

Tietämättömyyden uhkat ja mahdollisuudet liikuntatieteessä

Liikuntatieteessä on uskottu tiedon valistavaan ja motivoivaan vaikutukseen ihmisten liikuntakäyttäytymisen muuttamisessa.

Entäpä jos tieto ja data eivät johdakaan toivottuun asenteiden muutokseen tai voivat jopa muuttua liikunnan esteeksi? Onko liikuntatiede keskittynyt liiaksi tietoon ja puhunut liian vähän tietämättömyydestä?

DIGITALISAATIO JA SOSIAALINEN MEDIA ovat mahdollistaneet liikuntadatan tuottamisen ja jakamisen, mutta samalla myös disinformaation levittämisen uudella tavalla. Moniarvoisuuden lisääntyminen liikunnan kentällä on nostanut esiin kysymyksen, kenen tieto on arvokasta, ja keitä pidetään tietämättöminä. Liikuntatiede kaipaa uudenlaista ymmärrystä tietämättömyyden eri muodoista. Samalla tarvitaan näkemystä siitä, millaisia tulevaisuuden uhkia ja mahdollisuuksia tietämättömyyteen liittyy terveystietäessä.

Perinteisesti tietämättömyys on määritelty tiedon puutteena, jota on pidetty vahingollisena asiantilana. Viime vuosina tiedonsosiologit ja filosofit ovat väittäneet, että tietämättömyys ei ole vain tiedon poissaoloa, vaan on olemassa lukuisia erilaisia tietämättömyyden muotoja, joista osa on haitallisia, osa harmittomia ja osa jopa tarpeellisia (Gross & McGoey 2015). Asiantuntijuuden kannalta esimerkiksi riittävän osaamisen ja tietämyksen lisäksi on tärkeää tunnistaa oman asiantuntijuuden rajat ja rajoitukset: mitä ei osaa tai ei tarvitse tietää.

Tietämättömyys on myös ennakoedellytys tutkimuksessa, jotta tutkija pystyisi tunnistamaan sen, mitä ei vielä tiedetä. Tällainen tietämättömyys on hyödyllistä, jotta voidaan arvioida, mitä on tiedettävissä ja millä keinoin tuntemattomista asioista voidaan tietoa hankkia. Tietämättömyys voi toki olla monella tavalla haitallista, varsinkin jos tahallisesti levitetään valheellisia käsityksiä.

Viime vuosina tietämättömyyden tutkimuksesta (ignorance studies) on muotoutunut monitieteinen tutkimusalue, jossa tietämättömyyttä on tutkittu sekä teoreettisena että empiirisenä kysymyksenä. Toistaiseksi liikuntatieteen alalla tietämättömyyden tutkimus on ollut vähäistä (Campbell 2021), vaikka se voisi olla hyödyllinen episteeminen harjoitus myös liikunnan ja urheilun kannalta. Keskityn tässä artikkelissa kolmeen tietämättömyyden muotoon, jotka liikuntatieteen piirissä näyttävät kiin-

nostavalla tavalla liittyvän toisiinsa: tiedolliseen epäoikeudenmukaisuuteen, liikuntadatan tuottamaan ylirationaalisuuden ongelmaan ja disinformaation jakamiseen sosiaalisen media kautta.

Yhden totuuden liikuntatiedettä?

Biotieteisiin pohjautuva tieteellinen tieto on hallinnut liikunnanopetusta, urheiluvalmennusta ja terveystietä koskevia suosituksia ja ohjelmien tekemistä. Esimerkiksi liikuntafysiologia ”kovana” biotieteenä edustaa perinteisen luonnontieteen ideaalia, joka tuottaa objektiivisia tuloksia ja kitkee tietämättömyyttä empiirisen täsmätutkimuksen avulla. Se on ollut yhden totuuden tiedettä, jonka tutkimustulosten perusteella laaditut kansalaisten terveystietä koskevat suositukset ovat usein selväpiirteisiä liikunnan harjoittamisen määrää koskevia imperatiiveja. Liikuntatieteen perinteinen valistukseen perustuva tietokäsitys lähestyy liikuntaa ylhäältä alaspäin, jossa tutkimuksen pohjalta tuotetut käyttövalmiit tulokset siirretään kaikkia kansalaisia koskeviksi liikuntapiirakoiksi.

Vuosia jatkunut kansalaisten valistus liikunnan terveysvaikutuksista ja liikunnallisten elintapojen tärkeydestä ei ole silti tuonut toivottavaa muutosta ihmisten käyttäytymiseen. Tutkijoiden mukaan laihat tulokset johtuvat siitä, että liikuntavalistuksessa ei ole tarpeeksi ymmärretty vähän liikkuvien kokemuksia, näkökulmaa ja lähtökoh- tia (mm. Kauravaara 2013; Pyykkönen 2014). Oli syy mikä hyvänsä, voidaan joka tapauksessa väittää, että liikuntatiedettä vaivaa itseymmärryksen puute sen osalta, miksi tieto ei muuta ihmisten käyttäytymistä. Voisiko yhtenä ratkaisuna on uudenlainen liikuntatiedon moniarvoisuuden tunnistaminen?

Episteeminen epäoikeudenmukaisuus liikunnassa

Moniarvoisuuden lisääntyminen on ravisuttanut perinteisen asiantuntijuuden ja institutionaalisen tiedon val-

taa, mikä näyttäytyy julkisuudessa erilaisia kiistoina asiantuntijoiden ja maallikoiden välillä. Tietämys on monimuotoistunut ja hajautunut, samalla se on muuttunut hauraammaksi ja kiistanalaisemmaksi. Liikuntatiede terveystieteiden osa-alueena ei ole toistaiseksi joutunut samantyyppiseen turbulenssiin kuin esimerkiksi ravitsemustiede, jonka pohjalta tuotetut ravitsemussuositukset ovat johtaneet ankaraa väittelyyn erilaisten ruokavalioiden paremmuudesta.

Keskustelu *intersektionaalisuudesta*¹ on nostanut liikuntatieteen kentällä esiin uusia kysymyksiä. Kenen tiedolla merkitystä liikuntatieteen kentällä? Keitä pidetään tietämättöminä ja miksi? Keitä syytetään tai syyllistetään tietämättömyydestä? Tietämättömyyden tutkimuksen piirissä on yhä enemmän kiinnitetty huomiota tiettyjen ihmisryhmien epäoikeudenmukaisiin ja sortaviin piirteisiin, *tiedollisen epäoikeudenmukaisuuden* muodossa (Fricker 2007). Esimerkiksi sukupuoli, ikä, luokka tai ruumiin koko voivat vaikuttaa siihen, miten subjettiin suhtaudutaan episteemisenä toimijana eli miten luottavana tai epäluotettavana hänen tietoaan pidetään. Episteeminen epäoikeudenmukaisuus yhtenä tietämättömyyden muotona tarkoittaa, että joku ei tunnista tai väheksyy toisen tietämystä vallitsevista enakkoluuloista johtuen.

Liikuntaa koskevissa tutkimuksissa on havaittu, että esimerkiksi maahanmuuttajatausta (Zacheus ym. 2011), lihavuus (Harjunen 2019) tai seksuaalivähemmistöön kuuluminen (Kokkonen 2018) usein tuottavat aikuisten liikuntakulttuurissa ulossulkemisia, vähättelyä ja syrjintää (Aho & Huuromon 2020). Yksi terveystieteen pinnan alla kytevä kiista asiantuntijoiden ja maallikoiden välillä liittyykin siihen, miten liikuntatiede suhtautuu lihavuuteen ja toisaalta millaista syrjintää ja paheksuntaa lihavat ihmiset kokevat liikunnan parissa. Kansainväliset kampanjat kuten *MeToo* ja *Black Lives Matter* ovat herättäneet vasta-kaikua myös suomalaisella liikuntakentällä (Aho & Huuromon 2020). On vain ajan kysymys, milloin roihahtaa keskustelu siitä, kenen tiedolla on väliä liikuntatieteessä ja missä määrin terveystieteen suositusten taustalla vaikuttava monoliittinen tietokäsitys on kestäväällä pohjalla moniarvoisessa yhteiskunnassa.

¹ Intersektionaalisuudella tarkoitetaan, että ihmisen asemaan yhteiskunnassa vaikuttavat sukupuolen ohella monet muutkin erot, kuten yhteiskuntaluokka, ikä, alkuperä ja seksuaalinen suuntautuminen.



Kuva: Antero Aaltonen

Datavetoisen liikuntatiedon yllirationaalisuus

Liikuntatieteen yhden tuuden tietokäsitys on johtamassa terveystieteen kannalta uudenlaiseen polarisaatioon: samaan aikaan kun moniarvoisuutta korostavan keskustelun myötä kokemukselliselle tiedolle vaaditaan aiempaa korostuneempaa asemaa liikuntatieteessä, biotieteisiin pohjautuva liikuntatieto on yhä datavetoisempaa, jossa jokaista liikettä mitataan tarkasti erilaisilla digitaalisilla laitteilla.

Digitalisaatio on tehnyt harrastajien liikuntatiedosta yhä datavetoisempaa, kun jokaisesta liikuntasuoritteesta voidaan tuottaa joukko seuranta- ja vaikutusarvioita. Digitaalisten laitteiden tuottamat aktiivisuusgraafikat kalorienkulutuksesta unenmäärään voivat aiheuttaa myös laitteiden käyttäjille ongelmia. Niitä on suositeltu liikuntaan motivoivina laitteina, mutta osalle itsensä mittaaminen voi kehittyä datariippuvuudeksi (Parviainen 2016). Tietämättömyyden kannalta biointensiivisen tiedon korostuminen johtaa helposti omien kokemusten sivuuttamiseen tai niiden pelkkään välineelliseen tarkasteluun erilaisten liikunnan määrällisten tavoitteiden suhteen.

Infoähkystä ja kognitiivisesta kuormituksesta on puhuttu pitkään, mutta datavetoisen liikuntatieteen johtaa helposti *yllirationaalisuuden harhaan* ja liiallisen varmuuden (overconfidence) tavoitteluun terveyttä edistävissä elämäntavoissa. Digitaalisten laitteiden avulla kerätty biodata alkaa ohjata arkielämän toimia kuten erilaiset päiväkohtaiset askelmäärätavoitteet, nukuttujen tuntien määrä tai juodut vesilitrat. Määrällisten tavoitteiden saavuttaminen päivässä voi johtaa pakkomielleiseen yllirationaalisuuteen. Tällaiseen dataintensiiviseen toimintaan kytkeytyy yksi tietämättömyyden paradokseista: mitä enemmän tieto lisääntyy, samassa suhteessa lisääntyy joukko uusia tuntemattomuuksia, joista puolestaan syntyy pakottava tarve saada tarkempaa tietoa. Kun elämänhallinta perustuu datavetoiseen toimintaan, syntyy turhautumista, kun laitteiden tuottama data ei näytä riittävän tarkalta. Tietämättömyys tuottaa ahdistusta ja myös kyvyttömyyttä toimia ilman laitteiden antamaa dataohjausta.

Tuotetun liikuntadentalismin nousu?

Liikuntatiedon voimakas polarisaatio yhtäältä kokemukselliseen tietoon ja toisaalta datavetoiseen tietoon voi tulevaisuudessa synnyttää yhä enemmän erilaisten tärkeik-

Toistaiseksi liikuntatieteen piirissä ei ole noussut julkisuuteen repiviä kiistoja asiantuntijoiden ja maallikoiden välillä toisin kuin monilla muilla terveyden aloilla.

si koettujen aiheiden ympärille keskittyviä vertaisryhmiä. Polarisaation suhteen molemmissa ryhmissä oletettavasti koetaan, että liikuntatieteen perinteinen kansanvalistukseen perustuva imperatiivi ei vastaa heidän tietotarpeisiinsa. Intohimoisesti asiaansa suhtautuvissa sosiaalisen median vertaisryhmissä yhteisesti tuotetun tiedon avulla voidaan haastaa liikunta-alan asiantuntijoiden kuten opettajien, valmentajien ja tutkijoiden auktoriteettia liikuntatiedon portinvartijoina.

Toistaiseksi liikuntatieteen piirissä ei ole noussut julkisuuteen repiviä kiistoja asiantuntijoiden ja maallikoiden välillä toisin kuin monilla muilla terveyden aloilla. Esimerkiksi omakohtaiset kokemukset sairauksista, sairaalabyrokratia, väärät diagnoosit, hoitomuodot, rokotteiden sivuvaikutukset tai hoitovirheet ovat kirjoittaneet samanlaisia kokemuksia jakavat perustamaan tuki- ja vertaisryhmiä asian tiimoilta. Oma ryhmänsä on suuren joukon seuraajia saavat mm. Instagram-tähdet ja bloggaajat, jotka oman maailmankuvansa pohjalta välittävät voimakkaita käsityksiään ja uskomuksiaan terveyteen liittyen.

Sosiaalinen media mahdollistaa väärän informaation jakamisen uudella tavalla. Disinformaatiota levitetään varsinkin voimakkaita tunteita herättävissä kysymyksissä kuten ravinnon, rokottamisen ja maahanmuuton osalta. Vahvistusharjoja (confirmation bias) esiintyy, kun aihetta koskevia tekstejä etsiessään ihmiset ovat taipuvaisia lukemaan lähteitä, jotka puoltavat ja vahvistavat heidän ennakkokäsityksiään. He tulkitsevat helposti monitulkintaista aineistoa omaa näkemystään tukevasti.

Ei ole myöskään täysin mahdoton ajatus, että terveysliikunta tai jokin sen osa-alue politisoituu tulevaisuudessa tavalla, että sen ympärille kehittyä voimakasta denialismia ja liikuntaa koskevaa disinformaation jakamista. Tietämättömyyden tutkimuksessa tätä on kutsuttu ”tahalliseksi tietämättömyydeksi” erotettuna tahattomasta tai viattomasta tietämättömyydestä. Tietämättömyyden strategiseen hyödyntämiseen liittyy ajatus, jonka mukaan omat vaikuttimensa ja voittonsa naamioiva eturyhmä voi luoda vastakkainasettelua erilaisten ryhmien välille. Disinformaatiota levittämällä se voi haitata tai edistää tiettyjä toimia yhteiskunnassa aina kulloisenkin intressin mukaan. Kuuluisimpia esimerkkejä systemaattisesti tuotetusta epäilystä on tupakkayhtiöiden tupakoinnin vaarojen piilottelu ja vuosikymmeniä kestänyt viivytystaistelu tupakoinnin rajoittamista vastaan (Oreskes & Conway 2010). Laajalle levinnyt ilmastonmuutosdenialismi on yksi esimerkki, kuinka yleistä mielipidettä voidaan peukaloida luomalla tutkijoiden välille tekaistuja kiistoja.

Miten tunnustaa tietämättömyyden muodot?

Liikuntatieteen tulevaisuuden kannalta kriittinen kysymys on, miten se tunnustaa tietämättömyyden eri muodot. Miten huomioidaan kokemuksellinen tieto osana liikuntaohjelmia ja suosituksia sekä millainen rooli annetaan yhteiskunnalliselle moniarvoisuudelle sekä erityistietämykselle, joka kumpuaa ihmisten erilaisuudesta? Tällaisella moniarvoisuudella liikuntatieteen ytimessä on kiire, sillä myös liikuntatiedettä uhkaa erilaiset denialismin ja disinformaatiokampanjan vaarat.

Tiedon kannalta on tärkeää, että liikuntatieteessä ei torjuta ulko- tai sisäpuolelta tulevaa kritiikkiä huuteluna ja leimata sitä ideologiseksi asenteeksi, tietämättömyydeksi tai hysteriaksi. Aivan yhtä tärkeää on tunnustaa relatiivisuuden vaarat sen osalta, että kaikki eivät ole yhtä oikeassa. Eri tieteenalojen avulla tuotetun ja tutkitun tiedon merkitys on edelleen tärkeässä asemassa liikunnan kentällä.

JAANA PARVIAINEN, FT

yliopistotutkija
Tampereen yliopisto
jaana.parviainen@tuni.fi

LÄHTEET

- Aho, Kaisa-Riitta & Huuonen, Hanna** (2020). Liikuntapolitiikka kaipaa intersektionaalista ohjausta. *Aikuiskasvatus* 4/2020, s. 320–7.
- Campbell, Patricia** (2021). Lay participation with medical expertise in online self-care practices: Social knowledge (co)production in the Running Mania injury forum. *Social Science & Medicine* 277(2):113880. DOI: 10.1016/j.socscimed.2021.113880
- Fricker, Miranda** (2007). *Epistemic Injustice: Power and the Ethics of Knowing*. Oxford: Oxford University Press.
- Gross, Matthias & McGoey, Linsey** (2015). Introduction. Teoksessa: Matthias Gross & Linsey McGoey (toim.) *Routledge International Handbook of Ignorance Studies* (s. 1–14). Lontoo: Routledge.
- Harjunen, Hannele** (2019). Exercising Exclusions: Space, Visibility, and Monitoring of the Exercising Fat Female Body. *Fat Studies* 8(2), 173–186.
- Kauravaara, Kati** (2013). Mitäs sitten jos ei liikuta: etnografinen tutkimus nuorista miehistä. LIKES-tutkimuskeskus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 276. Viitattu 21.6.2021 https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/41747/978-951-790-343-1_Likes_vaitos14062013.pdf?sequence=1
- Kokkonen, Marja** (2018). Seksuaalivähemmistöjen häirintä joukkueessa tai liikuntaryhmässä: henkisen pahoinvoinnin näkökulma. *Liikunta & Tiede* 55(6), 96–102.
- Oreskes, Naomi & Conway, Erik M** (2010). *Merchants of Doubt: How a Handful of Scientists Obscured the Truth on Issues from Tobacco Smoke to Global Warming*. New York: Bloomsbury Press.
- Parviainen, Jaana** (2016). Quantified bodies in the checking loop: Analysing the choreographies of biomonitring and generating big data. *Human Technology* 12(1): 56–73.
- Pyykkönen, Teijo** (2014). ”Liikuntaa – periaatteessa joo, mutta...” Teoksessa Esa Rovio, Anita Saaranen-Kauppinen & Teijo Pyykkönen (toim.) *Liikuntakynnyksen yli -ohjelmista ihmisen kohtaamiseen*. Liikuntatieteellisen seuran impulssi nro 28, 6–12. Viitattu 21.6.2021. https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/impulsit/imp_28_netto_korj270114.pdf
- Zacheus, Tuomas; Koski, Pasi & Mäkinen, Suvi** (2011). Naiset paitsiossa? Maahanmuuttajanaisten liikunnan tunnuspiirteitä Suomessa. *Liikunta & Tiede* 48(1), 63–70.