistuttivat, että avajaiset esittivät Amazonin alueen jättivaltion suhtautumisen ympäristöön kaunistelevasti. Meriveden likaisuus

Rion rannoilla kertoi konkreettisesti ympäristöongelmista. Myös purettujen köyhien ihmisten asuinalueiden, *faveloiden*, kohtalo oli monen mielessä.

Kalleimmat avajaiset on nähty Sotšin talviolympiakisoissa vuonna 2014, etenkin jos laskelmaan otetaan mukaan tapahtuman vaatima rakentaminen. Venäjän historiaa laveasti kuvannut show nähtiin avajaisia varten rakennetulla stadionilla. Kustannukset olivat jopa noin miljardia dollaria. Näytöksen ja olympiahuuman nostattamasta venäläisestä nationalismista Vladimir Putin haki vauhtia pian kisojen jälkeen toteutetulle Krimin valtaukselle. Georgiaa hän oli jo ojentanut vuonna 2008 Pekingin olympiakisojen tarjoaman suojaverhon alla.

Digiajan leirinuotio

Maaailmanlaajuisena tapahtumana avajaisten merkitys korostui 1980-luvulla kuvaus-, lähetys- ja televisiotekniikan kehityksen ansiosta. Avajaiset oli mahdollista lähettää jo maailmanlaajuisesti suhteellisen korkealaatuisesti. Brändiään taloudellisesti voimallisesti hyödyntämään ryhtynyt olympialiike halusi saada lisää näkyvyyttä. Yksityisen rahoituksen turvin toimineet Los Angelesin kisajärjestäjät olivat tässä mielessä erinomainen yhteistyökumppani.

Olympiakisojen avajaiset ovat olleet 1980-luvulta lähtien tapahtuma, joka on koonnut maapallon asukkaat digitaalisen leirinuotio-äälle. Miljardiyleisö sulautuu muutaman tunnin ajaksi kuvitelluksi maailmalajukseksi yhteisöksi.

Avajaisten merkitystä on korostanut olympialiikkeen kohdistunut kasvava arvostelu, jonka pontmina ovat olleet niin kalliit kisajärjestelyt kuin myös KOK:n korruptoineet toimintatavat. Avajaiset tempaisevat yleisön mukaansa ja pyyhkivät tehokkaasti pois olympialaisia edeltäneet kielteiset ajatukset. Show virittää ihmismielet olympiataajuudelle seuraamaan kilpailuja. Muuntautumiskykyinen maailman suurin rituaali palvelee tehokkaasti olympialiikettä.

JOUKO KOKKONEN

LÄHTEET

Alkemeyer, T. & Richartz, A. 1993. The Olympic Games. From Ceremony to Show. *Olympika. The International Journal of Olympic Studies*.

Factsheet opening ceremony of the games of the olympiad. Update January 2018. <https://bryanpinkall.blogspot.com/2012/06/olympic-ceremony-database-every-summer.html>

Itkonen, H. 2007. Ammattimaiseen olympiaurheiluun. Teoksessa V. Tikander & O. Viita, (toim.), *Sadan vuoden olympiadi –Suomalaisen olympialiikkeen historia*. WSOY.

Kokkonen, J. 2008. Kansakunta kilpasilla. Urheilu nationalismin kanavana ja lähteenä. *Bibliotheca Historica* 119. SKS.

Kokkonen, J. 2007. Oikeiden olympiakisojen maa. Teoksessa V. Tikander & O. Viita, (toim.), *Sadan vuoden olympiadi –Suomalaisen olympialiikkeen historia*. WSOY.

Kokkonen, J. 2003. Kansakunnat kultajahdissa. *Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi* nro. 22.

Pinkall, B. 2018. Bryan Pinkall's World of Opera, Olympics, and More. <https://bryanpinkall.blogspot.com/2012/06/olympic-ceremony-database-every-summer.html>



Kuva: Antero Aaltonen

Liikunnallisuus ja hyvä kunto ehkäisevät tyypin 2 diabetesta ja valtimotautien riskitekijöitä lapsuudesta lähtien

Lasten ylipaino on saavuttanut epidemian mittasuhteet maailmanlaajuisesti. Vaikka viime vuosina tilanne on hiukan parantunut, ylipaino on edelleen yksi merkittävimmistä kansanterveydellisistä ongelmista. Riskitekijöiden kasautumisen ehkäisy ja hoito tulisi aloittaa mahdollisimman varhain: mielellään jo sikiöaikana tai viimeistään varhaislapsuudessa.

SUOMESSAKIN JOKA VIIDES LAPSI on ylipainoinen tai lihava, ja pojilla ylipaino on hieman yleisempää kuin tyttöillä (Lakka ym. 2019). Ylipaino nostaa jatkuessaan lapsuudesta riskiä sairastua useisiin aineenvaihdunta- ja valtimosairauksiin, kuten tyypin 2 diabetekseen, metaboliiseen oireyhtymään, rasvamaksaan ja sepelvaltimotautiin. Kyseisten sairauksien ilmaantuminen lapsuudessa on harvinaista, mutta kardiometabolisten riskitekijöiden, kuten insuliiniresistenssin, glukoosi- ja rasva-aineenvaihdunnan häiriöiden sekä kohonneen verenpaineen il-

maantuminen on huolestuttavan yleistä varsinkin lihavilla lapsilla. Ylipainon ja lihavuuden katsotaankin olevan merkittävin kardiometabolisten riskitekijöiden kasautumisen ja niistä johtuvien sairauksien yleistymisen taustalla oleva tekijä.

Ylipaino johtuu yksinkertaisesti energiatasapainon horjumisesta. Ihminen saa ravinnostaan enemmän energiaa kuin kuluttaa sitä päivittäisissä toiminnoissaan. Pohjimmiltaan ylipainoepidemiassa on kyse huomattavasti monisyisemmästä ongelmasta, jonka keskiössä ovat elintavat, kuten liikunta, ravitsemus ja uni. Kuitenkin myös kehitykseen liittyvät ja biologiset tekijät sekä sosioekonomiset ja ympäristöön liittyvät tekijät vaikuttavat vahvasti ylipainon ja siihen liittyvien kardiometabolisten riskitekijöiden kehittymiseen. Näiden riskitekijöiden kasautumisen ehkäisy ja hoito tulisi aloittaa mahdollisimman varhain eli mielellään jo sikiöaikana tai viimeistään varhaislapsuudessa. Runsas ja monipuolinen liikunta, säännöllinen ja terveellinen syöminen sekä riittävä uni ja muu

lepo ovat lasten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen sekä lihavuuden ja muiden kardiometabolisten sairauksien ehkäisyn kulmakivet.

Parhaaseen tarjolla olevaan tieteelliseen näyttöön perustuvat suomalaiset liikunta- ja ravitsemussuositukset toimivatkin erinomaisena ohjenuorana lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämässä sekä ylipainon ja muiden kardiometabolisten riskitekijöiden ehkäisyssä. Vuonna 2021 päivitettyjen suomalaisten lasten ja nuoren liikkumissuositusten mukaan kaikille 7–17-vuotiaille suositellaan reipasta ja rasittavaa liikuntaa vähintään 60 minuuttia päivässä. Lisäksi rasittavaa liikkumista pitäisi tulla vähintään kolmena päivänä viikossa, mikäli muu liikkuminen on reipasta. Tämän lisäksi lasten ja nuorten tulisi pyrkiä välttämään tarpeetonta pitkäkestoista paikallaanoloa.

Liikunta, paikallaanolo ja kardiometaboliset riskitekijät lapsilla

Runsaasti liikkuvilla lapsilla ja nuorilla kardiometabolisten riskitekijöiden tasot ovat alhaisemmat kuin vähän liikkuvilla ikätovereillaan (Guinhouya ym. 2011). Olemme havainneet, että jo runsaampi kevyt liikkuminen on yhteydessä matalampaan kehon rasvapitoisuuteen, mutta yhteyden voimakkuus kasvoi liikunnan intensiteetin kasvaessa. Lisäksi havaitsimme pitkittäisasetelmassa, että vähintään reippaan liikunnan lisääntyminen oli yhteydessä pienempään kehon rasvapitoisuuden kasvuun kahden vuoden seurannan aikana (Väistö ym. 2019). Myös interventiotutkimusten tulosten perusteella liikunnalla on myönteisiä vaikutuksia kehonkoostumukseen lapsilla (Kriemler ym. 2010).

Todennäköisesti tämä yhteys on selitettävissä elimistön energiatasapainon kautta. Liikunta nostaa energiankulutusta suhteessa ravinnosta saatavaan energiaan, jolloin elimistö joutuu käyttämään rasvakudokseen varastoitunutta rasvaa energialähteenä. Lisäksi runsaampi paikoillaanolo on yhdistetty suuremman kehon rasvapitoisuuden lapsilla (Carson ym. 2016). Omassa tutkimukses-

samme olemme mallintamalla osoittaneet, että paikoillaanolon korvaaminen kevyelläkin liikkunnalla voi auttaa vähentämään kehon rasvapitoisuutta. Mikäli paikoillaanolo korvataan rasittavalla liikkumisella, kehon rasvapitoisuuden väheneminen on moninkertainen kevyeen ja reippaaseen liikuntaan verrattuna (Collings ym. 2017).

Vähäisempi paikoillaanolo ja runsaampi kevyt, reipas ja rasittava liikunta on yhteydessä suotuisampiin kardiometabolisten riskitekijöiden tasoihin, kuten vähäisempään insuliiniresistenssiin, korkeampaan HDL-kolesterolin pitoisuuteen ja matalampaan triglyseridipitoisuuteen. Lisäksi vähintään reippaan liikunnan lisääntyminen näyttää hillitsevän kardiometabolisten riskitekijöiden epäsuotuisia muutoksia keskilapsuudessa (Väistö ym. 2019). Nämä suomalaislapsilla saadut tulokset ovat samansuuntaisia muualla tehtyjen tutkimusten kanssa (Lakka ym. 2019).

Toisaalta useat liikunnan ja kardiometabolisten riskitekijöiden väliset yhteydet selittyvät osittain kehon rasvapitoisuuden kautta. Tästä huolimatta liikkunnalla on kehon rasvapitoisuudesta riippumaton kardiometabolisia riskitekijöitä ehkäisevä vaikutus jo lapsilla ja nuorilla. Poikkeikkausasetelmassa havaitsimme vähäisemmän paikoillaanolon ja runsaamman kevyen, reippaan ja rasittavan liikunnan olevan yhteydessä matalampiin kardiometabolisten riskitekijöiden tasoihin riippumatta kehon rasvakudoksen määrästä.

Pitkittäisasetelmassa tulokset eivät ole olleet yhtä selviä, sillä vain kuormittavamman liikunnan kasvu oli käänteisesti yhteydessä insuliiniresistenssiin ja triglyseridipitoisuuden muutoksiin sekä positiivisesti yhteydessä HDL-kolesterolin pitoisuuden muutokseen kahden vuoden seurannan aikana (Väistö ym. 2019). Lisäksi havaitsimme kahden vuoden liikunta- ja ravitsemusintervention aikana lisääntyneen reippaan ja rasittavan liikunnan hidastaneen insuliiniresistenssin kehittymistä kehon rasvapitoisuuden muutoksesta huolimatta (Lakka ym. 2020). Näin ollen liikunta voi auttaa ennaltaehkäisemään insuliiniresistenssin ja mahdollisesti myös tyyppin 2 diabeteksen kehittymistä lapsuudesta alkaen.

Fyysinen kunto ja kardiometaboliset riskitekijät lapsilla

Yleisen käsityksen mukaan ylipainoiset ja lihavat lapset ovat huonokuntoisempia kuin normaalipainoiset lapset. Asia ei kuitenkaan ole näin yksiselitteinen, sillä useimmissa aikaisemmissa tutkimuksissa normaalipainoisten ja ylipainoisten lasten kuntoeron selittää pääasiassa ylipainoisten lasten suurempi rasvakudoksen määrä eikä esimerkiksi hengitys- ja verenkiertoelimistön kapasiteetti tai luurankolihasvoimantuotto. Tämä tarkoittaa sitä, että hengitys- ja verenkiertoelimistön sekä hermolihaskäytännön toiminta on samankaltaista riippumatta kehon rasvakudoksen määrästä ainakin lapsuudesta.

Päivittäisen toimintakyvyn kannalta merkittävää on kuitenkin, että huolimatta hengitys- ja verenkiertoelimistön kapasiteetin tai lihaksen voimantuotto- ja samankaltaisuudesta normaalipainoisiin verrattuna ne voivat ylipainoisilla olla riittämättömiä suhteessa kehon rasva-

PANIC-tutkimus

Juuso Väistön väitöskirja on osa vuonna 2007 alkanutta pitkäkestoista kuopiolaisten lasten edustavaan väestöotokseen perustuvaa liikunta- ja ravitsemusinterventiollista PANIC-tutkimusta. Tutkittaville on tehty perusteellisia elintapoihin, terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä mittauksia heidän ollessaan 7–9-vuotiaita, 9–11-vuotiaita ja 15–17-vuotiaita.

Vuodesta 2017 tutkimus on jatkunut seurantatutkimuksena. Seuraavassa vaiheessa tutkittavien ollessa 21–23-vuotiaita kohteena ovat tyyppin 2 diabeteksen, maksan rasvoittumisen ja valtimotautien patogeneesin selvittäminen mm. multiomikalla ja kuvantamistutkimuksilla.

kudoksen määrään arjen toiminnoissa. Olemme havainneet, että runsaampi kehon rasvapitoisuus on yhteydessä heikompaan nopeuteen, huonompaan ketteryyteen ja kiihdytyskykyyn sekä heikompaan vauhdittoman pituushypyn tulokseen ja keskivartalon lihasten voimaan lapsilla (Haapala ym. 2016). Näin ollen saavuttaakseen samanlaisen toiminnallisen kyvykkyyden ylipainoisten ja lihaviiden lasten tulisi olla ”paremmassa kunnossa” kuin normaalipainoisten lasten. Kehon rasvapitoisuus on siten merkittävä tekijä myös fyysisen kunnan selittäjänä. Toisaalta, olemme myös havainneet, että runsaampi liikunta voi edesauttaa fyysisen kunnan kehittymistä myös ylipainoisilla ja lihavilla lapsilla, mikä voi selittyä joko parantuneella kehon koostumuksella tai kehittyneemmällä elinjärjestelmien toiminnoilla (Collings ym. 2017).

Fyysisen kunnan ja varsinkin kestävyyskunnan on ajateltu myös suojaavan kardiometabolisten riskitekijöiden nousulta. Lisäksi on ajateltu, että hyvä kunto voi suojata ylipainon ja lihavuuden aiheuttamilta epäedullisilta kardiometabolisten riskitekijöiden tasojen muutoksilta. Nämä yhteydet näyttäisivät selittyvän hyvin pitkälti kehon rasvapitoisuuden eroilla hyvä- ja huonokuntoisten välillä tutkimuksissa, joissa kestävyyskuntoa ei ole pystytty suhteuttamaan kehon kokoon rasvakudoksesta riippumatta.

Kehon koostumuksen epäonnistunut huomioonottaminen selittää matalamman insuliiniresistenssin ylipainoisilla ja hyväkuntoisilla lapsilla verrattuna ylipainoisiin ja huonokuntoisiin lapsiin. Kun kehon koostumus otetaan asianmukaisesti huomioon analyyseissä, niin kestävyyskunto ei enää ollut yhteydessä insuliiniresistenssiin (Haapala ym. 2020). Käytännössä tämä tarkoittaa, että kestävyyskunto itsessään ei välttämättä ole vahva terveyden indikaattori lapsuudessa, vaan kehon rasvamassa sekä se yhdistettynä kehon kokonaispainoon suhteutettuun fyysisen suorituskykyyn voi olla hyvä kardiometabolisen riskin mittari. Toisaalta elintapatoimenpiteet voivat olla samoja riippumatta kestävyyskunnan mittaustavasta, koska tutkimustemme perusteella huonokuntoisilla lapsilla liikunnan määrä on vähäisempää ja paikoillaan olon määrä suurempaa kuin hyväkuntoisilla.

JUUSO VÄISTÖ, FT


biolääketieteen yksikkö, lääketieteen laitos,
Itä-Suomen yliopisto
DigiCenter Pohjois-Savo (DigiCenter NS)


EERO HAAPALA, FT

liikuntafysiologian dosentti,
liikuntatieteellinen tiedekunta,
Jyväskylän yliopisto

TIMO A. LAKKA, LT,

kansanterveystieteen dosentti,
lääketieteellisen fysiologian
professori, sisätautien erikoislääkäri
Biolääketieteen yksikkö, Lääketieteen laitos, Itä-Suomen yliopisto,
Kliinisen fysiologian ja isotooppilääketieteen yksikkö,
Kuopion yliopistollinen sairaala,
Kuopion liikuntalääketieteen tutkimuslaitos

 Juuso Väistö. 2021. Physical activity, sedentary behavior, physical fitness and cardiometabolic risk in a population sample of primary school-aged children – the Physical Activity and Nutrition in Children (PANIC) study. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/24556>

 PANIC study. www.panicstudy.fi

LÄHTEET

Carson V., Hunter S., Kuzik N., Gray CE, Poitras VJ, Chaput J-P. ym. 2016. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth: an update. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism* 41, 240-265.

Collings PJ, Westgate K., Väistö J., Wijndaele K., Atkin AJ, Haapala EA ym. 2017. Cross-Sectional Associations of Objectively-Measured Physical Activity and Sedentary Time with Body Composition and Cardiorespiratory Fitness in Mid-Childhood: The PANIC Study. *Sports Medicine* 47, 769-80.

Guinhouya BC, Samouda H., Zitouni D., Vilhelm C., Hubert H. 2011. Evidence of the influence of physical activity on the metabolic syndrome and/or on insulin resistance in pediatric populations: a systematic review. *International Journal of Pediatric Obesity* 6, 361-88.

Haapala EA, Väistö J., Lintu N., Tompuri T., Brage S., Westgate K. ym. 2016. Adiposity, physical activity and neuromuscular performance in children. *Journal of Sports Sciences* 34, 1699-706.

Haapala EA, Wiklund P., Lintu N., Tompuri T., Väistö J., Finni T. ym. 2020. Cardiorespiratory Fitness, Physical Activity, and Insulin Resistance in Children. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 52, 1144-52.

Kriemler S., Zahner L., Schindler C., Meyer U., Hartmann T., Hebestreit H. ym. 2010. Effect of school based physical activity programme (KISS) on fitness and adiposity in primary schoolchildren: cluster randomised controlled trial. *BMJ* 340, c785.

Lakka TA, Talvia S., Sääkslahti A., Haapala EA. 2019. Fyysinen aktiivisuus ja ravitsemus lasten terveyden edistämiseksi – tavoitteena lihavuuden, tyypin 2 diabeteksen ja valtimotautien ehkäisy. Teoksessa: Pietilä A-M, Terkamo-Moisio A (toim.). *Näkökulmia terveyteen ja sen edistämiseen*. Kuopio: General series. Publications of the University of Eastern Finland. 133-166.

Väistö J., Haapala EA, Viitasalo A., Schnurr TM, Kilpeläinen TO, Karjalainen P. ym. 2019. Longitudinal associations of physical activity and sedentary time with cardiometabolic risk factors in children. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 29, 113-23.

Tieto kannattelee osaltaan Huuhkajien liittoa

Huippujalkapallossa hyvä valmistautuminen on menestyksen perusta. Oleellinen osa valmistautumista on omasta joukkueesta ja vastustajasta kerätty data. Huuhkajien valmennusryhmälläkin on käytössään runsaasti erilaista tietoa. Tiedosta ei voi kuitenkaan johtaa suoraan ottelun lopputulosta.

– **DATA JA SEN ANALYYSI** ovat kuin treeneissä tötsät ja liivit, joita käytetään harjoituksen organisoinnissa. Työkaluja, joilla edesautetaan valmennusprosessia ja saadaan tietoa päävalmentajan päätöksenteon tueksi, sanoo Suomen Palloliitossa pelianalyysipäällikkönä työskentelevä **Henri Lehto**.

Kerätty data antaa Lehdon mukaan tukea esimerkiksi tehtäessä taktisia valintoja tai arvioitaessa ottelusuoritusta pelin jälkeen. Lehto toimii myös A-maajoukkueen videoanalytikkona.

Maajoukkueella on käytössään erilaisia analyysiohjelmistoja, joilla kootaan määrällisiä ja laadullisia aineistoja joukkueesta ja pelaajista. Valmennusryhmä saa esimerkiksi käyttöönsä puoliajalla videoleikkeitä pelistä. Videokirjastoista löytyy puolestaan vastustajan pelin analysointia varten aineistoa.

Huuhkajien kuormitusta mitataan Polar Team Pro -järjestelmällä, joka kerää tietoa mm. pelaajien juoksu-

matkasta, spurteista ja keskisykkeestä. Kuormitusta seurataan myös kyselymenetelmin. Käytössä on lisäksi erilaisia palautumisen apuvälineitä.

Seurajoukkueet toimittavat Huuhkajille dataa pelaajista maajoukkueleiritystä edeltävältä kahdelta viikolta. Aineisto kertoo, miten kuormittuneina pelaajat tulevat leirille. Seurat saavat puolestaan maajoukkueen keräämän datan, mikä takaa tietojenvaihdon molempiin suuntiin.

Puolitosissaan voi sanoa, että jalkapallon EM-kisoissa on mukana kaikista osallistujamaista kaksi joukkuetta: pelaajat ja valmennusryhmät. Suomen joukkueessa on 23 pelaajaa ja 18 valmennustiimiin sekä muihin taustavoimiin kuuluvaa. Kun taustaryhmä on kasvanut, niin päävalmentajan toimenkuva on muuttunut. Tämän päivän huippuvalmentaja ei ole yksinään kentän laidalla pelaajille ja huoltajille ärjähdelevä äijä.

– Hyvässä tiimissä osa-alueista vastaavat eivät tuputa liikaa omaa asiaansa, vaan kaikki asiat nivoutuvat yhteen.

Markku Kanerva: ”Käsitykseni tutkimustiedosta on muuttunut”

Liikunta & Tiede kysyi päävalmentaja **Markku Kanervalta**, mikä on tutkitun tiedon ja toisaalta kokemuksen merkitys valmennuksessa. Näin Kanerva vastasi:

Mikä on tieteellisen tiedon merkitys tämän päivän jalkapallovalmennuksessa?

Nykyään huippu-urheilussa, myös jalkapallossa eri osa-alueita tutkitaan laajasti. Tärkeää on saada tutkittu tieto välitettyä valmennustoimintaan ymmärrettävässä muodossa ja jalkautettua seura- ja joukkue toimintaan. Itse johdan paljon tiedolla ja etenkin pelaaja- ja joukkuekohtaisten analyysien pohjalta teemme valmennustiimissämme päätöksiä ja toimenpiteitä. Tutkittua tietoa ja malleja esim. otteluun valmistavien harjoitusten optimaalisesta kuormittavuudesta ja intensiivisten juoksujen määrästä olemme hyödyntäneet Huuhkajissa.

Miten suhtautuminen tutkimustietoon on muuttunut jalkapallourasi aikana? Vai onko se muuttunut?

On se muuttunut paljonkin. Erilaisten mittaus- ja analyysivälineiden ja tutkimustiedon lisääntymisen kautta sekä pienten yksityiskohtien merkityksen korostuminen

menestymisessä ovat muuttaneet käsitystäni tutkimustietoon. Pelaaja-aikanani asioita ei mitattu tai tutkittu niin paljon ja perusteellisesti, joten tutkimustietoa ei voinutkaan hyödyntää niin paljon kuin nykyään. Nykyään huippujoukkueissa on valmennustiimeissä henkilöitä, joilla on kyky tulkita ja soveltaa mitattua toimintaa ja tutkimustietoa joukkueen arkeen. Myös kehittyneen valmentajakoulutusjärjestelmän ansiosta valmentajilla on parempi tietoisuus näistä asioista ja niiden merkityksestä.

Mikä on tutkimustiedon, erilaisilla analyyseilla kootun ja kokemustiedon suhde valmennuksessa? Miten sitä voisi sanallisesti kuvata?

Tutkimustietoon ja analyyseihin on hyvä myös suhtautua kriittisesti. Data on juuri niin hyvää kuin sitä tulkitseva henkilö. Valmentajien ja pelaajien kartuttama (mm. keskustelujen ja kyselyiden kautta kerätty) kokemustieto ovat ainakin meidän toiminnassamme isossa roolissa. Käyttämälläme analyysimenetelmillä kerätty tieto on usein vahvistanut näkemyksiämme. (JK)



Kuva: Antero Aaltonen

Kokemustieto auttaa jäsentämään dataa

Datan käyttö ja analysointi on kehittynyt Lehdon mukaan oleellisesti **Markku Kanervan** päävalmentajakaudella. Ihannetilanteessa asiantuntijat puukevat tiedon ymmärrettävään muotoon päävalmentajalle ja koko valmennustiimille. Kokemustiedon merkitys on silti edelleen tärkeä jalkapallovalmennuksessa. Numerot eivät kokonaan selitä jalkapalloa, joka on pelinä monimutkainen.

– On tärkeää, että valmennusryhmä on kokenut ja näkee asioita jo pelin aikana. Entiset pelaajat pystyvät aistimaan pelaajien tuntemuksia otteluissa tai ennen otteluita. Niin sanottu valmentajan silmä on edelleen tärkeä.

Kokemustieto auttaa Lehdon mukaan suodattamaan dataa. Hän muistuttaa, että pelissä on paljon asioita, jotka eivät näy numeroina. Asioita pitääkin edelleen tarkastella myös laadullisesti esimerkiksi videoleikkeiltä. Pelaaja saattaa tehdä hyvän juoksun koskematta palloon, jolloin hänelle ei merkitä pelianalyysissä suoritusta. Juoksu on kuitenkin voinut avata tilaa toiselle pelaajalle maalintekoon.

Videoaineiston tulkinnessa kokemustieto on arvossaan. Videot voivat nostaa esiin joukkuekohtaisia teemoja ja myös yksittäisille pelaajille voidaan tehdä omia leikkeitä.

Jalkapallotutkimuksen Huuhkajailmiö

Halu ja valmius käyttää tutkimustietoa ovat Lehdon mukaan kasvaneet jalkapallon parissa. Uusi valmentajapolvi on tottunut tiedon käyttöön. Tietoa on saatavana ja sen käyttöön on totuttu. Jonkun on kuitenkin jalostettava tutkittua tietoa ennen kuin se otetaan kentällä käyttöön.

– Tiedon soveltaminen käytännön toimintaan ja tutkimustiedon hyödyntäminen vaatii tulkitsijan väliin. Ei vain heitetä tutkimusartikkelia tai 50 sivua numeroita valmentajalle.

Tulkitsijoina toimivat usein Palloliitossa koulutusta kehittävätkä henkilöt. Toiminta on Lehdon mukaan ollut heidän tarpeistaan lähtevää, eikä kovin koordinoitua. Jalkapallon runsaan 260 päätoimisen valmentajan lisäksi lajissa toimii runsaasti sivutoimisia ja tuhansittain vapaaehtoisia valmentajia. Valmentajakoulutusta kehitettäessä onkin Lehdon mukaan mietittävä, saavuttaako uusin ja hyödyllisin tieto esimerkiksi juniorivalmentajat.

Jalkapallo on maailman suurin ja myös ylivoimaisesti eniten tutkittu urheilulaji. Merkityksellisen tiedon etsiminen alan tutkimustulvasta kysyy osaamista ja aikaa. Kaikkea tietoa ei löydy maailmalta, vaan sitä on tuotettava Suomessa. Tulokset eivät myöskään ole aina sovellettavissa Suomeen. Jyväskylän yliopiston ja Palloliiton yhteisenä jalkapallon työelämäprofessorina aloittaneen **Mihály Szeróvayn** yhtenä tehtävänä onkin kartoittaa tiedontarpeita ja koordinoita tutkimusta.

Lehto näkee, että valmennuksen tueksi tarvitaan ensinnäkin käytännön tietoa esimerkiksi otteluiden, pienpelien tai ylipäättään harjoittelun kuormittavuudesta. Käyttöä on myös pelianalyysin tuottamalle datalle peleissä tapahtuvista suorituksista. Koko jalkapallon kehittämistä palvelee esimerkiksi yhteiskuntatieteellinen tutkimus drop out-ilmistä, pelaajapoluista ja liikuntapaikkarakentamisesta.

Suomalainen jalkapallotutkimus on lisääntynyt merkittävästi viimeisimmän vuosikymmenen aikana. Vuosina 2010–2019 korkeakoulutason ylempiä opinnäytteitä valmistui 254. Edellisellä vuosikymmenellä määrä oli 65. Vuonna 2020 tehtiin jo 61 jalkapalloa käsittelevää gradua tai diplomityötä. Jalkapallotutkimuksessakin voi siten puhua Huuhkaja-ilmistä.

Valmentajaa aina tarvitaan

Vaikka analyysimenetelmät ja käytettävissä oleva teknologia ovat kehittyneet, Lehto ei usko tekoälyn korvaavan ihmistä valmentajana. Ihmisen pitävät kentän laidalla jalkapallon mutkikkuus ja ihmisten johtamisessa vaadittavat inhimilliset tekijät.

– Valmentaminen on paljon muutakin kuin numeroitten murskaamista tai taktiikan valintaa datan pohjalta. Siihen liittyy ihmisten johtamista, kommunikointia ja motivointia.

Tekoäly helpottaa kuitenkin paisuvien datamassojen analysointia. Se auttaa löytämään uusia muuttujia, joita voi käyttää pelianalyseissa ja valmennuksen kehittämisessä. Monimutkaisen pelin perusasetelma on kuitenkin sama kuin kautta jalkapallon historian. Pelin alkaessa tilanne on 0–0, eikä lopputulosta voi varmuudella ennustaa, jos joukkueet ovat suhteellisen tasavahvat.

– Pelaajat kentällä ja valmennusprosessi ratkaisevat, miten ottelussa käy. Data ei selitä menestystä, mutta sen avulla voidaan tunnistaa menestykseen johtaneet tekijät.

JOUKO KOKKONEN



Kuva: Shutterstock

Kuntotestauksen hyvät käytännöt päivittymässä

Laadukas kuntotestaus on fyysisen kunnan mittaamisen lisäksi kokonaisvaltaista asiakaspalvelua. Testien ohella palvelun ytimessä ovat turvallisuus, palaute, liikuntaohjeet ja seuranta.

KUNTOTESTAUKSEN HYVÄT KÄYTÄNNÖT on vuonna 2010 julkaistu yleisluontoinen kymmenkohtainen ohje, joka laadittiin kattamaan koko kuntotestausprosessi. Suositusten päivitys on työn alla Liikuntatieteellisen Seuran kuntotestauksen asiantuntijaryhmän johdolla. Uudet suositukset julkaistaan alkusyksystä 2021.

Kuntotestausta tehdään Suomessa niin liikunta-alan palveluna kuin terveydenhuollossa. Sitä toteutetaan myös kouluissa, puolustusvoimissa sekä palo- ja pelastustoi-
messä. Terveydenhuollon ulkopuoliseen kuntotestaukseen liittyvää palvelutoimintaa ei ole erikseen lainsäädännöllä säännelty, palvelun tarjoajia ei lainsäädännöllä ole rajattu, eikä heille ole määrätty koulutus- tai pätevyysvaatimuksia. Terveydenhuollossa fyysisen kunnan mittaamista sääntelee alan lainsäädäntö.

Suomessa ei ole kuntotestaajille mitään auktorisoitua koulutusta eikä koulutusvaatimuksia. Kuntotestauspalveluja voi periaatteessa tarjota kuka tahansa. Suosituksena on, että testaajalla on kuitenkin joko liikunta- tai terveydenhuoltoalan korkeakoulututkinto ja tarvittaessa lisä- tai täydennyskoulutusta käytössä oleviin kuntotesteihin.

Erilaiset toimintaympäristöt ja koulutustaustat näkyvät yhä kirjavina käsitteinä ja käytäntöinä. Yhteisiä pelisääntöjä ja käytäntöjä on tarve edelleen kirkastaa. Kuntotestauksen päivitettyillä hyvillä käytännöillä halutaankin tukea laadukkaan kuntotestaamisen koulutusta, suunnittelua ja toteutusta liikunta-alan, hyvinvointialan tai terveydenhuollon palveluna. Suositusten tavoitteena on tukea myös alan päätöksentekoa, seurantaa ja laadun kehittämistä.

Ei yksin mittaamista

Nykyaikainen fyysisen kunnan mittaaminen ei ole pelkästään ihmisen fyysisen kunnan perusominaisuuksien mittaamista ja arviointia. Laadukkaan kuntotestauksen kokonaisuuteen (kuvio 1) kuuluu tärkeänä osana myös kokonaisvaltainen asiakaspalveluketju. Kuntotestausprosessi saatetaan usein liittää osaksi jotain laajempaa palvelukokonaisuutta, kuten kokonaisvaltaisia valmennus- tai hyvinvointipalveluja, kuntoutusta tai työkyvyn edistämistä. Tällöin kuntotestaus on vain yksi osa asiakkaan saamaa kokonaispalvelua.



Kuvio 1. Kuntotestaus on moniulotteinen kokonaisuus.

Testauspalveluketju toteutuu oikealla tavalla, kun kokonaisuutta testeihin valmistautumisesta alkaen liikuntaohjeiden antamiseen asti hoitavat ammattitaitoiset ihmiset. Hyvin toimiva kuntotestaus on sarja erilaisia palvelutoimintoja, jotka on ketjutettu sujuvasti yhteen (kuvio 2). Tällainen asiakaspalveluketju vaatii ammattitaitoista henkilökuntaa, johon kuuluu oikealla tavalla koulutettuja ammattilaisia. Laadukas palvelukokonaisuus alkaa ajanvarauksesta, asiakkaan tarpeiden selvittämisestä ja sisältää palautteen, liikuntaohjeet ja seurannan.

Alan suomalaisten asiantuntijoiden päivittämät hyvät käytännöt -ohjeisto sisältää kymmenen suositusta, jotka kattavat koko laadukkaan kuntotestauksen kokonaisuuden. Suositukset kohdistuvat toiminnan turvallisuuteen, eettisyyteen ja tietosuojaan, henkilökuntaan ja sen koulutukseen, testausmenetelmiin, -laitteisiin ja -tiloihin sekä testauspalveluketjuun.

Osa suosituksista pohjautuu näyttöön perustuvaan tietoon ja säännöksiin. Osa perustuu asiantuntijoiden ja toimijoiden käytännön kokemukseen. Paikalliset ohjeet ja suositukset voivat tarkentaa ja täydentää käytäntöjä. Suositukset on tarkoitettu hyödynnettäväksi kaikissa testaus toimintaa harjoittavissa yhteisöissä.

Turvallisuus yli kaiken

Komplikaatioiden ja vammojen riski tulee aina pyrkiä minimoimaan kuntotestauksessa. Testattavalle henkilölle on tehtävä henkilötietolain määräykset huomioiden riskikartoitus, jolla voidaan arvioida kuntotestiin liittyvää terveysriskiä. Tarvittaessa testattava ohjataan lääkärintarkastukseen ja mahdolliseen kliiniseen kuormituskokeeseen. Testien keskeyttämiseen liittyy standardiohjeistoja, jotka voidaan sisällyttää kunkin testipaikan toimintaohjeisiin.

Jokaisella testipaikalla pitää olla elvytystaitoinen henkilökunta ja elvytysvälineistö. Lisäksi tarvitaan selkeät ohjeet, miten menetellä sairaustapausten yhteydessä. Elvytystaitoja ja toimintatapoja on harjoitettava säännöllisesti toimintavalmiuden ylläpitämiseksi. Testauspaikan ensiapuvalmius tulee tarkistaa niin, että se on käytettävien testien, testipaikkojen ja asiakaskunnan mukainen.



Kuvio 2. Testauspalveluketju.

Testaamisen turvallisuus liittyy olennaisena osana koko testausprosessin laatutekijöihin.

Riskikartoituksen ohjeisto suomalaisessa kuntotestauksessa on määritelty vuonna 2018 *Fyysisen kunnan mittaaminen – käsi- ja oppikirja kuntotestaaajille* -teoksessa. Suomalaiset suositukset ovat perinteisesti perustuneet

Kuntotestauksen hyvät käytännöt

1. **Turvallisuus:** Komplikaatioiden ja vammojen riski minimoidaan.
2. **Eettisyys:** Testaus toteutetaan yksilöllä kunnioitettuna ja testattavien oikeudet turvataan.
3. **Tietosuoja:** Testattavan henkilötietoja käsitellään tietoturvasääntöjen voimassa olevan lainsäädännön vaatimalla tavalla siten, ettei tietosuojaa vaarannu.
4. **Henkilökunta ja koulutus:** Testauksesta vastaavalla henkilökunnalla on liikunta- tai terveysalan koulutus ja tarvittaessa lisä- tai täydennyskoulutusta käytössä oleviin kuntotesteihin.
5. **Testausmenetelmät, -laitteet ja -tilat:** Testausmenetelmät ja -laitteet ovat luotettavia ja asianmukaisia. Testausolosuhteet vakioidaan mahdollisuuksien mukaan.
6. **Testeistä käytettävät termit ja testiohjeet:** Käytetyistä testeistä on kirjallinen työohje testattavalle sekä selkokielen kuvaus testattavalle.
7. **Toiminta ennen testiä:** Testattavalle valitaan hänen tavoitteisiinsa sopiva turvallinen testi ja hänelle annetaan selkeät ja yksinkertaiset valmistautumisohteet.
8. **Toiminta testin aikana:** Testistä pidetään riittävän yksityiskohtaista pöytäkirjaa ja testattavan vointia seurataan testin aikana.
9. **Toiminta testin jälkeen:** Testattava saa testituloksiansa perustuvan suullisen ja kirjallisen palautteen, joka huomioi hänen taustansa ja tavoitteensa.

vahvasti American College of Sports Medicine (ACSM) laatimaan ohjeistoon kuntotestien suorittamisesta ja liikunnan annostelusta. ACSM on viime vuosina päivittänyt ohjeistoaan lääkärintarkastuksen tarpeesta ennen liikunnan aloittamista ja kuntotestausta. Uudistuksen yhtenä ajatuksena on ollut kiinnittää huomiota siihen, että lääkärintarkastus ja kuntotestiin osallistuminen eivät saisi olla liikunnan harrastamisen edellytys. Muutos perustuu kokonaistutkimusnäyttöön siitä, että sydän- ja verisuonisairauksiin, metabolisiin sairauksiin ja munuaissairauksiin viittaavat oireet ja löydökset kasvattavat kuntotestiin liittyvää terveysriskiä paljon enemmän kuin aiemmissa riskikartoitussuosituksissa esiin nostetut sydänsairauksien riskitekijätasot, kuten ylipaino, verenpaine- ja kolesterolitasot.

ACSM:n päivitetty ohjeiston mukaan uutta liikuntaharrastusta aloitettaessa, kuten myös kuntotestauksen yhteydessä, tulee liikunta-alan ammattilaisen arvioida henkilön liikunta- tai testauskelpoisuus terveyden näkökulmasta. Tarkastuksen tavoitteena on ensinnäkin tunnistaa ne, jotka tarvitsevat lääkärintarkastuksen ennen liikunnan aloittamista tai nykyisen liikunnan kuormittavuuden (määrä, teho) lisäämistä. Toiseksi päämääränä on löytää ne, joilla on kliinisesti merkittävä sairaus, ja selvittää hyötyvätkö he lääketieteellisen valvonnan alaisesta liikuntaharjoittelusta. Kolmanneksi halutaan tunnistaa ne, joiden sairaus rajoittaa liikuntaharjoitteluun osallistumista ennen kuin se on lieventynyt tai paremmin tasapainossa. ACSM:n uudistetun ohjeiston mukaan testattavien ja liikkujien riskitason arvioinnissa pyritään ensisijaisesti:

- 1) määrittämään henkilön nykyinen liikunta-aktiivisuus,
- 2) tunnistamaan sydän- ja verenkiertoelimistön sairauden, munuaissairauden tai aineenvaihduntasairauden merkkejä tai oireita,
- 3) tunnistamaan diagnosoidut sydän- ja verenkiertoelimistön sairaudet ja aineenvaihduntasairaudet,
- 4) arvioimaan lääkärintarkastuksen tarpeen testaus- tai liikuntakelpoisuuden selvittämiseksi käyttäen hyväksi tietoja nykyisestä liikunta-aktiivisuudesta, sairauksista tai oireista ja halutun liikuntaohjelman intensiteetistä.

ACSM:n uusittujen suositusten pohjalta ollaankin laatimassa suomenkielisiä tarkennuksia ja päivityksiä kuntotestausta edeltäviin terveysseulontasuosituksiin. Päivitykset käydään läpi LTS:n kuntotestauksen asiantuntijaryhmässä ja yhteistyössä liikuntalääketieteen erikoislääkärin kanssa. Suomenkieliset suositukset julkaistaan www.fkm.fi -verkkosivustolla syksyllä 2021.

Testipalautte ei ole pelkkä pinkka papereita

Testipalautteen ja liikuntaohjeiden antaminen ovat erittäin tärkeä osa testauspalveluketjua. Palautteessa tulokset käydään testattavalle läpi selkeästi ja ymmärrettävässä muodossa huomioiden testattavan yksilölliset taustatekijät, testattavan tavoitteet ja elämäntilanne. Testattavan tulisi saada vähintäänkin alustava palaute testistä välittömästi sen jälkeen. Henkilökohtainen kirjallinen palaute sekä ryhmä- että yksilötesteistä on suositeltavaa antaa viimeistään viikon sisällä.

Testipalautetta voidaan hyödyntää osana liikuntaneuvontaa, jossa testattava saa tukea ja ohjausta harjoittelunsa. Liikuntaohjeet annetaan yleisesti käytössä oleviin liikkumis- ja harjoittelusuosituksiin perustuen asiakkaan tarpeisiin soveltaen.

Päivitettyissä kuntotestauksen hyvissä käytännöissä halutaan korostaa entisestään, että onnistunut testipalaute ja liikuntaohjeistus ei ole testaajan tai tietokoneohjelman tuottama yleispätevä pinkka paperia. Sen sijaan kyseessä on parhaimmillaan testattavan ja testaajan välisen keskustelun tuottama näkemys, mikä on testattava tavoitteiden kannalta tarpeellista ja toisaalta hänen elämäntilanteensa kannalta mahdollista. Ohjeissa tulee huomioida testattavan toimintaympäristö, yksilölliset kyvyt ja motivaatio mahdolliseen liikunnan muutokseen. Palautteen sisällössä ja antamisessa pitää ottaa huomioon myös testattavan mahdollinen valmennussuhde.

Kuntotestauksen laatujärjestelmä myös uudistuksen alla

Liikuntatieteellisen Seuran ylläpitämä kuntotestauksen laatujärjestelmä (KUNNONTesti) on toiminut työkaluna kaikille kuntotestejä tekeville liikunnan ja terveydenhuollon ammattilaisille. Testaustoiminnan itsearviointimene- telmäksi tarkoitettu kyselypatteristo on palvellut esimerkiksi liikuntapalveluita tarjoavia yrityksiä, testiasemia, työterveyshuoltoa, fysioterapiayrityksiä ja muita terveydenhuollon yksiköitä.

Itsearviointityökalua ollaan päivittämässä uuteen sähköiseen ympäristöön ja käyttäjävälisempään suuntaan, mikä mahdollistaa vuosittaisen tietojen päivityksen. Laatujärjestelmän palveluita voivat hyödyntää kaikki Liikuntatieteellisen Seuran kuntotestausverkoston jäsenet ilman lisämaksua.

Laatujärjestelmällä pyritään osaltaan jalkauttamaan päivitettyjä Kuntotestauksen hyviä käytäntöjä. Tavoitteena on sparrata suomalaisia kuntotestaustoimijoita turvalliseen ja laadukkaaseen toimintaan palveluketjun jokaisessa vaiheessa.

JONNE KAMSULA, LitM

erityisasiantuntija
Liikuntatieteellinen Seura
jonne.kamsula@lts.fi

JYRKI AHO, LitM

liikuntafysiologi
Pihlajalinna Dextra Urheiluklinikka

LÄHTEET

ACSM's guidelines for exercise testing and prescription, 11th Edition. 2021. Senior editor, Gary Liguori; associate editors, Yuri Feito, Charles Fountaine, Brad A. Roy. Philadelphia: Wolters Kluwer.

Aho, J., Ahtiainen, J., Heinonen, T., Hynynen, E., Kangas, H., Lusa, S., Mänttäri, A., Rinne, M., työryhmä. 2010. Kuntotestauksen hyvät käytännöt. Helsinki, Liikuntatieteellinen Seura.

Keskinen, K., Häkkinen, K. & Kallinen, M. (toim.). 2018. Fyysisen kunnan mittaaminen – käsi- ja oppikirja kuntotestaajille. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 174. Helsinki.

Kunniapuheenjohtaja Lauri Tarasti 80-vuotias:

Urheiluoikeuden viestinviejä on kiittänyt monilla kentillä

Ministeri Lauri Tarasti on ehtinyt elämänsä kiittää tehtävästä toiseen. Suoraviivainen pikajuoksija on tullut tunnetuksi selvitystehtävistään, joita on kertynyt virkatoimien ohessa ja eläkevuosina yhteensä 20. Viime vuonna Tarasti selvitti, tarvitaanko Suomessa erillistä huippu-urheilulakia. Tulos oli selvä: erillinen huippu-urheilulaki sotkiessaan liikuntalain sisältöä ei ole tarpeen eikä tarkoituksenmukainen.



IAAF:n eettisen komitean ja Euroopan vedonlyöntiyhtiöiden yhdistyksen eettisen komitean jäsen Lauri Tarasti puhui ottelutulosten manipulointia käsitelleessä seminaarissa Helsingissä huhtikuussa 2014. Kuva: Vesa Moilanen/Lehtikuva

KESÄKUUN 11. PÄIVÄNÄ 1941 SYNTYNYT TARASTI toimi Liikuntatieteellisen Seuran puheenjohtajana vuosina 1988–1991. Ehdotuksen teki LTS:n hallituksen silloinen jäsen **Risto Nieminen**, joka tuolloin toimi Urheilumuseon johtajana. Sitten Niemisestä tuli Veikkauksen toimitusjohtaja ja Suomen Olympiakomitean puheenjohtaja.

– Olin kiinnostunut laajentamaan toimintaani urheilun ja liikunnan parissa. Enkä tässä erehtynyt LTS:ssä toimiessani. Otan edelleen osaa seuran toimintaan sen kunniapuheenjohtajana ja neuvottelukunnan jäsenenä, kertoo Tarasti.

Tarasti toimi LTS:n puheenjohtajavuosinaan vuonna 1983 perustetun ympäristöministeriön ensimmäisenä

kansliapäällikkönä. Tarasti on säännöllisesti johtanut puhetta seuran kokouksissa. Kunniapuheenjohtaja hänestä tuli vuonna 2008. Yhdistysoikeuden tuntija vetää kokoukset rivakasti läpi. Nuija kopsahtaa nopeasti, joten puheen- vuoropyynnöt on esitettävä ripeästi.

Kerran Tarasti joutui kuitenkin ottamaan pienen aikalisän. Puheenjohtajavaalissa marraskuussa 2002 olivat ehdokkaina **Raija Laukkanen** ja **Pauli Vuolle**. Molemmat saivat 33 ääntä. Tarasti kilautti varmuuden vuoksi kaverille ja varmisti, mikä on menettelytapa tasatilanteessa. Seurasi arvonta, jonka Vuolle voitti.

Tarastin suoraviivaisuudesta LTS:n puheenjohtajana kertoo pikkujoulu 1980-luvun lopulta. Henkilökunta oli

pääosin nuorta ja jaksavaa, joten ravintolassa nautitun kinkun ja punaviinin jälkeen palkollisten mieli teki baari-kerrokselle. Turha toive. Tuskin kukaan oli ehtinyt saada takkia niskaansa, kun Tarasti totesi ykskantaan: ”Ja sitten mennään kaikki meille jatkoille.” Toimihenkilöt pääsihteerinä myöten ahtautuivat nöyrinä takseihin.

Selväsanaisuus jatkui Tarastin kotona: ”No niin, istutte noille tuoleille ja sohvalle, ja minä tarjoan liköörit. On kah-ta lajia, kukin ottaa jompaa kumpaa. Sitten minä soitan.” Ja Tarasti soitti *forte fortissimo*. Kun aikaa oli kulunut isän-nän mielestä sopivasti, hän ilmoitti: ”Ilta loppuu tähän, ti-laan teille taksit, huomenna on työpäivä.”

Urheilu on ollut yksi Tarastin suurista kiinnostuksen kohteista. Hän oli 1960-luvulla hyvä kansallisen tason pika-juoksija. Liikunnan ja urheilun pariin Tarasti päätyi kun-nostautumalla Helsingin oppikoulujen yleisurheilumes-taruuskisoissa Eläintarhan urheilukentällä syksyllä 1958.

– Elämäni ensimmäisessä kilpailussa sijoituin 100 met-rin juoksussa kolmanneksi ajalla 11,5. Helsingin Kisa-Veikkojen nuorisovalmentaja **Jaska Taipale** ryntäsi kentäl-le nähdessään, ettei minulla ollut minkään seuran urhei-luasuja päälläni ja iski käteeni HKV:n jäsenilmoittautumis-lomakkeen. Siitä se alkoi.

Tarasti saavutti SM-kultaa pikaviestissä Raumalla vuon-na 1965. Joukkue juoksi järjestyksessä **Seppo Kuusiola**, Ta-rasti, **Reijo Salonen** ja **Rainer Stenius**. Aika oli 41,8. Ta-rastin paras tulos satasella oli 10,8 ja 200 metrillä 22,4. Aktiivivuosiansa jälkeen Tarasti toimi valmentajana.

Sittemmin hän on omien sanojensa mukaan osallistu-nut yleisurheilussa kaikkiin mahdollisiin ja joskus mah-dottomiinkin tehtäviin. Tarasti jäi vuonna 2020 pois kan-sainvälisen yleisurheiluliiton IAAF:n (nykyinen WA) kurinpitovalioikunnasta. Pesti kesti liki 40 vuotta, pitem-pään kuin kellään hänen aikalaisistaan IAAF:n eri tehtä-vissä. Suomessa Tarasti on toiminut muun muassa Squash-liiton puheenjohtajana.

– Toisen pääalajini squashin aloitin 1983 hyvän ystäväni **Heikki Hämmäisen** ehdotettua peliä minulle tuikitunte-mattomassa squashissa. Sanoin, että mitä amerikkalaista höpötystä se on, jolloin hän kertoi pelin olevan englan-tilaista perua ja veti minut kentälle. Kymmenennen ker-ran jälkeen olin kiinni tässä fyysisesti rankimmassa maila-pelissä. Nyt olen Squashliiton kunniapuheenjohtaja.

Tarasti toimi Helsingissä pidettyjen yleisurheilun en-simmäisten maailmanmestaruuskilpailuiden pääsihteerinä. Kisoista jäivät hänelle myönteiset muistot. Pääsihteerin kohtasi kisojen aikana kiinnostavia vieraita.

– Tapsin Olympiastadionilla ainoan kerran elämässäni Ruotsin pääministeri **Olof Palmén**, joka pohjoismaisten pääministerien kanssa seurasi kisoja yhden illan päämi-nisterikokouksen lomassa. Tuo viikko 7–14.8.1983 oli elä-mäni vilkkain.

Tarasti pyrki Suomen Urheiluliiton puheenjohtajaksi LTS-kaudellaan. Hän hävisi vaalin vuonna 1990 Ilkka Ka-nervalle äänin 27–16. Tappio kirpasi Tarastia, mutta jäl-keenpäin hän näkee tappion olleen itselleen hyväksi.

Kielteisimpänä kokemuksenaan urheilun parissa Ta-rasti pitää Lahden MM-hiihtojen dopingskandaalia vuon-na 2001. Hänet kutsuttiin selvitysryhmän puheenjohta-

jaksi, jonka jäsenenä olivat urheilulääkäri **Tapio Kallio** ja kansainvälisen pyöräilyliiton pääsihteerin belgialainen **Philippe Verbiest**. Kukaan kiinnijääneistä suomalaisista hiihtäjistä ei suoraan tunnustanut tietneensä kielletystä Hemoheisistä. **Mika Myllylä** ja **Janne Immonen** eivät tulleet selvitysryhmän kuultavaksi, mutta Myllylä soitti Tarastille kahdesti. Noilta ajoilta jäi elämään Tarasti usein toistama kiteytys:

– Harmaata aluetta ei näissä asioissa ole olemassa. On vain kiellettyjä ja sallittuja aineita ja menetelmiä.

Tarasti osallistui professori **Heikki Halilan** ja profes-sori **Kari-Pekka Tiitisen** kanssa vuonna 1994 Urheiluoikeuden yhdistyksen perustamiseen. Urheiluoikeuden tuntemus ja tutkimus ovat Tarastin mukaan edenneet Suomessa runsaassa neljännesvuosisadassa merkittävästi.

– Yhdistyksen vuosikirja *Urheilu ja oikeus* on urhei-luoikeuden vuotuinen merkkiteos. Suomella on useita edustajia CAS:n tuomaristossa. Heistä asianajaja **Mar-kus Manninen** voitti vuonna 2019 ensimmäisenä yhdis-tyksen Urheiluoikeuden Lauri Tarasti -palkinnon, jonka itse rahoitan.

Urheiluoikeudessa on Tarastin mukaan kansainvälises-ti ongelmana se, että urheilujuristit pitävät urheiluoikeut-ta vain juridiikkana eivätkä näe sitä liikuntatieteen osana. Hänen laskujensa mukaan urheiluoikeutta opetetaan lä-hes 30 yliopistossa eri puolilla maailmaa.

– Tunnen hyvin kansainvälisesti tunnetuimman urhei-lujuristin kanadalaisen **Richard McLarenin**, joka laati venäläisten dopinghuijausta Sotsin olympiakisoissa kos-keen selvityksen. Olen ylpeä siitä, että hän on käyttänyt työssään kirjoittamaani kirjaa *Legal Solutions in International Doping Cases* (Milano 2000).

Tarasti on nähnyt pitkän uransa aikana urheilun valo-ja varjopuolia. Hän myöntää, että huippu-urheilussa ta-pahtunut inflaatio on vähentänyt mielenkiintoa urheilua kohtaan. Tapahtumia on yksinkertaisesti liikaa.

– En jaksakaan seurata kuin pientä osaa erilaisista olympia-kisoista, maailmanmestaruuskisoista, Euroopan kisoista, World Cupeista, tähtiliigoista ja muista. Televisiosta seu-raan tennistä, jota itse pelailen edelleen, ja yleisurheilua. Dopingasiantuntijana minulla on sellaista tietoa huippu-suorituksista, jota vain harvalla on.

Liikuntatieteellisen Seuran Tarasti määrittelee ole-van opetus- ja kulttuuriministeriötä avustava tieteelli-sen tiedon kerääjä ja välittäjä sekä valtionhallinnon tar-vitsemien selvitysten laatija. Hänen mielestään tämä tehtävä korostuu, kun Olympiakomiteasta on tullut koko liikunnan keskusjärjestö, jolla on kuitenkin selvä huippu-urheilupainotus.

– Tämän vuoksi tarvitaan muunlaista näkökulmaa lii-kunnassa kuin huippu-urheilu. Sitä LTS pystyy hank-kimaan. Tästä kelpaa esimerkiksi se, että itse LTS:n puheenjohtajana pyrin edistämään liikunnan ja tervey-denhoidon yhteistoimintaa muun muassa Liiku terveem-äksi -hankkeella.

JOUKO KOKKONEN

Oikeaa tietoa, oikeaan aikaan, oikeille henkilöille?

Liikunta ja Tiede julkaisi 3/1981 numerossaan yllä olevan otsikon huutomerkillä. Siinä kaikui luottamus tiedon yliverlaiseen vaikuttavuuteen. Tiedeviestinnällä näytti olevan rajana vain taivas. Maailma on 2020-luvulla täynnä tiedeviestejä ja kilpailevia sanomia. Ymmärrys tiedeviestinnän rajallisuudesta on kasvanut. Olemmeko joutuneet taivaan sijaan helvettiin?

TIEDON VOIMAAN ON USKOTTU viimeistään 1700-luvun valistuksen ajasta lähtien. Tieteellisen tiedon tarve lisääntyi modernisaation myötä 1800-luvulla. Tutkittuun tietoon perustuvat keksinnöt ovat viimeisimmän 200 vuoden aikana muuttaneet arkea kiihtyvällä vauhdilla.

Suomalaisten sivistäminen yleistajuisilla luennoilla alkoi 1800-luvun lopulla. Niiden tulokset olivat kuitenkin toivottua vaatimattomammat. Kansa ei sivistynytäkään hetkessä. Maisterien ja ylioppilaiden paperista luetut korkealentoiset esitelmät jäivät etäisiksi.

Varsinaisen tiedeviestinnän esiyymmärryksen aika alkoi 1960-luvulla, jolloin myös Liikuntatieteellisessä Seurassa havahduttiin tieteellisen tiedon välittämisen merkityksen kasvuun. Seura perusti oman Stadion-lehden. Lehden perustajat kokivat, että olemassa olleet kanavat eivät riittäneet liikuntatieteellisen tutkimuksen tuloksista kertomiseen. Tulokas nousi siivilleen ja jatkaa lentoaan Liikunta & Tieteenä.

Järkiperäinen tieto ja suunnittelu olivat kovassa kursissa yhteiskunnallisessa keskustelussa. Tavoitteena oli rakentaa hyvinvointivaltio, jonka rakentajien kelkkaan LTS hyppäsi. Seura teki liikuntapolitiikkaa sekä aktiivisena toimijana että tiedonvälittäjänä, toisinaan myös tiedon tuottajana. Pontimena oli luottamus tiedontarvitsijoiden haluan ja taitoon käyttää tarjottua tietoa. 1960-luvusta on puhuttu tieteen popularisoinnin aikakautena (Väliverroksen 2016).

LTS:n järjestämät seminaarit esimerkiksi soveltavasta liikunnasta, mielenterveydestä ja lasten liikunnasta olivat yhtä aikaa keskustelunavauksia ja tiedontuottajia. Esitelmistä kootut monisteeniput ovat 2020-luvun katsannossa perin vaatimattomia. Aikanaan ne olivat rautaisannoksia aiheista, joista ei ollut suomeksi tai muillakaan kielillä juuri mitään saatavissa. Tutkimustiivistelmiä ilmestyi LTS:n julkaisuina vuosittain suomeksi ja englanniksi.

Yksi liikuntatieteiden tiedeviestinnän pioneereista oli Työterveyslaitoksella elämäntyönsä tehnyt **Aarni Koskela**. Hän hahmotteli 1980-luvun alussa, että eri käyttäjille olisi oltava tarjolla erilaisia tekstejä: tarvetta on sekä tieteen käytännöistä lähteville tutkimusraporteille että erilaisia tiedon tarvitsijoita palveleville käyttöraporteille. Koskela määritteli vaikeammaksi tehtäväksi popularisoinnin. (Koskela 1981.)

- Käyttöraportteja tehtäessä tulisi ottaa huomioon mm. käyttäjän käsitemistö, omaksutut ajattelutavat, se tietotaso, jota harkinnan perusteissa käytetään, taloudelliset

mahdollisuudet ja sen hyödyn määrä, joka arvioidaan saavutettavaksi.

Koskelan ajatuksissa näkyvät 1960–1970-lukujen edistysusko. Teesien pohjana on kuitenkin näkemys erilaisien viestien välttämättömyydestä.

Tiedeviestinnän edellytykset

Käsitykset tiedeviestinnästä ovat sidoksissa aikaansa ja muuttuvat. Luonnollisesti viestintään vaikuttavat käytettävissä olevat välineet. Radio ja televisio eivät kuitenkaan heilutelleet tieteen tuloksista kertomista likikään niin paljon kuin Internet. Painettu sana säilytti valta-asemansa sähköisen median radio- ja televisioaaltojen aikana. Painatusprosessin korkea hinta varmisti osaltaan, että kansien väliin pääsi vain portinvartijoiden hyväksymää tekstiä. Sähköisen viestinnän kalleus ja sääntely takasivat 1980-luvulle saakka, että tiedeviestintää tekivät vain harvat.

Internet ja sosiaalinen media ovat muuttaneet rajusti tiedeviestinnän edellytyksiä ja luonnetta. Tiedon tuottamisen harvainvalta on murtunut, ja myös epätiedon leviämismahdollisuudet ovat kasvaneet ennenkokemattomiin mittoihin. Dis- ja misinformaatio haastavat tiedon luotettavuuden arviointia ja ruuhkauttavat 2020-luvun kuluttajakansalaisten uutisvirtaa.

Tämän päivän tiedeviestintä vaatii erityisosaamista. Ala on ammattimaistunut tutkimusorganisaatioiden viestintähenkilöstön kasvettua, koulutuksen lisääntyä, osaamisen eriydyttyä ja ammattilaisten järjestäytyä. Myös tutkijoiden viestintäosaamista on lisätty.

Tiedeviestintä tulkitaan kuitenkin helposti passiiviseksi toiminnaksi, jossa tutkijan tuottama tieto muokkautuu helpommin omaksuttavaan muotoon. Tämä on tietysti osa prosessia. Hyvä tiedeviestijä etsii tietotulvasta ajankohtaisia ja yhteiskunnallisesti merkittäviä tuloksia. Lähtökohtia tarjoavat myös ajattelua avartavat tulokset ja tutkimukset, joista on lyhyt matka käytäntöön. Subjektiiivista? Väistämättä jossakin määrin, mutta yksi osa tiedeviestijän ammattitaitoa on tunnistaa tutkimuskentän erilaisia ärsykyksiä, ja jalostaa niitä populaariin keskusteluun.

Teknologiset järjestelmät palvelevat informaation kokoamista ja varastointia. Ihmisten välinen vuorovaikutus puolestaan tuo tiedon lopulta käyttöön. Loppupeleissä liikuntatiedon hyödyntäminen käytännössä on siis enemmän kiinni ihmisten vuorovaikutuksesta kuin viestintäteknologisista ratkaisuisista (Ojajarvi ym. 2013). Tiedon suodattamisen ja viestien muotoilun lisäksi tiedeviestijän osaamisen ydintä on tämän vuorovaikutuksen organisoiminen.

Tiedeviestintä on kulkenut pitkän tien 1960-luvun yksisuuntaisesta popularisoinnista. Liike käy myös yleisöltä viestijöille – käydään dialogia, osallistutaan ja osalliste-

*Muuttuva julkisuus haastaa
LTS:n toimintaa 2020-luvulla.
Vaikka seura viestii aktiivisesti,
eivät sanomat useinkaan
herätä keskustelua.*

taan. Vaikuttavaa tiedeviestintä on, kun voimme osoittaa sen saavan aikaan keskustelua ja laittavan pyöriä pyörimään eri tiedonkäyttäjien ja suuren yleisön näkökulmista (Tirronen 2010).

Tiede, viestintä tai tiedeviestintä yksin ei tee autuaaksi

Tieteellisten tulosten yksinkertaistaminen ei ole aivan ongelmatonta. On havaittu, että yksinkertaistettu viestintä voi saada ihmiset luottamaan liikaa omaan kykyynsä arvioida tieteen tuloksia (Scharrer ym. 2017). Yksinkertaistamisen lisäksi toinen tiedeviestinnän sudenkuoppa liittyy varmojen totuuksien esittämiseen. Ihmiset kaipaavat tieteeltä varmuutta, joka on kuitenkin vastoin tieteen toimintaperiaatetta. Tiede ei kerro kerralla koko totuutta. Tiedeyhteisö täydentää ja korjaa tietopohjaamme jatkuvasti.

Yleinen koulutustason nousu on nostanut hyvinvointimme ja vaurautemme tasoa. Samalla se on lisännyt kriittisiä ääniä. Tämä on periaatteessa hyvä asia, sillä olemme oppineet tunnistamaan epäkohtia ja analysoimaan maailmaa tarkemmin. Tieteellisen tiedon aseman näkökulmasta on silti syytä kysyä, lisääkö koulutustason nousu ”liikaa” uskoa omaan arviointikykyyn? Valmiuksia epäillä ja haastaa on, mutta osaamista tulkitta tietoa tai sen lähteitä välttämättä ei. Lääkkeeksi tähän on tarjottu media- ja tiedekasvatusta sekä tiedepääoman kartuttamista.

Tiedeviestinnän määrää on kasvattanut tutkitun tiedon määrän lisäksi kilpailu tutkimusrahoituksesta. Myös paljon puhuttu tiedolla johtaminen on saattanut vaikuttaa samaan suuntaan. Tutkimuksen vaikuttavuudelle on asetettu uusia vaatimuksia, kun yhteiskunnallinen vuorovaikutus on nostettu yliopiston kolmanneksi tehtäväksi. Moni tutkija kipuilee, sillä työaikaa tiedeviestintään ei ole varattu, mutta näkyvyyttä edellytetään.

Tutkimustulokset eivät ole aina päättäjien toivomia, etenkin yhteiskuntatieteissä. Myös Liikuntatieteellinen Seura on tässä toisinaan välikädessä. Viestit ovat toisinaan toisenlaisia kuin liikuntakulttuurin ihannekuvaan sopisi. **Simo Salmista** mukaillen ruma sana on tarvittaessa sanottava, niin kuin se on.

Moniäänisessä julkisuudessa LTS:n on tasapainoilta-va tieteen luotettavuuden ja yleisöjen puhuttelemisen välillä. Ihmisiä ei pidä aliarvioida: tiede kiinnostaa suomalaisia. Toimiva tiedeviestintä edellyttää kuitenkin jatkuvaa toimintatapojen arviointia ja kehittämistä. Seuran toiminnassa tämä voisi tarkoittaa esimerkiksi rohkeaa keskustelujen luomista ja ylläpitämistä entistä ennakoivi-

vammin julkisilla areenoilla. Silloin voimme saada olennaisen liikuntatiedon käyttöön, kun tärkeitä liikuntatekoja ja -päätöksiä tehdään.

Miten LTS luovii tiedon ja nykyjulkisuuden valtamerellä?

LTS:n tehtävät ovat pitkälti samat kuin 1960-luvulla. Visiona on, että ammattilaisilla ja päätöksentekijöillä on käytössään luotettava ja ajantasainen tieto kansalaisten liikuntaa, terveyttä ja hyvinvointia edistävien valintojen tueksi. Tämä toteutuu tietoa kokoamalla ja analysoimalla, vuorovaikuttamalla verkostoissa ja tuottamalla palveluita, kuten tieteellisiä seminaareja.

Välineet ja verkostot ovat muuttuneet ja laajentuneet. Julkaisutoiminta on laajentunut digitalisoitumisen myötä myös kanta-aottaviksi blogiteksteiksi ja podcasteiksi. Toimintaympäristön muutos on siirtänyt verkostot ja tapahtumat verkkovälitteisiksi. Näin toivottavasti entistä useampien ihmisten on mahdollista osallistua toimintaan. Mukaantulon kynnyksin saattaa madaltua.

LTS:stä on toivottu vuorovaikutuksen organisaattoria (Ojarvi ym. 2013). Tähän on tartuttu verkostotapaamisissa ja vuosittaisissa tieteellisissä tapahtumissa. Yksittäisen tutkijan on vaikea toteuttaa yliopiston kolmatta tehtävää osaamisen ja kannustimien puuttuessa. Tieteellinen seura on ollut ja on yhä mainio organisaatio kokoamaan tieteenalan hajanaisiakin rivejä yhteisen päämäärän edistämiseksi. Järjestöllä on mahdollisuus myös yhdistää yhteiskunnan eri toimijoita verrattain ketterästi.

Muuttuva julkisuus haastaa LTS:n toimintaa 2020-luvulla. Vaikka seura viestii aktiivisesti, eivät sanomat useinkaan herätä kommentteja tai julkista keskustelua – ainakaan reaaliaikaisesti. On helppoa sortua parjattuun organisaatioiden faksausmalliin: jaetaan verkossa julkaistua sisältöä somessa paneutumatta perusteellisesti siihen, miten saataisiin yleisö osallistumaan ja aktivoitumaan aiheen ympärillä. Missä on sosiaalisen median kansalaiskeskustelu, jossa meidän kannattaisi olla mukana? Pitäisikö se luoda itse? Riittääkö, että pelkästään seuran viestijät kirjoittavat kommentteja tai aloitteita?

Seuraava askel toiminnan kehittämisessä voisi olla nykyistä ponnekaampi pyrkimys julkisen keskustelun ja vuorovaikutuksen herättämiseen. Olisi tärkeää pohtia, miten saamme sosiaalisessa mediassa organisaatiotilien lisäksi myös tutkijat ja asiantuntijat aktiivisiksi. Jotta tämä toteutuisi, olisi löydettävä toimivat keinot some-keskustelujen nurjien puolien voittamiseksi ja ihmisten innostamiseksi mukaan.

Kun some-keskustelua LTS:n piirissä on syttynyt, olemme onnistuneet herättämään sen tutkimussisällöllä tai ajankohtaisia liikuntailmiöitä kommentoimalla. Myös ihmisten julkaisuissa myöteläminen ja harkittu huumori ovat tuoneet lisää seuraajia ja kannustaneet kommentointiin. Ymmärrys digitaalisen tiedeviestinnän mahdollisuuksista ja rajoista on kasvanut korona-aikana kohisten. Tämä tuottaa ärsykeitä myös tiedeviestinnän käytäntöjen kehittämiseen.

JOUKO KOKKONEN

toimituspäällikkö

Liikunta & Tiede -lehti

jouko.kokkonen@lts.fi

SALLA KARJALAINEN

tiedeviestijä

Liikuntatieteellinen Seura

salla.karjalainen@lts.fi

LÄHTEET

- Ojajärvi, Sanna, Valtonen, Sanna & Pyykkönen, Teijo. 2013. Liikuntalaiva tietomerellä –navigointia politiikan ja julkisuuden tuulissa. Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi nro 27.
- Heinonen, Aku & Raevara, Tiina. 2012. Yliopistojen kolmas tehtävä jää vaille toteutusta ja tukea. Tieteessä Tapahtuu, 30(5), 3–8.
- Koskela, Aarni. 1981. Liikuntatiede ja tiedepolitiikka. Liikunta ja Tiede 3/1981.
- Scharrer, Lisa, Rupieper, Yvonne, Stadler, Marc, & Bromme, Rainer. 2017. When science becomes too easy: Science popularization inclines laypeople to underrate their dependence on experts. Public Understanding of Science, 26(8), 1003–1018.
- Tirronen, Riitta. 2010. Tiedeviestintä osana tutkimuksen vaikuttavuutta. Yhteiskuntapolitiikka, 75(4), 450–455.
- Veistola, Maarit. 1981. Liikuntatieteiden päivän keskeinen vaatimus: Oikeaa tietoa oikeaan aikaan oikeille henkilöille! Liikunta ja Tiede 3/1981.
- Väliveron, Esa. 2016. Julkinen tiede. Vastapaino, Tampere.

Mitä pitää tehdä liikuntapoliittisen keskustelun herättämiseksi horroksestaan?

Suomessa ei ole aikuisiälläni käyty koskaan julkista liikuntapoliittista keskustelua. Hiljaisuus liittyy kahteen teemaan, jotka ovat leimallisia poliittiselle keskustelulle. Mietin, miten ne näkyvät liikuntapolitiikassa.

KYSE ON IDENTITEETIPOLITIIKASTA, joka alkoi 1980-luvulla, kun oivallettiin, että ”henkilökohtainen on poliittista”. Tajuttiin, että ihmisten henkilökohtaiset kulutus- ja elämäntapavalinnat ohjaavatkin entistä enemmän politiikkaa, mutta myös tuotantoelämää. Tänä päivänä olemme edenneet jo siihen, että henkilökohtainen somessa julkaistu mielipide tuntuu olevan lähes ainoa tapa tehdä politiikkaa. Identiteetipolitiikan ”kuumin” termi lienee kuitenkin intersektionaalisuus. Palaan aiheeseen henkilökohtaisen esimerkin kautta.

Toinen politiikassa yleinen lausahdus on, että ”kyse on rakenteellisesta ongelmasta”, oli kyse sitten melkein mistä tahansa. Harvoin kuitenkaan kerrotaan, mistä yhteiskunnallisesta rakenteesta oikeastaan on kysymys ja mitä sille voitaisiin tehdä. Sen sijaan aletaan puhua siitä, mitä mieltä ihmiset ovat, ja minkälaisia asenteita ihmisillä mihinkin aiheeseen on. Käsittääkseni usein onkin kysymys siitä, että eri ihmisillä ja eri ”kuplissa” on erilaisia mielipiteitä eri asioista. Kyse ei oikeastaan olekaan rakenteesta, vaan jopa yksittäisten ihmisten valinnoista – nykyään jopa vain sananvalinnoista, kun niin moni termi on stigmatisoitunut tai ainakin vanhentunut.

No, miten itse olen kokenut identiteetipolitiikan ja rakenteelliset ongelmat liikuntapolitiikan alueella?

Ajankohtaishuomio tähän väliin: nämä kummatkaan eivät ole juuri millään tavalla esillä liikuntapolitiikassa, koska julkista liikuntapoliittista keskustelua ei käydä. Jos käytäisiin, niin nämä termit olisivat varmasti esillä. Liikuntapolitiikassahan yritetään edelleen naivisti toimia si-

ten, että osoitetaan ”tieteellisesti”, että esimerkiksi vähäinen liikkuminen on vahingollista ja että sille pitäisi tehdä jotain. Tähän asia sitten jääkin – kukaan merkittävä poliitikko tai mikään poliittinen liike, saati liikuntatieteellinen tai -poliittinen yhteisö ei ”ota koppiä” asiasta. Väite perusteluineen ei siten johda mediassakaan poliittiseen spekulointiin, joka olisi liikuntapoliittisen keskustelun edes jonkinlainen osoitus.

Jos muutosta esimerkiksi väestön vähäiseen/vähenevään liikkumiseen haluttaisiin saada aikaiseksi, pitäisi toimia samoin kuin ilmastonmuutoksen estämisen kanssa on tehty: tutkijoiden, monialaisten asiantuntijoiden, kansalaisjärjestöjen ja poliitikkojen tulisi ryhtyä kestävään ja pitkäjänteiseen työhön asian muuttamiseksi. (ks. <https://www.miksiliikun.fi/2019/10/01/liikunnanmuutos1-0/>).

Hyvä-huono-esimerkki käyttämättömästä liikuntapoliittisesta mahdollisuudesta on vaikkapa Suomen versio EU:n korona-elvytysohjelmasta. Liikkumisella ja liikunnalla olisi voinut olla ohjelmassa merkittävä osuus, koska esimerkiksi ulkona liikkuminen liittyy erittäin läheisesti sekä ihmisten hyvinvointiin että vihreään tulevaisuuteen. Valtiovarainministeriön laajasta suunnitelmasta ei kuitenkaan löydy minkäänlaista viitettäkin liikuntaa si-vuaviin aiheisiin. Missä olivat olympiakomitea, liikuntahallinto, valtion liikuntaneuvosto ja aktiiviset liikuntatieteen tutkijat? Eivät ainakaan käymässä liikuntapoliittista keskustelua, jolla olisi voitu vaikuttaa merkittävästi liikuntaa edistäviin rakenteisiin esimerkiksi sosiaali- ja terveyspolitiikan uudistusten ja tuon EU-raham kautta.

No, hiljaista oli toisenkin rakennekysymyksen kohdalla. Veikkauksen monipuolisesti epäterveestä vaikutuksesta suomalaisen liikuntaelämään ei liikuntapoliittisissa piireissä puhuttu ennen kuin oltiin tilanteessa, että oli hätä kädessä ja mainehaitta voitettavana. Tässä onkin kyse oikeasta rakenteellisesta ongelmasta eikä mielipiteestä. Veikkauksen rahoitusjärjestelyt vaikuttivat myös päätöksentekoon, jossa sivuutettiin eduskunta ja myös hallitus. Liikuntapoliittinen päätöksenteko ja vastuu siirrettiin pienelle sisäpiirille, joka on ohjannut liikunta- ja urheilupoliittikkaa vuosikymmeniä. Kun ja jos eduskunta ottaa itselleen takaisin vallan liikuntapolitiikassa, antaa se edes ”rakenteelliset” edellytykset julkiselle ja laajalle liikuntapoliittiselle keskustelulle. (<https://www.miksiliikun.fi/2017/12/22/veikkauksen-epaterve-pelimaailma/>).

Mutta palataan henkilökohtaiselle tasolle identiteettipoliittikkaan ja siihen, miten sen itse ymmärrän liikuntapoliittisessa kontekstissa. Oma ”liikuntapoliittinen identiteettini” (otan siis vain esimerkin enkä väitä, että olisin liikuntapoliitikko) perustuu siihen, että nuorena identifioiduin hiihtäjäksi ja jalkapalloilijaksi, vähän myöhemmin valmentajaksi ja opettajaksi. Varhaisaikuisuudessani toimin sitoutumattomana kansalaisaktiivina tasa-arvoa, ekologista elämää ja uutta liikuntakulttuuria ajavissa ”liikkeissä”. Aikuisikäni olen katsonut maailmaa lähinnä tutkijan, kehittäjän ja jonkinlaisen asiantuntijavaikuttajan rooleista, joista olen nähnyt maailmaa yhteiskunnan eri sektoreiden näkökulmista eli olen tehnyt töitä niin julkisen, yksityisen kuin kolmannen sektorinkin kanssa. Olen myös identifioitunut niin yhteiskunnan hyväosaisimpiin kuin maalaisväestöön, työväenluokkaan, vähävaraisiin intellektuelleihin kuin erilaisia etnisiä taustoja omaaviin ihmisiin ja heidän elämäänsä. Ja olen tutkinut ihmisten kokemuksia ja niiden merkityksiä. Näillä siis mennään.

Identiteettipoliittikan merkitystä ei siis kannata väheksyä, eikä se edes ole mahdollistakaan. Olen toki siihen aika usein tuskastunut varsinkin silloin, kun kuulen jonkun suuriäänisesti ajavan jotakin asiaa selvästi vain omasta ”kuplastaan” ja omista kokemuksistaan käsin edes huomaamatta sitä. Tai sitten hän tietoisena ihmisenä lätkäisee päälle sanan ”intersektionaalisuus”, jolla perustelee yleensä vain sen, että on itse eri mieltä kuin olettaa valtaapitävien olevan. Valtaapitävät tietysti leimataan samalla ei-intersektionaaliseksi ryhmäksi, jonka tunnuspiirteet ovat usein pinnallisesti samat kuin itselläni on. Meistä valkoisista setämiehistähän silloin melkein aina puhutaan tietämättä, minkälaisia intersektionaalisia identiteettejä vaikkapa minun ikäisilläni miehillä on ehtinyt olemaan.

Tämän kirjoitettuani tajuan, että minua voidaan nyt syyttää ”uhriutumuksesta”, vaikka minulla ei tietenkään voi olla mitään syytä valittaa omasta asemastani tai edes sellittää omaa identiteettipoliittista kokemushistoriaani. Tämähän on identiteettipoliittikan musta puoli, että joidenkin (yleensä vain ”toisten”) kokemukset, tieto ja näkemykset voidaan leimata etukäteen vinoutuneiksi, koska pinnallisesti näyttää siltä, ettei ”tuo nyt vaan voi ymmärtää”.

Jos jotakin kokemusten tutkimuksesta oppimaani haluaisin jakaa olisi lähes päinvastainen opetus: jos minulla kerran on niin ainutkertainen kokemusmaailma, niin sit-

*Tavoitteena tulisi olla
mahdollisuuksien tasa-arvo-
politiikan Having-Loving-Being
muuttaminen jälkiteollisen ajan
Experience-Meaning-Doing
-liikuntapolitiikaksi.*

ten on kaikilla muillakin. Ja siitä syystä minun tulisikin yrittää ymmärtää mahdollisimman hyvin ”niitä erilaisia ihmisiä” ja heidän kokemusmaailmojaan.

Toivon totisesti, että jo lähitulevaisuudessa käydään julkista liikuntapoliittista keskustelua, jonka avulla löydetään ratkaisut vähenevään liikuntaan, ihmisten yleisen aktiivisuuden lisäämiseen, ilmastonmuutokseen liikuntakontekstissa, syrjäytymisen vähentämiseen ja myös koronasta selviytymiseen sekä tietysti myös urheiluseurojen, kansallisen ja kansainvälisen urheilemisen edistämiseen. Se tuo tullessaan hankalat keskustelut rakenteiden uudistamisesta (mm. yhteiskunnan eri sektoreiden toimintavastuista) ja identiteettipoliittikasta (erilaisten kokemusten ja rooliodotusten yhteensovittamisesta) myös liikuntapolitiikan kentille.

Ja kaiketi edelliseen on tehtävä ratkaisuehdotuskin. Ratkaisu on olympiadin kestävä eli nelivuotinen parlamentaarinen ja intersektionaalinen komiteatyöskentely, jonka tehtävä on ratkaista nuo liikuntapolitiikan isot ongelmat ja luoda liikuntapoliittinen polku-, latu- ja kenttäverkosto vuoteen 2050 asti. Sen tavoitteena tulisi olla ”allardtilaisen” mahdollisuuksien tasa-arvopolitiikan Having-Loving-Being muuttaminen jälkiteollisen ajan mukaiseksi Experience-Meaning-Doing -liikuntapolitiikaksi, jonka avulla saataisiin loistavat liikuntapaikkamme täyteen aktiivisista toimijoista, joille liikunta antaisi monipuolisesti merkityksellisiä kokemuksia.

Ehdotuksessani on siis uutta ja vanhaa – ja sinistä työryhmässä varmaan nähdäänkin kuin hyvässä morsiuspuvussa. Se päällä onkin hyvä tehdä ”poliittinen kihlaus” laajemman poliittisen toimijajoukon ja -kulttuurin ja kanssa, joka laajentaisi, syventäisi ja demokratisoisi sitä toivottavasti syntyvää liikuntapoliittista keskusteluakin, jota toivon ehdotukseni nostattavan. Olisiko liikuntatieteellisellä yhteisöllä ja sen hyvin resurssoidulla lehdelläkin tässä oma roolinsa?

ARTO TIIHONEN

LÄHTEET

Tiihonen A. 2019. Liikunnanmuutos1.0. (<https://www.miksiliikun.fi/2019/10/01/liikunnanmuutos1-0/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 1.10.2019.

Tiihonen A. 2017. Veikkauksen epäterve pelimaailma. (<https://www.miksiliikun.fi/2017/12/22/veikkauksen-epaterve-pelimaailma/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 22.12.2017.

Urheilu rahan ja politiikan paineessa

ENNEN MUINOIN URHEILUN LOPPUTULOS riippui voiman ja nopeuden kertolaskusta. *Altius* oli riippuvainen *citiuksesta* ja *fortiuksesta*; *altius* = *citius* x *fortius*. Urheilu oli fyysisistä suorittamista, jos kohta siinä tarvittiin kohtuullinen määrä myös älykkyyttä. Vaikka jätämme väkikapulan vedon ja kyykänpeluun vähemmälle huomiolle, niin käytännöllisesti katsoen kaikki urheilulajit vaativat voiman ja nopeuden yhdistelmää. Tämä koskee niin talvi- kuin kesäurheilua, mutta myös painia, nyrkkeilyä ja voimistelua. Suorituspaikkojen ja välineiden laatu oli toissijainen, vaikka niillä oli tietysti merkitystä. Järven jäällä hiihtämään tottunut **Tapani Niku** oli vaikeuksissa Chamonix’issa vuonna 1924 vuoristo-oloissa hiihdetyissä olympiakisoiissa, vaikka lopulta voittikin pronssia 18 km hiihdossa kylkiluut katkenneena.

Kansainvälisyys alkoi työntyä kilpailu-urheiluun heti, kun tekniikan kehitys salli järkevästä liikkumisen maasta ja maanosasta toiseen. **Hannes Kolehmainen, Paavo Nurmi** ja **Ville Ritola** ovat hyviä esimerkkejä huippu-urheilun kansainvälistymisestä, jota radion ja lennättimen nousu edistivät. Huippujuoksija ei tietysti juokse ilmaiseksi, vaan vaatii siitä palkkion. Tästä Nurmen 1920-luvun näytösjoukkosut Amerikan radoilla ovat näkyviä merkkejä. Ne joutuivat kuitenkin viralliseen ja suurelta osin teeskennellyyn ristiriitaan puhtaan urheilun periaatteen ja amatöörisääntöjen kanssa. Nykyään rahapalkintoja jaetaan jopa maailmanmestaruuskisoissa ja sitä pidetään aivan normaalina menettelytapana. Kansainvälisiä kisoja ei voida kuvitella, eivätkä ne edes olisi mahdollisia ilman massiivisia televisiointi- ja sponsorisopimuksia.

Maaliskuisissa Oberstdorfin maailmanmestaruuskisoissa pisti silmään se, että huoltajien määrä oli Suomen joukkueessa suunnilleen yhtä suuri kuin varsinaisten kilpailijoiden – ja johtajat vielä päälle. Huoltajilla oli mukanaan suksirekassa tuhat paria suksia ja heidän onnistumisensa voitelussa ja pohjan kuvioinnissa oli ainakin yhtä tärkeää kuin itse kilpailijoiden kunto. Pienen maan, kuten Suomen, kapasiteetti kuitenkin kalpenee talviurheilun suurvaltojen, kuten Norjan, rinnalla. Tämä tietysti näkyy kisojen lopputuloksissa ja mitalien määrissä. Kilpaurheilusta ja erityisesti talviurheilusta on tullut yhä selvemmin välineurheilua. Latukierroksen pituus on enintään viisi kilometriä nelikaistaista baanaa ja hiihtäjien vieressä lähietäisyydellä hyrräävät moottorikelkat ja helikopterit. On vaikea näissä oloissa katsojana syventyä kilpailuun ja vielä vähemmän tuntee kansallisylypeyttä satunnaisesta menestyksestä, ellei se sitten tule täydellisenä yllätyksenä kuten Suomen saavuttama pronssi naisten viestinhiihdossa Oberstdorfissa.

Olympialaiset ja maailmanmestaruuskisat jättävät urheilun seuraajalle usein ikävän sivumaun. Ainakaan minä en kaipaa kalliita ja suurimittaisia kisoja kuten näinä aikoina on ollut nähtävissä tai tullaan näkemään esimerkiksi Kiinassa, Venäjällä, Brasiliassa tai Qatarissa. Niiden

valmisteluun liittyy paitsi laajamittaisia ihmisoikeuksien rikkomuksia, niin myös poikkeuksellisen mittavaa korruptiota. Jääkiekon MM-kilpailujen vieminen tänä keväänä pois Valko-Venäjältä vaaliväärinkäytösten ja kansannousun seurauksena on merkki terveemmästä asenteesta, vaikka samalla tulisi vakavaa huomiota kiinnittää urheilupomojen omaan korruptioon kisoja myönnettäessä.

Valtaa pitävät hyötyvät tietysti maailmanlaajuisten kisojen tuomasta näkyvyydestä ja niiden antamasta signaalista suurvalta-asemasta, mutta myös lihottavat johtajien kukkaroita korruptiolla. Uskoakseni tällaiset kisat saavat osakseen yhä suurempaa kritiikkiä kansalaismielipiteen valvutuessa ja sen mielenkiinnon hajautuessa yhä moninaisemmille aloille. Ehkä tämä on yksi syy sille, että järjestäjät pyrkivät vangitsemaan yhä useamman katsojan mielenkiinnon lisäämällä ohjelmaan yhä oudompia lajeja, mukaan lukien e-urheilu ja seinäkiipeily. Sanonta tarpeesta irrottaa terve urheilu epäterveestä politiikasta kuulostaa yhä falskimmalta. Tietysti luopuminen epädemokraattisten valtioiden järjestämistä kisoista merkitsisi niiden rahoituksen ja koon huomattavaa pienemistä, ehkä kokonaan loppumista, ja sponsoreiden mielenkiinnon hupenemista. Tähän suuntaan viittasi Urho Kekkosen aikanaan tekemä aloite olympiakisojen siirtämisestä UNESCOlle.

Voitaneen olettaa, että urheilulajien välillä on eroja niiden markkinariippuvuuden ja kansallispoliittisen suuntautumisen osalta. Sellaiset lajit kuin käsipallo ja squash eivät ole juuri markkinoiden penetroimia laajemmassa mielessä, eivätkä myöskään toimi menestyessään kansallistunnon pönkittäjinä. Niillä ei yksinkertaisesti ole riittävän laajaa tarttumapintaa kansalliseen tietoisuuteen. Toisessa ääripäässä on sitten moottoriurheilu – vaikka sitä on vaikea pitää urheiluna – sillä sitä seuraavat innokkaasti suuret kansanjoukot ja siinä pyörivät isot rahat. Moottoriurheilussa kyse on puhtaasti teknokraattisesta ajanvietteestä, joka vain harvoin herättää aitoja kansallistuntoja.

Jääkiekko poikkeaa tässä suhteessa moottoriurheilusta, sillä sen pelaajamarkkinat ovat kansainvälisiä ja rahakkaita, ja niiden taustalla on todellisia kapitalisteja ja oligarkkeja. Suomalaiset ovat hyvin edustettuina sekä Pohjois-Amerikan (NHL) että Venäjän (KHL) liigoissa. NHL:ssä arvioidaan pelaavan lähes 70 suomalaista ja jotkut heistä pääsevät tuntuville ansioille. Vastaava pätee myös jalkapalloon, vaikka siellä suomalaisten osuus on tuntuvasti vaatimattomampi. Myös naisten sarjat ovat asteittain kasvattaneet merkitystään ja Suomikin on niissä ajoittain noussut esille, varsinkin jääkiekossa. Seuraajien osalta ne ovat todellista kansallisurheilua ja näiden joukkuepelien kannattajat ovat pelaajien ja joukkueiden todellisia faneja. Ei liene perusteetonta ennakkoida, että joukkuepelien taktisesti taitavat kuviot luovat pitemmän päälle vielä enemmän aitoa kannattajakuntaa kuin letkassa ja sileäksi höylätyillä baanoilla etenevät hiihtäjät.

Huuhkajien ja Helmareiden menestymisen synnyttämä kansallisylpeys vaikuttaa aidolta.

Itseäni kiinnostaa enemmän yleisurheilu ei ehkä niinkään suomalaisten urheilijoiden valtaisan menestyksen kuin siihen liittyvän aidon nopeuden ja kestävyuden vuoksi. Maaliskuussa 2021 Puolan Torunissa sisähallissa pidetyt yleisurheilun EM-kisat ilahduttivat aidosti mieltä ehkä siksi, että nuoria kasvoja nousi esiin: **Lotta Kemppinen, Ella Junnila, Kristian Pulli, Nooralotta Neziri, Vilma Murto, Elmo Lakka, Sara Kuivisto ja Joonas Rinne.** Heistä kaikki eivät olleet ehdottomassa kärjessä, mutta verrattuna talvilajeihin nuoret menestyivät kilpaillussa lajeissa hyvin suhteutettuna niihin lukuisiin hukattuihin nuoriin lupauksiin, joita hiihtolajit ja mäenlasku ovat täynnä. Edes yleisurheilun norjalaiset menestyjät, kuten **Jakob Ingebritsen ja Karsten Warholm,** eivät ärsytäneet samalla tavalla kuin norjalaiset ja venäläiset hiihtäjärobotit.

Yleis- ja talviurheilu eivät ole samalla tavalla rahan ja markkinoiden läpätunkemia kuin monet muut lajit. Myönnän huokeasti, että tässä ”emeritus ihmettelee” ja vanho-

jen kansallisten menestyslajien ihannoiminen saattaa tuntua vanhentuneelta. Nykyään kaikki huippu-urheilijat ovat ammattilaisia ja parhaat heistä hankkivat loppuelämän toimeentulonsa urheilemalla, ja asuinpaikan Monacossa. Tässä ei ole mitään väärää, sillä huippu-urheilija on palkkansa ansainnut. Sen sijaan voi kysyä, ovatko kaikki eri puolilta maailmaa tulevat olympiakomiteoiden jäsenet ja dopingia aktiivisesti edistäneet urheilupomot ansainneet tulonsa ja asemansa oikealla tavalla. En mahda mitään sille, että jotenkin kaipaamaan **Voitto Hellstenin ja Jorma Valkaman** tai talviurheilussa **Veikko Hakulisen, Kalevi Hämäläisen ja Kalevi Oikarisen** aikoja. Tuntuu ainakin siltä, että he ansaitsivat menestyksensä jossakin määrin rehellisemmällä keinoilla. Lopputulos vaikuttaa selvältä, vaikka sitä onkin vaikea myöntää: olen tulossa vanhaksi.

RAIMO VÄYRYNEN

Kirjoittaja on valtio-opin emeritusprofessori. Hän toimi LTS:n puheenjohtajana vuosina 1990–93.

ARVIOITUA

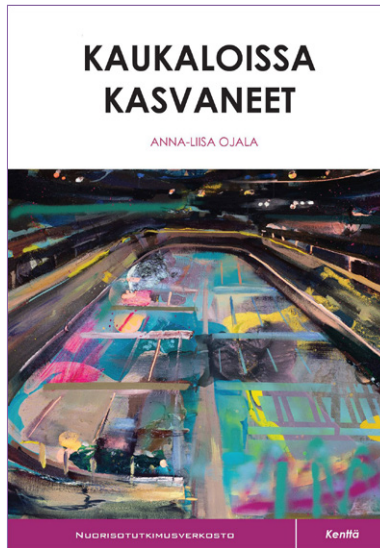
Kirja

Oivaltava tutkimus lätkäjätkestä aikuisuuden kynnyksellä

ANNA-LIISA OJALA: Kaukaloissa kasvaneet

Nuorisotutkimusseuran julkaisu 230. Nuorisotutkimusseura 2021, 181 s.

ANNA-LIISA OJALAN ETNOGRAFIA nuorten jääkiekkoilijamiesten elämästä on reilun kahden vuoden tutkimusmatka. Tunnustan heti kärkeen, että innostun kovasti etnografioista. Se on kiehtova ja suunnattoman vaativa tutkimusmenetelmä, jossa tutkija pyrkii tarkastelemaan, kuvailemaan ja ymmärtämään tutkimaansa kohdetta osallistumalla sen piirissä elävien ihmisten arkeen. Ensimmäinen lukukertani menikin pitkälle ihmetellessä sitä, mitä kaikkea tutkija teki aineiston keräämiseksi, miten hienosti hän on vaikuttanut saavuttaneen tutkittavien luottamuksen ja miten tutkimusaihe vei sitten tutkimuksen jälkeenkin tutkijan mu-



kaansa jääkiekon maailmaan. Siinä on todella laitettu itsensä likoon.

Yksi laadullisen tutkimuksen vahvuus on, että se tuo esiin hyvinkin arkisia, mutta ääneen sanomattomia tai tunnistamattomia käytänteitä, jotka sitten paljastuttuaan ovat tunnistettavia. Mielenkiintoista laadullista tutkimustekstiä lukiessa tulee hymähdel-

leeksi, ”no niinpä, enpä ole tullut ajatelleeksi”. Tällaisia hetkiä Kaukaloissa kasvaneet toi useita.

Yksi haasteellisimmista vaiheista urheilijan polulla on juuri se siirtymävaihe (18–20-vuotiaat), joita tässä on tutkittu. Tuolloin urheilijalla on elämässään useita muutoksia ja urheilurallalla siirtyminen junioriurheilusta aikuisten sarjoihin on usein iso hypäys. Tutkimus tuo hyvin esiin sitä, millaisia ajatuksia nuoren mielessä on urheiluun liittyen ja millaisessa kehitysvaiheessa hän elää. Urheiluharrastuksessa on opittua puhetta tavoitteiden suhteen, mutta aina puheet ja teot eivät kohtaa. Näin tapahtuu valmentajienkin kohdalla. He tasapainoilevat erilaisten tavoitteiden kanssa ja yrittävät antaa sopivasti siimaa, että nuoret pääsevät kokemaan ”sitä tavalistakin” nuorten elämää. Ei ehkä kilpa- ja huippu-urheilun tavoitteiden mukaista toimintaa mutta onko tämä kuitenkin arkivisaattia nuorten kanssa toimiessa? Tutkimus tuo myös esiin ne paineet ja odotukset, jotka jääkiekkoharrastukseen liittyvät. Nuoret herää-

vät huomaamaan vanhempien taloudellisen panostuksen ja ajankäytön uhrukset.

Tutkimus maalaa mielenkiintoisen kuvan lajin kirjoittamattomista käytänteistä kuten siitä, miten jäähallissa katsomoon sijoitutaan. Kenen on sopiva istua missäkin ja kenen kanssa, miten käyttäytyään ja miten toimintaa kontrolloidaan. Itselle tuli kuvauksista mieleen brittiläiset poikakoulut ja niiden perinteiset käytänteet. Tällaiset kuvaukset ovat tärkeitä, vaikka asia saattaa tuntua triviaalilta. Ne heijastelevat lajin kulttuuria ja näkyväksi tekeminen on askel siihen, että käytänteitä voidaan muuttaa toimivimmiksi, nykyaikaisemmiksi ja tasa-arvoisemmiksi.

Kuvaus, kuinka vanhemmat ja sisarukset saattavat elää hyvinkin kiinteästi urheilevan nuoren harrastuksessa mukana oli tärkeä. Jääkiekko tarjosi heille ei vain uhruksia, vaan myös antoisaa elämää, sosiaalisia kontakteja ja tavan viettää vapaa-aikaa. Sille, että vanhemmat osallistuvat aktiivisesti lasten harrastukseen ei ole pitkiä perinteitä. Maatalousyhteiskunnassa (josta ei ole niin kovin kauaa) lapset elivät vanhempien arjessa. Nyt vanhemmat elävät lasten harrastuksissa. Muutos näin ajateltuna on valtavan suuri. Urheiluorganisaatioissa onkin paljon potentiaalia siinä, miten seuratoiminnasta tarjotaan mahdollisuuksia vanhemmille. Monella olisi muutakin annettavaa kuin taito paistaa makkaraa.

Etnografiassa luottamuksen syntyminen on avainasia. Tässä Ojala onnistui ilmeisen mainiosti. Uskon, että tutkijalle kertyi tutkimustyön aikana paljon sellaista näkemystä ja kokemusta, mitä ei kirjassa ole raportoitu, mutta josta olisi varmasti niin jääkiekon kuin muunkin urheilun kehittämisessä hyötyä.

Kaukaloissa kasvaneet antaa ajattelamisen aihetta. Se on hyvin kirjoitettu ja jopa viihdyttävä lukea. Helppolukuisuudesta huolimatta se sisältää niin perustavanlaatuisia asioita, että niiden sisäistäminen, ymmärtäminen ja kenties muuttaminen ei varmasti onnistu yhden lukukerran pohjalta. Se vaatii yhteistä pohtimista jääkiekon sisällä ja lajikontekstista riippumatta myös muiden lajien parissa.

KIRSI HÄMÄLÄINEN, LitT/PhD

Valmennusosaamisen asiantuntija
Huippu-urheiluyksikkö
Suomen Olympiakomitea
kirsi.hamalainen@olympiakomitea.fi

Kirja

Pakko vääntää

JARMO STOOR: Prässi

Into 2021. 220 s.

JARMO STOORIN YHDEKSÄS ROMAANI

Prässi on omaelämäkerrallinen teos, jossa sukellaan testosteronin ja tuskanhien hajuihin maailmaan. Siellä fyysisen vahvuuden lisäksi voittajan määrittää henkinen yliote. ”Pakko vain taistella. Lähes voitosta on lyhyt matka melkein tappioon. Hetken herpaantumisen ja osat vaihtuvat. Asenne is everything!” Romaanin lisäksi Stoorin tuotantoon kuuluu novelleja, näytelmä ja sarjakuvakäsikirjoitus.

Kädenvääntö näyttää ulkopuolisen silmissä yksinkertaisena voimamittelönä, mutta *Prässi* opettaa lukijalleen lajin hienoimmatkin nyanssit. Press eli prässi tarkoittaa kädenvääntössä tekniikkaa, jossa vastustajan kättä väännetään alas painamalla sitä ylhäältäpäin erityisesti ojentajalihasta käyttämällä.

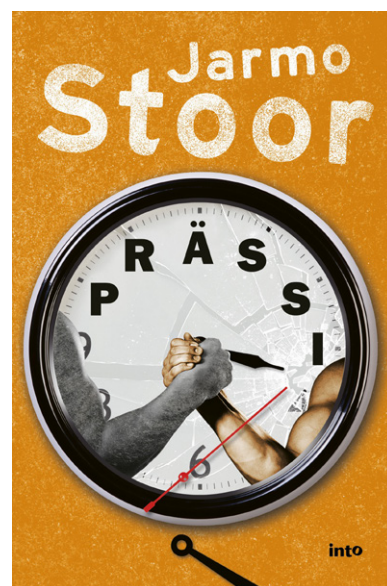
Kirjan kieli vaihtelee yleiskielestä Lapin murteeseen, ja välillä kerrontaa tehostavat englinsmit ja tankeroenglanti. Kielivalinnat heijastavat eri tunteita ja toimintaympäristöjä.

Pärssin ydintarina, Sofiassa vuonna 2018 käyty maailman pisin kädenvääntötöttelu, kulkee kronologisesti eteenpäin. Ottelun pituus ei perustu ottelijoiden tasavertaisuuteen, vaan juonittelevaan tuomariin, joka haluaa keinolla millä hyvänsä auttaa maanmiehensä voittoon.

Stoor palaa toisinaan takaumissa lapsuutensa ja nuoruutensa Enontekiölle, jossa pojat selvittelivät väliensä nyrkkejä heiluttamalla. Elämä siellä näyttää nykyään ainaisen kilpailukenttänä ja selviytymistaisteluina. Onkin helppo ymmärtää Stoorin sinnikkyys ja voitontahto kädenvääntökilpailuissa. Oppi periksiantamattomuuteen on peräisin myös isän riuksista kasvatusotteista.

Prässissä sukupuoliroolit näyttävät johdonmukaisesti hyvin stereotyyppisinä. Miehet juovat, tappelevat ja tekevät ruumiillista työtä. Naiset ovat olemassa vain suhteessa miehiin: poikiensa hoivaajina, miesten seksuaalisten halujen kohteena, kotiruoan laittajina ja juopottelun paheksujina.

Vaikka takaumissa kuvataan epäilemättä realistisesti 1970–80-lukujen sukupuolirooleja Lapin selkosilla, tuntuu Stoorin maailmankuva tänä päivänä tunkkaiselta. Jostain syystä kirjai-



lija näkee oleelliseksi kuvailla, miten tuhdin naisen takapuoli tulee lähelle häntä lentokoneessa, ja kuinka kisa-katsomossa naisella on lanteita hivelevä mekko yllään. Naiset kuvaillaan läpi kirjan lähinnä ulkonäkönsä kautta. Stoor puhuu myös suorilla sanoilla siitä, kuinka ”urheilun utopiamaassa” naiset ovat naisia ja miehet miehiä.

Syvemmälle tasolle ihmisyyteen Stoor sukeltaa vasta aivan kirjan loppupuolella, jossa kädenvääntökilpailun maaninen venyminen nostattaa lukijassakin epätoivon tunteita. ”Jotain samaa meissä on, kun olemme kisamassa toisiamme vastaan ottelussa, jossa kumpikaan ei suostu antamaan periksi.” Ahdingon hetkellä Stoor käsittelee ohimennen isäsuhdettaan, suomalaisuutta, kauneutta ja surua, elämän merkityksellisyyttä ja ehdottomuutta.

Prässi on myös kertomus urheilijan kokemusmaailmasta. Ennen kisoja Stoorin on pudotettava painoa, ja suoritukseen hän valmistautuu mielikuva-harjoituksilla. Stoorin kuvauksiin urheilulavojen tunnelmista voinee samaistua monen yksilölajin urheilija. Kilpailutilanteessa suorituksesta vastaa vain ja ainoastaan urheilija itse, eikä kukaan voi häntä auttaa. Niin häviö kuin voitto on urheilijan oma, ja sen hän saa kohdata yksin.

ANNA HOLOPAINEN

liikunnanohjaaja (amk)
sorvali@msn.com



Matti Nykänen ranskankielisen sveitsiläisen silmin

ALAIN FREUDIGER: Le Mauvais génie – une Vie de Matti Nykänen
La Baconnière 2020, 132 s.

SVEITSILÄINEN LA BACONNIÈRE -kustantamo julkaisi vuonna 2020 toimittaja **Alain Freudigerin** kirjoittaman pienoiselämäkerran **Matti Nykäsestä**. Teos sai tukea muun muassa Genève'n kantonilta ja Sveitsin liittovaltion sisäasiainministeriön kulttuuriosastolta. Freudiger sai teoksestaan Grand Prix Sport et Littérature 2020 -palkinnon, jonka jakaa Ranskan urheilukirjailijoiden liitto (L'Association des Écrivains Sportifs). Suppea kirja on kuitenkin valitettava todiste siitä, miten huonosti Suomi tunnetaan ulkomailla, ja miten maasta kirjoitetaan pelkkien pinnallisten tietojen pohjalta.

Freudiger on syntynyt 1977 Lausanne'ssa, Kansainvälisen Olympiakomitean päämajakaupungissa. Hän innostui nuorena Matti Nykäsestä niin paljon, että lähti vaihto-oppilaaksi Raumalle lukuvuodeksi 1995–1996. Freudiger uskoi tämän perusteella hallitsevansa riittävästi sekä suomen kieltä ja maan historiaa, ja ryhtyi perehtymään idoliinsa paremmin.

Prosessi osoittautui ilmeisen järkyttäväksi ranskankieliselle toimittajalle, joka esittää suomalaisurheilijan teoksestaan erittäin huonossa valossa. Kirjan nimikin, vapaasti suomennettuna *Huono nero – Matti Nykäsen elämä*, kertoo tästä asetelmasta. Kirjan avaa Kalevala-lainaus eepoksen 28:sta runosta:

”Kokkona ylös kohosi,
tahtoi nousta taivahalle:
päivä poltti poskipäitä,
kuuhut kulmia valaisi.”

Ylevistä tunnelmista pudottaa seuraavalla sivulla varsinaisen tekstin ensimmäiseltä riviltä löytyvä kirosana. Eri puolille kirjaa Freudiger on sirotellut muitakin otteita Kalevalasta, mikä osoittaa mielestäni huonoa makua.

Freudiger kertoo Nykäsen taustasta Jyväskylässä lapsuudesta asti, mutta hän ei ole ilmeisesti tiennyt, että Suomen ainoa liikuntatieteellinen tiedekunta toimii kaupungissa. Hän selittää, miten Nykänen innostui nopeasta ajosta, mutta näyttää olevan tietämätön Jyväskylän rallista. Voikin ihmetellä siitä, keneltä ja mistä hän on saanut



Le Mauvais génie (une Vie de Matti Nykänen)
Alain Freudiger

tietonsa. Jyväskylää Freudiger kuvaa harmaassa valossa: kaupungissa ei ole paljon asukkaita, ja talvi on liian pimeä. Hän ei ole siis oleskellut pitkään kaupungissa, jossa talvet ovat usein valoisampia kuin pääkaupungissa.

Kirjan kustantaja kehuu, että Freudiger esittää tarinansa hyvässä geopolitiisessä kontekstissa, mikä ei pidä paikkaansa. Vaikka Freudiger näyttää tietävän, että Suomi ei ole skandinaavinen maa, hän ei osaa mainita sen olevan Pohjoismaa. Hän selittää, etteivät suomalaiset pidä venäläisistä, mutta ei kerro maiden suhteiden lähihistoriasta. Toisen maailmansodan tapahtumat on esitetty heikosti. Freudigeriltä jää mainitsematta, että Suomen syytettiin hyökänneen Neuvostoliiton ja joutuneen siksi maksamaan erittäin korkeat sotakorvaukset. Sekä geopolitiinen että historiallinen taustoitus ovat hyvin puutteellisia.

Tämä ei ole kuitenkaan poikkeuksellista. Asia nousee esiin liian monista ranskankielisistä julkaisuista, joiden kirjoittajat tuntevat huonosti Suomen historiaa, yhteiskuntaa ja kulttuuria. Ikävä kyllä tämä koskee sekä populaareja että tieteellisiä ranskankielisiä tekstejä.

Freudigerille Nykäsen juopottelu ja muut hairahdukset näyttävät olleen suuri järkytys. Hän juuttuukin selittämään pienoiselämäkertansa päähenkilön tekemisiä, eikä pääse kertomaan tämän monista myönteisistä ominaisuuksista. Mäkihypyn tekniikkaa kirjoittaja esittelee sentään tarkasti, mikä lieinee positiivisin piirre hänen kirjassaan.

SOPHIE ALIX CAPDEVILLE, PhD

tutkijatohtori
Jyväskylän yliopisto
soalcapd@juu.fi



Konflikteja kansankodin kilpamentillä

JENS LJUNGGREN: Den svenska idrottens historia

Natur & Kultur 2020. 291 s.

MITÄ URHEILU ON? Kuinka sitä, tai tässä tapauksessa urheiluhistoriaa, tulisi tutkia? Mitä ruumiillisia käytäntöjä urheiluhistoria pitää sisällään? Kysymykset eivät ole järin omaperäisiä eikä yhteenkään niistä löydy ehdottoman eksaktia vastausta. Tämän tekee **Jens Ljunggren** selväksi kirjansa *Den svenska idrottens historia* johdantosivuilla, joilla hän esittelee omat valintansa. Moniselitteiset *idrott* ja *sport* ovat hänelle suurin piirtein synonyymejä erilaatuisille ruumiinharjoituksille, naisten ja kuntoilijoiden osuutta hän vasiten korostaa, samoin ”vastakkainasettelujen ja valtakamppailujen” käännteitä.

Edeltävään tutkimukseen nojavana yleisesityksenä Ljunggrenin teos on, yllättävää kyllä, Ruotsin puitteissa ensimmäinen. Tukholman yliopiston urheiluhistorian professorina tekijällä on alan tuorein tietämys hallussaan, samoin kyky ilmaista asiansa tavalla, joka avautuu uskoakseni maallikkolukijallekin.

Valveutuneelle tarkkailijalle pääosan kronologinen kerronta johtopäätöksineen ei tuota isoja yllätyksiä. Brittein saarilla siinnyt moderni urheilu levisi vähin erin manner-Eurooppaan, viimein Skandinaviaan, jossa se kävi nakertamaan kotoisaksi koetun voimistelun hegemoniaa. Mutta oliko 1800-luvun Ruotsi ”äärimmäisen esimerkki” valtiojohtoisesta voimistelu-asteesta? Tästä näkisin mieluummin lähempiä selvityksiä. Niin sanottu lingiläinen voimistelu, jota Ljunggren on jo aiemmin tutkinut, oli joka tapauksessa globaali menestystarina – joskaan ei Pohjanlahden tällä puolella.

Vuoteen 1809 asti suomalaiset ruumiinkulttuurit olivat osa Ruotsin *idrottshistoriaa*. Tuona vuonna Suomi siirtyi Venäjälle, ja juuri tämä menetys siivitti **P. H. Lingin** perin nationalistisen voimisteluajattelun voittokulkua. Ruotsalainen ruumis oli määrä karaista tulevien taistojen varalle. Lingin konseptissa tosin pilkahtaa kristillinen vivahde, Jumalan kuvaksi luodun ihmisen jalostaminen, mikä puuttui käytän-



nössä kaikilta kilpaurheilun pioneereilta. Nämä jalostivat ihmisruumista mieluummin eugeniikan kuin kristinuskon tunnusten alla.

Muitakin tunnuksia toki oli, sillä urheiluriennoille hamuiliin Ruotsissa hovikelpoisuutta ainakin yhtä kekseliäästi kuin Suomessa. Ljunggren listaa rodunjalostuksen ja maanpuolustuksen lisäksi hygienian, raittiuden, tasa-arvon, suvaitsevaisuuden ja rauhan-tahdon tapaisia perusteluja eri periodeilta. Urheilun oletetut siunaukset eivät tietenkään kerro yksinomaan mielikuvituksen lennosta; ne kielivät vuosisadasta toiseen jatkuneen vastarinnan sitkeydestä.

”Viimeisten 200 vuoden aikana Ruotsissa on ollut tavallisempaa, että kilpaurheiluun on kohdistettu kattavaa kritiikkiä, kuin että näin ei olisi tehty”, Ljunggren kiteyttää havaintonsa, jota tekisi oitis mieli testata Suomen oloihin. **Jouko Kokkonen** muhkean Suomalaisen liikuntakulttuurin (2015) ansiosta maamme urheiluhistoria ei aivan heti kaivanne yleisesitystä, mutta miten olisi Suomen urheilukritiikin historia, jonka Kokkonen jätti tarkastelun ulkopuolelle? Mihin ajankohtaan osuisi kilpaurheilun lopullinen läpilyönti? Sovinnaisen ajattelun mukaan näin olisi tapahtunut 1920-luvulla, mutta kriteerejä vaihtamalla vuosikymmenkin voisi vaihtua.

Ruotsissa urheilun ”täydellistä hyväksyntää” täytyi odottaa 1940-luvulle asti, Ljunggren arvioi. Siihen vaadittiin sota-ajan urheiluhuma kuten **Gunder Häggin** suurjuoksut ja niitä seurannut kultakausi olympiakointoksissa, joissa sodan kokeneet maat eivät voineet olla täydessä iskussa.

Kompakti kirja päättyy 2000-luvun vaihteeseen. Markkinavoimien väkevä

mukaantulo valtiovalan jo perinteisesti tukemaan urheiluun on tuottanut ”kansankotihybridin”, tekijä päättelee. Tässäkin suhteessa Suomen tilanne muistuttaa entistä emämaata: uudella vuosisadalla huippu-urheilun yhteiskunnalliselle oikeutukselle on muotoiltava entistä pätevämpiä perusteluja. Tutkimuksen tehtävä ei välttämättä ole tyrmätä urheiluväen ajoittain villiä puhemyllyä vaan asennoitua siihen verbaalisena kisailuna rajallisista resursseista.

Muun muassa tuollaiselle hankkeelle Jens Ljunggrenin teos osoittaa suuntaa, teos, jonka nähdäkseni karkein lapsus liittää suomalaisen voimistelupersoonan Ruotsin voimisteluhistoriaan. **Elli Björksténille** suodaan kirjassa ainoana suomalaisena maininta, tarkkaan ottaen kaksi mainintaa kahdella eri sivulla (henkilöhakemistossa osumia on yksi), mutta asiayhteyden perusteella hänen voisi olettaa olleen kuningaskunnan alamainen.

Tai ehkä tekijä tuolloin vihjaa vaaroihin, joita ruumiinkulttuurien ylettömyksen kansallismielisestä tulkinnasta vääjäämättä seuraa. Tukholmassa opiskelleen ja lingiläisyyttä vastustaneen Elli Björksténin naisille luodut koreografiat olivat nekin eräänlaisia hybridejä, joten samapa tuo, minkä maan liikuntahistoriaan hänet halutaan niveltää.

ERKKI VETTENNIEMI, YTT
tietokirjailija
erkki.s.vettenniemi@student.jyu.fi



Salil eka, salil vika? Fitness-teollisuuden kasvu ja kehitys Euroopassa.

JEROEN SCHEERDER, HANNA VEHMAS, H. & KOBE HELSEN (eds.).
The Rise and Size of Fitness Industry in Europe. Fit for the Future?

Palgrave Macmillan. 2020, 470 s.

JEROEN SCHEERDERIN, HANNA VEHMAAN JA KOBE HELSENIN toimittava teos fitness-teollisuudesta avaa alan luonnetta ja kehityssuuntia Euroopassa. Kirja koostuu 15 eurooppalaisen valtion tapaustutkimuksista Suomi mukaan lukien ja tilastoihin perustuvasta yleiseurooppalaisesta vertailusta. Tilastollisiin tarkasteluihin on otettu



mukaan myös muita maita, kuten alan edelläkävijämaa, Yhdysvallat.

Kirjoittajien mukaan fitness tarkoittaa pääosin erilaista fyysistä harjoittelua, jonka tavoitteena on kunnan ylläpito tai kohottaminen, hyvinvointi ja jossain määrin myös ulkonäön parantaminen. Tekijät erottavat liikuntakulttuurista kaksi päälinjaa: urheilukulttuuri ja fitness-kulttuuri. He määrittävät peilaamalla sitä urheilukulttuuriin. Fitness-kulttuuri eroaa kirjoittajien mukaan urheilukulttuurista ja siihen liittyvästä harjoittelusta tavoitteiltaan. Urheiluun sisältyy osana kilpailu, kun taas fitness-kulttuuri ei yleensä ole kilpailullista, vaan tavoitteena on edistää henkilökohtaista terveyttä ja hyvinvointia. Tavoitteellisuus tuo kuitenkin hieman paradoksaalisesti kilpailun myös fitness-harrastamiseen, sillä näyttäytyminen nuorekkaana ja hyväkuntoisena on kilpailua tai sisäistä kilvoittelua.

Urheilukulttuurin juuret ovat seura-toiminnassa, kilpailussa ja yhteisessä harrastamisessa, ja siihen on vahvasti liittynyt erilainen vapaaehtoistyö. Fitness-kulttuuri puolestaan on alusta lähtien kuulunut kaupallisten palvelujen piiriin. Kun urheilu on tilastojen mukaan enemmän miesten elämänpääriä, fitness-palveluja käyttävät useimmissa maissa naiset hieman miehiä useammin.

Fitness-teollisuus tarkoittaa fyysiseen harjoitteluun liittyviä palveluita, joita tarjotaan kuntosaleilla, liikuntakeskuksissa ja hyvinvointikeskuksissa. Erilaisia fitness-kulttuurin aaltoja on noussut 1800-luvun lopulta lähtien. Kirjoittajien mukaan menossa on niistä kolmas, joka alkoi kehittyä Yhdysvalloissa toisen maailmansodan jälkeen ja voimistui 1960-luvulta lähtien. Fitness-

kulttuurin ja alan palvelujen laajeneminen on merkinnyt myös alan monimuotoistumista. Kuntosalit ovat muutuneet suhteellisen yksinkertaisista punttisaleista monipuolisia palveluja tarjoaviksi liikunnan ja hyvinvoinnin tarvarataloiksi.

Fitness-kulttuuriin liittyy myös laajempi yhteiskunnallinen ulottuvuus. Teknologian kehitys vähentää ihmisen tarvetta ruumiilliseen rasitukseen. Ennen ihmisen piti tehdä ruumiillista työtä ostaakseen ruokaa. Tänä päivänä hänen on ansaittava rahaa maksaakseen kuntosalikäynnistä, jotta voisi rasittaa ruumistaan kuluttaakseen syömällä samaansa energiaa.

Hyvä kunto ja sopusuhtainen laihan vartalo näyttävät onnistuneen itsenkilvoittelun tuloksina ja tuovat bourdeulaistaitain määritellen sosiaaliseen pääomaa ja auttavat tekemään eroa niihin, joilta tämä kilvoittelu ei onnistu. Ihmiset ovat – ei niin yllättävästi – eriarvoisessa asemassa tässäkin kilpailussa: fitness-kulttuuriin sitoutuneet ovat keskimääräistä nuorempia, hyvä-tuloisempia ja koulutettumia.

Tämä aiheuttaa kirjoittajien mukaan haasteen sekä fitness-teollisuudelle että yhteiskunnille yleisemmin. Väki Euroopassa lihoon ja vanhenee, joten alan liiketoiminnan olisi lyötävä itsensä lävitse kaikissa ikäryhmissä. Jos ajatellaan fitness-harrastusta ratkaisuna ylipaino-ongelmiin vaikeus on sama: kuntosaliharjoittelun tai vastaavan liikunnan pitäisi olla koko kansan harrastus, eikä erottautumisen väline.

Kirjoittajien mukaan liikunnan harrastaminen kuntosaleilla on vähäisintä yli 55-vuotiailla. Tämänkin ryhmän osuus on kasvussa, etenkin Pohjois- ja Länsi-Euroopassa. Ylipäätään se, missä määrin fitness-kulttuuri on lyönyt itsensä lävitse, vaihtelee maasta toiseen. Kun Ruotsissa, Norjassa ja Yhdysvalloissa joka viides asukas oli vuonna 2017 jonkin kuntosalin jäsen, Ranskassa, Italiassa ja Puolassa vastaava luku oli 7–9 prosenttia.

Teos on hyvä peruskatsaus liikunnan taloudesta kiinnostuneille. Se avaa kiinnostavasti fitness-kulttuurin ja talouden tilannetta, ja tuo samalla esiin alan eurooppalaisen moninaisuuden. Suomea käsittelevä artikkeli on hyvä katsaus liikunnan palvelujen liiketoiminnan tilanteeseen ja kehitykseen.

TIMO ALA-VÄHÄLÄ

Elokuva

Tie huipulle kysyy kykyä nähdä asiat toisin

Urheilijatähdet – suuruuden salaisuus. Search Of Greatness
Ohjaaja, käsikirjoittaja ja tuottaja
GABE POLSKY
1 h 13 min. 2018.

YHDYSVALTALAINEN Gabe Polsky avaa dokumenttielokuvassaan näkökulmia urheilun huippulahjakkuuteen. Itse asiasta kuultuna ovat 1950–1970-lukujen jalkapallosuuruus **Peelé**, amerikkalaisen jalkapallon tähtiin 1980–2000-luvuilla kuulunut **Jerry Rice** ja jääkiekon 1980–1990-lukujen supertähti **Wayne Gretzky**.

Polksy ei kykene antamaan tyhjentävää vastausta supertähteyden vaatimuksista. Tämä ei yllätä. Ehdottomallekin huipulle on monta tietä, ja sattumallakin on sijansa. Menestyneitä urheilijoita yhdistäviä tekijöitä ovat dokumentin mukaan halu ja valmius harjoitella paljon, poikkeuksellisen nopea kyky käsitellä eri aistien välittämää informaatiota ja täydellisyyden tavoittelu.

Poikkeuslahjakkuuksille ei myöskään välttämättä sovi sinänsä hyväta-soinen ”tavallinen” valmentaminen. Menestyjät eivät suostu menemään liian ahtaaseen muottiin. Peelé ja Gretzky kertovat, ettei liian tiukka valmennusote sopinut heille. Kun heitä yritettiin saada sopeutumaan kovin tiukasti pelitapaan, niin pelistä katosi luovuus.

Toisaalta lahjakkuutta ymmärtävä valmentaja voi auttaa urheilijaa merkittävästi matkalla kohti huippua. Ammattilaiseksi siirryttyään Rice alkoi pudotella helppojakin syöttöjä. Valmentaja jaksoi kuitenkin kannustaa ja odottaa kärsivällisesti, että osaaminen palautui ja alkoi taas kehittyä.

Huippua tavoittelevalle on eduksi taito ajatella asioita toisin. Hintelä Gretzky sanoo hakeneensa kilpailuetua katsomalla pelejä ja perehtymällä vastustajien pelitapaan. Rice heitteli illalla palloa pimeässä ja oppi ottamaan sen kiinni vaistonvaraisesti. Hän kertoo nähneensä unia pelitilanteista, jotka toteutuivat. Rice kuvaa myös ajan ikään kuin pysähtyneen peleissä. Vaikka tapahtumat etenivät nopeasti, niin aikaa tuntui olevan yllin kyllin.



Aikalisät tuntuivat Ricestä turhilta: hän halusi päästä toteuttamaan päässään jo olevan kuvion.

Perheen merkitystä dokumentissa pohtivat Rice ja Gretzky. Ricellä äiti oli tärkein tuki, Gretzkyllä korostui isän rooli. Joukkueen osuus menestyksessä jää sen sijaan dokumentissa taka-alalle.

Asiantuntijoina lahjakkuutta ruotivat urheilutoimittaja **David Epstein** ja brittiläinen luovuusguru sir **Ken Robinson**. Robinson hakee urheilulahjakkuuden huippuunsa hioutumisesta yhtäläisyyksiä rock- ja pop-musiikkiin, jossa hän näkee kapinallisuuden ja kontrollin vuorottelun tuottavan uutta. Esimerkeiksi Robinson ottaa **David Bowien** ja **Jimi Hendrixin**. Vertailu tuntuu vähän keinotekoiselta, ja vie dokumentin sivupolulle. Muutoin Robinsonin ja Epsteinin pohdiskelut kuljettavat tarinaa eteenpäin ja tuovat siihen syvyyttä.

Polksy lähestyy aihettaan miesurheilun kautta. Vähän irralliseksi jää Williamsin sisarusten uran kautta tehty kurkistus naisurheilun supertähtiin ja yksilölajeihin. **Serena Williams** kertoo lyhyesti uransa alkuvaiheista, jolloin hän nuorempana jäi Venuksen varjoon. Sitkeä työ nosti hänet lopulta vanhemman sisaren ohi.

Dokumentin pääsanomaksi pelkistyy se, että huipulle pääseminen vaatii ensinnäkin kovan luokan fyysisiä ominaisuuksia. Vähintään yhtä paljon tarvitaan taitoa käyttäen päätään tavoitteidensa saavuttamiseksi niin urheilusuorituksen aikana kuin pitemmän ajan päämääriin pyrittäessä. Parhaimmillaan fyysinen ja henkinen kyvykkyys sulautuvat saumattomasti yhteen ja auttavat nousemaan huipulle.

JOUKO KOKKONEN

Stadion 50 vuotta sitten

Kansanterveyslaki tulee, vaan miksi liikuntaa ei edes mainita?

Toimitussihteeri **Kimmo Aaltonen** käsitteli Stadion-lehden 3/1971 pääkirjoituksessa kuntoliikuntaa, joka hänen mielestään oli ideologisessa umpikujassa ”koska ei tiedetä mitä tehdä”. Aaltonen mukaan oli kuljettu loppuun tie, jolla oli yritetty saada ohjaajia kouluttamalla, tempauksin ja tiedotustoiminnalla kaikki tai ainakin mahdollisimman moni suomalainen liikkumaan.

Kuntoliikuntaa alkoivat 1960-luvulla edistää järjestöt, joita oli yksi porvarillinen, kaksi työväenliikunnassa ja yksi ruotsinkielinen. Porvaripuoli näki ratkaisuksi toiminnan keskittämisen, mitä Aaltonen piti vääränä ratkaisuna. Hän näki tehokkuusajattelun uhkana, joka ”pelkistää suomalaisen liikuntakulttuurin yhden voimakkaan ja keskitetyn järjestelmän valjaisiin”.

Aaltonen mukaan kunto- ja virkistysliikuntajärjestelmän oli kyettävä tarjoamaan ihmisille liikuntaa heidän omilla ehdoillaan. Siksi Suomeen ei tarvittu ”mammuttimaista urheilun keskusvirastoa”. Sen sijaan liikuntajärjestöt oli hajotettava ”mielekkäästi osaksi vapaa-aika-, sosiaali- ja terveys- sekä koulutuspoliittista hallintoa”. Aaltonen viittasi syksyllä 1971 alkaneeseen kansanterveyslain eduskuntakäsittelyyn, jonka hän toivoi ”voivan merkitä askelta kohti monipuolisempaa ja moniarvoisempaa liikuntakulttuuria. Hänen näkemyksensä heijastelivat Työväen Urheiluliiton kannanottoja.

Liikuntaa ja tulevaa kansanterveyslakia lehdessä ruotivat **Pekka Saaremaa** ja **Markku Lehtola**. Saaremaan mielestä lakiesityksen puutteena oli terveyden määrittelemisen kapeasti ”väestön terveydentilan ylläpitämiseksi ja edistämiseksi”. Hänen kaipasi

lakiin Maailman terveysjärjestön WHO:n hyväksymää määritelmää terveydestä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana.

Lehtola korosti, että ”liikunta olisi nivellettävä kiinteästi lakiin, yhdeksi osaksi ennalta ehkäisevää terveydenhuoltopolitiikkaa”. Hän näki ”vino-suuntautuneen liikuntapolitiikan” palvelevan ensisijaisesti kilpaurheilijoita. Tältä pohjalta ei ollut kehittynyt koko väestön terveyttä kohentavaa järjestelmää.

”Terveydenhuolto on ollut sairaanhoitovetoista, liikuntapolitiikka on suhteettomasti suosinut harvojen etua mm. laitospolitiikassaan, yhdyskuntasuunnittelussa kansalaisten liikkuminen ja sen edellytykset on vain sattumanvaraisesti otettu huomioon.”

Kuntoliikunnan psykologiaa käsittelee **Anneli Valpola**. Hän määritteli **Abraham Maslowin** tarvehierarkian pohjalta kuntoliikunnan olevan ”onnis-

tunut varaventiili tarpeiden tyydyttämiseksi”. Lisäksi se oli ”hyväksyty tapa purkaa lapsellista leikkimielistä vapaa-aikana”. Kuntoliikunnan jatkuvuutta ennustavia tekijöitä Valpola kuvasi yhdysvaltalaisen **Jerome Bruner**in havaintojen pohjalta:

”Liikuntaan osallistuvat korostivat motiivinaan kunnan kohentumista ja harjoitusten jälkeistä hyvän olon tunnetta, osallistumattomat taas syyttivät ajan puutetta liikuntaharrastuksen jäämiselle.”

Valpolan mukaan persoonallisuuden piirteiden sijaan kuntoliikunnan harrastamiseen vaikutti enemmän se, miten paljon ja kuinka sopivaa informaatiota ihmiset olivat saaneet kuntoliikunnan merkityksestä kunnolle ja terveydelle. Lisäksi oleellista oli tieto lähiympäristön liikuntamahdollisuuksista.

JOUKO KOKKONEN



Kokoomuksen puheenjohtaja Harri Holkeri ja toimittaja Anu Seppälä osallistuivat Kuntoralliin vuonna 1971.. Kuva: Markku Lepola / Museovirasto



Liikunta- tieteen päivät

8.–9.9.2021

webinaari

Katso ohjelma: www.lts.fi/tapahtumat

Teemana vastuullinen tulevaisuus

Liikuntatieteen päivien 2021 teemana on vastuullinen tulevaisuus. Katse on liikunta-alan tulevaisuudessa ja yhteiskuntavastuussa.

Seminaarissa tarkastellaan, miten yhteiskunnan muutokset vaikuttavat liikunta-alaan ja toisaalta, mitä annettavaa liikunta-alalla on muuttuvan maailman haasteisiin.

Teemasessioiden aiheina ovat muun muassa: huippu-urheilu, ruoka, tutkimuksen tulevaisuus, talous ja arjen aktiivisuus.

Tapahtuman pääpuhujat ja aiheet:

Prof. Tuuli Toivonen, Helsingin yliopisto:
**Paikkatietodatan hyödyntäminen kestävä
ympäristön suunnittelussa.**

Prof. emeritus Wladimir Andreff, Université
de Paris: **The Combat Against the Economic
'Dark Side' of Sport.**

Prof. Mike McNamee, Katholieke Universiteit
Leuven: **Athletes' Rights and Power.**

Ilmoittaudu viimeistään 25.8.2021.

”Eriarvoisuus ei ole marginaali-ilmiö, vaan monia koskettava laaja yhteiskunnallinen ja kulttuurinen ilmiö.”

Liikunta kuuluu Suomen perustuslaissa jokaiselle turvattuihin perusoikeuksiin. Kaikilla ei kuitenkaan ole tasa-arvoisia ja yhdenvertaisia mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa.

Jouko Kokkonen ja **Kati Kauravaara** toimittama **Eriarvoisuuden kasvot liikunnassa** kertoo tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden esteistä ja haasteista kymmenestä näkökulmasta. Tekstit tuovat esiin liikuntakulttuurin karun todellisuuden. Syrjivät asenteet, valtavirtaistavat käytännöt ja piintyneet ajattelutavat tulevat ilmi, kun liikuntaa katsotaan vähemmistöjen näkökulmasta.

”Liikunnan eriarvoisuus liittyy usein yhteiskunnan yleisempään eriarvoisuuteen. Näin ollen pelkillä liikunta- ja urheiluväen toimilla ei eriarvoisuutta kyetä poistamaan.”

”Liikuntapolitiikassa maahanmuuttajaluokittelu synnyttää sosiaalisia kategorioita, poikkeavuutta ja toiseutta.”

”Henkilökohtaisen avun tarvetta liikunnan harrastamisessa ei ole nähty tarpeelliseksi kartoittaa.”

Jouko Kokkonen & Kati Kauravaara (toim.)



Eriarvoisuuden kasvot liikunnassa



Liikuntatieteellinen Seura

Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 175

Hinta 30 euroa (+toimituskulut)

Tilaukset: www.tiedekirja.fi



LTS
Liikuntatieteellinen Seura
Finnish Society of Sport Sciences