

Liikunta & Tiede



Jutta Urpilainen:
**EU liikunnassa
vasta
alkutaipaleella**

**Olympiavuoden 1952
syvempi merkitys**

Läksyksi liikuntaa

TEEMA: **Miehet ja liikkuminen**

JARI KUPILA
jari.kupila@lts.fi

Harmaan kiven kiertäjät

Suomen yleisurheilijat ovat osoittaneet pirteitä kasvuilmiöitä jo jokusen vuoden, mutta vasta Münchenin EM-kisat saivat kasvun näkymään myös menestyksenä.

Vaikka kyseessä on ”vain” EM-taso ja vaikka venäläisiä ja valkovenäläisiä ei kisoissa nähty, on saalista turha vähätellä.

Suomessa on lopultakin opittu paitsi luomaan kehityspolkuja, myös suorittamaan. Vuosikymmeniin parhaan mitalisaaliin ohella syntyi lupaava kasa nousuja finaalitasolle ja tulevien arvokisojen mitalitistelut mahdollistaviin asemiin.

Menestys ei synny yhdellä tempulla. Ei ole yhtä maagista avaintekijää, joka kääntää arvokisojen karsiutujan mestariksi.

Tie huipulle on mutkainen ja tukkoinen. Vaikka kaikki perustuu systemaattiseen pitkän tähtäyksen suunnitelmaan, hommaa leimaa jatkuva arkisen löytöretkeilyn ja uudisraivauksen tunnelma.

Yllättäviä tilanteita, joihin täytyy reagoida. Neuvottomuutta, johon pitää etsiä neuvo.

Jatkuvaa kasvua ja kasvun tuomaa jatkuvaa tarvetta arkitoiminnan päivittämiseen, monimutkaisen kokonaisuuden hallintaa, puuttuvien palasten etsintää.

Suomalaista urheilua on vaivannut Smyytti siitä, että menestys syntyy jää-räpäisellä puurtamisella, yksinäisyydessä, harmaiden kiven läpi pää edellä heittäytyen. Hullunkiihto on nähty menestyjän ominaisuutena mieluummin kuin viileä äly.

Se on tuottanut monta surullista tarinaa. Huippu-urheilussa pitää käyttää päätä, ja paljon, mutta vain ajatteluun – ei kiviin hakkaamiseen.

Tämä oivallus on lisääntynyt yleisurheilussa. On opittu kiertämään kiviä, ei yrittämään läpi. On opittu ottamaan pakolliset mutkat asiankuuluvina vaiheina reittiä.

On opittu ajattelemaan. Ja siihen liittyen on huomattu, että kaikki fiksuus ei asu omassa päässä, vaan on hyvä hakea aktiivisesti fiksumpaa seuraa – edetä verkottuen, yhteistyöllä, joukkueena.



EM-ryhmässä oli hyvin nimiä, joita on joskus hehkutettu junioritasolla. Turhan moni lahjakkuus lopettaa yhä ensimmäisiin aikuisvuosiinsa, mutta suunta on alkanut kääntyä. Järjen käytön ja joukkuepelellin lisääntyminen ovat tässä tärkeitä tekijöitä.

Lisäksi Münchenissä näkyi yksi iso muutos, joka auttaa aikuistumisvaiheessa olevia. Kisatilanteissa, median edessä ja majoituspaikeissa tuli väkisin mieleen vertailu noin vuosikymmen sitten tehtyjen kisareisujen ilmapiiriin.

Se, että urheilijoita jännittää, jopa hirvittää ja pelottaa, on yhteistä kaikille kisajoukkueille. Arvokisareissu on jännä paikka aina. Sille ei mitään voi, mutta sille voi, missä ilmapiirissä jännitys koetaan.

Münchenissä jännitys näkyi jopa avoimemmin kuin ennen, mutta se myös kanavoitui niin, ettei se muuttunut suorittamista jumittavaksi peloksi ja kauhuksi, kuten usein on nähty. Muutenkin joukkue salli tunteiden näyttämisen. Epäonnistumisten ja onnistumisten tai pelkojen ja toiveiden ilmauksia ei tarvinnut kätkeä.

Sellainen tekee ihmiselle hyvää. Tulee turvallinen olo, voi olla oma itsensä. Sitä kautta jännitys muuttuu usein kuormasta voimaksi. Muuallakin kuin urheilussa.

EM-ryhmän ilmapiiri ei syntynyt yksittäisellä tempulla. Se on rakentunut viime vuosien kokemuksista, joita yleisurheilijat sekä joukkueen tausta- ja johtohahmot ovat hiljalleen toisistaan saaneet. Ilmapiiri rakentuu ennen kisoja, kuten muutkin onnistumistekijät. Sitäkin pitää kehittää yhtä systemaattisesti ja ajan kanssa kuin voimaa tai kestävyyttä.

Yleisurheilun johtamisessa on oivallettu jotakin, jota olisi hyvä pohtia laajemmin – urheilun ulkopuolellakin. Liikuntatieteillekin tässä olisi tarjolla, paitsi hyvä tutkimusaihe, myös omaa toimintamallia haastavan sisäisen keskustelun paikka. ♦

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:
Jari Kupila (vast.)
Jari Kanerva

Toimituspäällikkö:
Jouko Kokkonen

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

Ulkoasu ja taitto: 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 € / Vuositilaus: 45 €

Liikunta & Tiede -lehdessä
käytettyjen kuvien henkilöillä ei
ole yhteyttä artikkelien aiheisiin,
ellei kuviin viitata tekstissä.
59. vuosikerta
ISSN-L 0358-7010

Kannen kuva:
Juha Laitalainen

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.

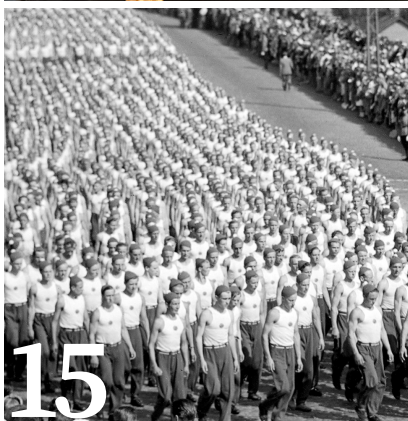
Seuraa Liikuntatieteellistä Seuraa
sosiaalisissa mediassa:



Euroopan Unioni



F.E.Fremling/ Museovirasto



Judi Eskola



Antero Aaltonen



- 2 **PÄÄKIRJOITUS** | Harmaan kiven kiertäjät
Jari Kupila
- 4 **JOUKO KONTULASTA** | Keskivartalon kasvun aika
Jouko Kokkonen
- 6 **AJASSA**
- 10 **VÄITÖSUUTISET**
- 12 Jutta Urpilainen:
”Liikunta ja urheilu yhdistävät ihmisiä ainutlaatuisesti”
Jouko Kokkonen
- 15 Paradoksi 1952
Jari Kupila
- 18 Kotimaiset ja kansainväliset kulttuurikamppailut Helsingissä 1952
Jouko Kokkonen
- 22 Mitaleja vai maailmanparannusta?
Markku Jokisipilä
- 25 **NÄIN MAAILMALLA** | Kokemuksiani urheilusta kolmessa eri maassa
Saara Haapanen
- 27 **POLTTOPISTEESSÄ** | Liikunta – stressin laukaisija vai lataaja?
Arto Hautala
- 28 **TUTKIMUSUUTISIA**
Yhteiskunta- ja käyttäytymistieteet: *Anna-Katriina Salmikangas*
Liikuntapedagogiikka: *Kasper Salin*
Psykologia: *Hanna-Mari Toivonen*
Lääketiede: *Eero Haapala*

TEEMA: Miehet ja liikunta

- 36 Kun miehet kisailevat
Antti Laine
- 41 Vähäinen liikunta voi olla normihomma nuorelle miehelle
Kati Kauravaara
- 44 Keski-ikäisiä miehiä sohvalta, salilla ja sauvakävelemässä
Kati Lehtonen
- 47 Jalkapallossa löytyy myötämieltä maahanmuuttotaustaisille nuorille
Marko Kananen & Kari Saari
- 50 Miesten liikuttamiseen tarvitaan uutta otetta
Arto Tiihonen
- 55 Naisten ja miesten liikunnan biologiset yhtäläisyydet ja erot
Arto J. Hautala & Jari Parkkari
- 58 Soveltava liikunta uusissa soterakenteissa
Sari Kivimäki & Heidi Leppä
- 61 Liikuntäläksyt tukevat yläkoululaisten vapaa-ajan liikkumista
Mari Käöpä
- 65 Digitalisaatio muuttaa vapaa-ajan liikuntaa
Veera Ehrlén
- 68 Tuokiokuvia liikuntapsykologiasta viideltä vuosikymmenellä
Taru Lintunen
- 72 **EMERITUS IHMETTELEE** | Yhdenvertaisuuden todellisuus ja harhat
Pauli Rintala
- 73 **ARVIOITUA**
- 78 **STADION 50 VUOTTA SITTEN**
- ➡ **VERTAISARVIOIDUT TUTKIMUSARTIKKELIT**
- 80 Qatarin jalkapallon MM-kisat ja kuvanäytöksellisyys
- 91 Liikuntaseurojen muodonmuutokset

Jouko Kontulasta ihmettelee Suomen eloa ja maailmanmenoa itä-helsinkiläisen lähiön näkökulmasta. Minut keksi Lasse Lehtinen, joka kirjoitti Iltsanomissa 6.11.2017, että "sananvapauden ritari on kadun mies tai nainen, Jouko Kontulasta, jolta käydään kysymässä kaikkea maan ja taivaan väliltä".



Keskivartalon kasvun aika

Poikamiehistymisellä on monia seurauksia, kuten käytettävissä olevan ajan lisääntyminen. Sen huomasi muutettuani omilleni loppukesästä 2021. Uusi elämäntilanne johtaa usein pitkään sivuosaan jääneiden asioiden paluuseen. Niin kävi minullekin. Ostin television ja aloin katsoa sitä liki joka ilta.

Uutisia ja ajankohtaisohjelmiahan tietysti vain katson. No, oikeasti olen tiirannut enimmäkseen urheilua ja etenkin jalkapalloa, jonkin verran historiadokumentteja ja elokuvia. Kanavapujottelu lävyytti silmille myös painonpudotusohjelmat. Aiheeseen koukutti osaltaan se, että alkuvuoden 2021 kuntokuurin tuloksena pudonnut paino oli lähtenyt nousuun.

Suomalaisohjelmista seurasin *Hurjaa painonpudotusta*. Päähenkilö saa ohjelmassa ihan järkeviä neuvoja personal trainerilta, ravitsemusterapeutilta, lääkäriltä ja psykologilta. Sisältö ei itsessään ollut erityisen risova. Eniten äänessä on päähenkilö, joka korostaa elämänmuutoksen välttämättömyyttä, läheisten tuen arvoa ja tahdonvoiman merkitystä.

Ohjelman pätkivät mainokset rävyttivät silmille toisen todellisuuden. Katsojat saivat ahmia silmillään suklaata, jäätelöä, pitsaa, hampurilaisia ja lakritsia. Ruutu-äänessä on varmasti näiden tuotteiden suurkuluttajia.

Vielä mainoksia enemmän riepoi liikunnan ylikorostuminen tositeveellisessä painonpudotuksessa. Vaan ihme kös tuo. Ilman liikuntaa jaksot olisivat tylsiä. Liikunta tuo ohjelmaan toiminnallisuutta. Laskien ähellys on myös sosiaalipehmo-pornoa: miten joku voikin olla noin huonossa kunnossa. Ja sponsoriksi saadaan näin kuntosaliketju.

Omasta kokemuksestani voin sanoa, että laihtuakseen pitää liikkua hurjasti. Alkuvuoden 2021 aikana kolmas futiskenttä keskimäärin kolme tuntia päivässä sadan päivän ajan. Lisäksi hiihtelin lähes 600 kilometriä ja pelailin futismaalivahtina. Vuositasolla treenitunteja olisi kertynyt tällä tahdilla tuhat, kelpo urheilijan verran. Tahti tietysti oli rauhallisempi kuin oikeilla urheilijoilla. Kuuri vaikutti vaatekokoosi tehokkaasti, vaikka söin paljon. Paino putosi 15 prosenttia.

Jos talvi sulatti läskiä, niin suvi toi silavaa. Kun jojo lähti keskikesällä oikein kunnolla ylös, niin paino palautui

samassa ajassa kuin se oli pudonnutkin. Asumuseron alla ja sen tultua ruokaa ja oluttakin kului. Massaa on taas parin ihannepainoisen maratoonarin tarpeiksi.

Katsomistani painonpudotusohjelmista hauskimmassa *K – Kilot pois – parempi elämä?* – tunnettu norjalaistomittaja **Ronny Brede Aase** etsii keinoa saada elopainoiaan putoamaan. Aase haastattelee lukuisia asiantuntijoita, joiden neuvot ovat jopa ristiriitaisia.

Sopan suurin sattuma on kiteytys painonhallinnan päättävöitteestä: eniten terveyshyötyjä tuottaa maltillinen painonpudotus, joka jää pysyväksi. Aase itse laihtui kymmenisen kiloa, vaikka ei tehnyt mitään rajuja muutoksia. Hän alkoi syödä säännöllisemmin, vähensi naposteluaan ja vaihtoi oluen kuivaan valkoviiniin.

Aasen ohjelmasarja kiinnosti norjalaisia. Avausjakso keräsi 900 000 katsojaa. Sarja herätti paljon keskustelua ja myös arvostelua. Aase on ollut sinut kehonsa kanssa, mutta heräsi huomaamaan, miten lukuisat lihavat ovat kärsineet halveksuntaa mitä erilaisimmissa yhteyksissä.

Liikunta ei mainittavasti vaikuttanut Aasen keventymiseen. Hän tunnustautui laiskaksi liikkujaksi, jolle liikkuminen ei tuota juurikaan fiiliksiä. Tässäkin ihmiset ovat erilaisia. Monelle meistä lihavistakin liikunta antaa hyvää oloa ja tilaisuuksia yhdessäoloon. Terveysvaikutuksiakaan ei kannata väheksyä, vaikka paino ei liikkumalla kummoinen putoaisikaan.

Tosi-TV:n painonpudotusohjelmat julistavat yksilön vastuuta ja lehdet pursuavat suurilaiduttajien menestystarinoita. Julkinen paine pakottaa laihtumaan ainakin niin kauan kuin kamera käy ja otsikot leviävät. Julkisuudessa eivät näy epäonnistujat, joilla jojo on taas ponkaissut ylös.

Väestötasolla ylipainoisuutta ei kuitenkaan ratkaista yhtiöyksilökeskeisellä lähestymistavalla. Muutos lähtee ihmisestä itsestään, mutta se kaipaa usein tuekseen osavaa ohjausta. Ihminen tarvitsee työtäisyjä muuttaakseen elintapojaan. Eikä kaikilla ole mahdollista ostaa palveluita markkinahintaan.

Vaikka liikunnan lisääminen ei ole paras painonpudotuskeino, niin se soveltuu elämäntaparemontin osaksi. Liikunta- ja sotepalvelut ovat vähin erin löytäneet toi-

sensa, vaan miten ennaltaehkäisy ja liikuntaneuvonnan käy sote-uudistuksessa? Tietoisuus liikunnan vaikuttavuudesta on kasvanut lääkärikunnassa, mutta sote-myläys heittää palikat taas levälleen. Neuvonta- ja hoitoketjut venyvät ja paukkuvat.

Julkisille liikuntapalveluille uusi sote-todellisuus on yhtä aikaa mahdollisuus, mutta myös usein myös teke-mätön paikka. Etenkin pienten kuntien voimavarat ovat vähäiset. Liikunnasta vastaavat pakosta monihosaajat, jotka eivät repeä joka paikkaan. Liikuntaakin olisi edistetävä hyvinvointialueen tasolla, mutta onnistuuko se, kun viivan alle halutaan heti selvää säästöä.

Meidän liikuntamyönteisten asenteissa on paljon korjaamisen varaa. Aika moni ajattelee edelleen **Urho Kekkos**en tavoin kaikkien liikunnan estävien syiden olevan tekosyitä. Kekkoselle näin varmaan olikin, tasavallan presidentti saattoi määritellä aikataulunsa itse. Yli-innokas liikunta kuitenkin kostautui, kun vanheneva presidentti ei malttanut kuunnella kehoaan.

Kekkonen saattoi rasittaa itseään jopa sairaana, kuten nimikkohiihdossaan ”Urkin uralla” Pielavedellä talvella 1977. Vilustunut presidentti hiihti osan 35 kilometrin lenkistä pakkassäässä. Luottolääkäri **Richard Sotamaa** sai sentään välillä suostuteltua Kekkoson autokyytiin, josta hän nousi muutama kilometri ennen maalia. Loppukirin ottaessaan presidentti kaatui. Tapaus tallentui Pielaveden ja Keiteleen Sanomien toimittajan filmirullalle, mutta ei päätynyt koskaan lehteen.

Itsekin ajattelin aikoinaan, että laiskuuttahan se on, jos ei liiku. Ja vielä laiskempaa on lihoa. Oma ymmärrys vähenvän liikkumisen syistä karttui, kun ruumiillinen toimeliaisuus väheni ruuhkavuosina rutosti. Tiedon puutteeseen en ole voinut vedota. Työterveyshoitajalle tokaisin syksyllä 2021, että meikäläisessä ruumiillistuu sanonta ”suutarin lapsilla ei ole kenkiä”. Kaikki tarvittava tieto on ollut tarjolla, mutta ylipainoa on rutkasti ja kunto huono.

Mutta onhan meillä liikuntasuosituksia! Sen verran olen kontulan kulmia kiertänyt, että voin sanoa ison osan kontulalaisista vähät välittävän suosituksista. Ilmiö ei ole yksin itähelsinkiläinen, vaan maan- ja maailmanlaajuinen.

Jos liikunnan harrastaminen on osa identiteettiä, niin yhtä lailla harrastamattomuus voi olla sitä. **Kati Kaura-vaaran** vähän liikkuvia nuorten miehiä käsittelevä väitöskirja *Mitä sitten, jos ei liikuta?* osoitti, että kone- ja metallialaa opiskelevien nuorten miesten tärkeysjärjestyksessä liikunta ei korkealle noussut. Vähäinen liikunta on heille mielekäs valinta. Aikaa jää muuhun touhuamiseen ja vaikka laiskotteluun.

Vähän liikkuvat näyttävät ”liikkumattomuuskeskustelussa” korostetusti yhteiskunnallisena kulueränä, jonka aiheuttavat kustannukset koituvat hyväkuntoisten kansalaisten maksettaviksi. Moralisoiva sävy puree niukasti liikkuviin yhtä huonosti kuin vanhan ajan päihdevalistus juoppoihin. Liikkumiseen vaikuttavat monimutkaiset mekanismit, joiden ymmärrystä voi laajentaa yhteiskunta- ja käyttäytymistieteellinen tutkimus. Sen asema näyttää kuitenkin heikentyvän. Jyväskylän liikunnalla alan professorien määrä on kutistunut, mikä vaikuttaa väistämättä myös tutkimukseen.

Kuka sitten voisi liikauttaa vähän liikkuvia? Urheiluseurako? Vähän liikkuvan on vaikea mennä mukaan urheiluseurojen toimintaan tai ylipäätään liikuntaryhmiin. Itselläni on kokemusta kahden futsiseuran (FC Kontu ja HPS) lajia aiemmin harrastamattomille aikuisille tarjoamasta toiminnasta. Syrjäsilmiällä seurasin muutama vuosi sitten Viipurin Urheilijoiden järjestämää yleisurheilukoulua.

Aikuisten futis- tai urheilukouluissa ei ole mitään moitittavaa. Homma on toteutettu hyvin. Vaan ketä kouluihin tulee? Lähes poikkeuksetta liikuntaoppia janoavat ovat seuroissa harrastavien lasten liikunnallisia vanhempia, joiden on helppo tutustua uuteen lajiin. Ja vaikka osalla on reilusti kiloja, niin heillä on myös aikaisempaa liikuntaustausta. Liikunnassa ja varsinkin ohjatussa harjoittelunsa on omat koodinsa, joiden vaikeuttavat ummikun mukaan pääsyä. ♦

Jouko Kokkonen

⇒ Kilot pois – parempi elämä? <https://areena.yle.fi/1-50865439>

⇒ Siw Ellen Jakobsen, Ikke snakk stygt om andres kropp, forskning.no 25.12.2021 <https://forskning.no/overvekt-samfunn/ikke-snakk-stygt-om-andres-kropp/1949663>

IN MEMORIAM: KALEVI HEINILÄ

Suomalaisen liikuntatieteen tienraivaaja on poissa

KALEVI HEINILÄ, MERKITÄVÄ SUOMALAISEN LIIKUNTATUTKIMUKSEN ja -opetuksen pioneeri ja myös maamme liikuntakulttuurin syvälinen uudistaja, nukkui pois heinäkuun viimeisenä lauantaina. Hän oli puoli vuotta aiemmin täyttänyt 98 vuotta. Kotona loppuun asti pärjänneen miehen poislähtö tapahtui varsin nopeasti, sillä aivoinfarkti vei matkan päätökseen reilussa viikossa ensioireesta.

Heinilä syntyi ja kasvoi Salossa. Aktiivisuus ja toimeliaisuus olivat jo varhain hänen keskeisiä piirteitään, eikä ollut yllättävää, että hän hakeutui alueen muiden poikien mukana myös urheilun pariin. Kalen päälajeiksi valikoituvat keihäänheitto ja pesäpallo.

Sotavuodet osuivat hänen teinivuosiansa lopulle. Vaikka Salo oli kaukana etulinjasta, tulivat sielläkin vihollisen toimet tutuiksi. Yhtenä muistonaan hän kertoi olleensa sammuttamassa pommituksessa syttyneitä oman koulunsa tulpaloa. Heinilä ehti myös rintamalle ja yletä kapteeniksi. Itse hän on kirjoittanut, että *”monien sotakokemuksiin verrattuna pääsin pelkällä säikähdyksellä. Sain tietysti kokea sodan melskettäkin, mutta kertaakaan en joutunut tilanteeseen, jossa nuoren miehen kantin kestävyys olisi joutunut tosi koetteelle.”*

Sodan jälkeen Heinilä kouluttautui voimistelunopettajaksi. Valmistumisensa ja pienen työrupeaman jälkeen hän jatkoi opiskelua Helsingin yliopiston valtiotieteellisessä tiedekunnassa. Stipendiaattuina Yhdysvalloissa viitoitti tietä yliopistouralle. Yhdysvalloissa hän opiskeli sosiologiaa **Herbert Blumerin** johdolla tuoden palatessaan Suomeen muun muassa symbolisen interaktionismin virikkeitä. Heinilä väitteli 1959 Helsingin yliopistossa aiheesta *”Vapaa-aika ja urheilu”*.

Liikuntatieteellinen korkeakoulutus otti ensiaskeleitaan Jyväskylässä 1960-luvun alkupuolella. Nuori tohtori Heinilä aloitti vuonna 1965 maan ensimmäisenä liikuntapedagogiikan professorina. Hän kantoi päävastuun liikuntatieteellisen tiedekunnan toiminnan käynnistämisestä ja linjaamisesta. Samalla hän loi suuntaviivoja maan liikuntakulttuurille. Sittemmin hänestä tuli maan ensimmäinen liikuntasosiologian professori. Uransa aikana Heinilä työskenteli muun



Kuva: Jussi Heinilä

muassa myös tiedekunnan dekaanina ja Jyväskylän yliopiston rehtorina. Heinilä oli aktiivinen toimija myös monissa järjestöissä. Hän oli esimerkiksi yksi kansainvälisen liikuntasosiologien tiedejärjestön, nykyisen ISSA:n, perustajajäsenistä.

Esitettyä taustaa vasten ei ole yllättävää, että Kalevi Heinilä on ollut merkittävä hahmo ja toimija myös Liikuntatieteellisessä Seurassa. Seuran historian kuvauksissa hänen nimensä esiintyy tiuhaan. Heinilä toimi muun muassa seuran hallituksen jäsenenä, varapuheenjohtajana, puheenjohtajana, pääsihteerinä ja myöhemmin myös neuvottelukunnan jäsenenä. Hän

oli myös seuran kunniajäsen.

Heinilä on kansainvälisesti yksi tunnetuimmista ja arvostetuimmista liikuntatutkijoistamme. Hänen laaja ja monipuolinen tutkimustyönsä käsitteli eri näkökulmista urheiluun ja liikuntaa liittyviä kysymyksiä. Heinilä oli myös aktiivinen ja rohkea yhteiskunnallinen keskustelijä. Hän on itse kuvannut joutuneensa monesti ja monessa asiassa kulkemaan vastavirtaan. Tuossa roolissa hän oli ihailtavan rohkea, järkähtämätön ja suoraselkäinen. Hänellä oli poikkeuksellinen kyky tarkastella yhteiskuntaa ja nähdä, mitä seurauksia eri kehityskuluista on tulossa. Vuonna 2019 Kalevi Heinilä nimettiin ansioidensa perusteella Suomen Urheilun Hall of Fameen.

Yksi Kalevin pitkän iän salaisuuksista oli säännöllinen kuntoilu. Pyöräily, tennis, jumppa, soutulaite ja hiihto olivat hänen lajejaan viimehetkiin asti. Vapaa-ajallaan Heinilä oli mainio seuramies, joka tosin viihtyi myös yksikseen etenkin Asikkalan mökillään, jossa saattoi muun muassa kalastaa ja hoitaa puutarhaa.

Kalen monet aikalaiset ovat jo poistuneet keskuudestamme, mutta häntä jäi entisten työkavereiden, kollegoiden ja lukuisten ystävien lisäksi kaipaamaan neljä lasta, 11 lastenlasta ja kuusi lastenlapsenlasta.

PASI KOSKI

Kirjoittaja on Kalevi Heinilän oppilas, ystävä ja työtoveri

➔ Kalevi Heinilä. 2020. Liikunta- ja yliopistoura kriittisenä haasteena. www.lts.fi/lts/liikunta-ja-yliopistoura-kriittisenaa-haasteena.html



Kuva: Antero Aaltonen

Soveltavan liikunnan päivillä esillä liikkujien kokemukset

SOVELTAVAN LIIKUNNAN PARISSA toimivia kokoontui elokuun lopussa Helsinkiin ammattikorkeakoulu Metropolian kampukselle. Neljän vuoden välein järjestettävien SOVELLI-päivien teemana oli ”Ei mitään meistä ilman meitä – Inget om oss utan oss”. Pääroolissa olivat liikkujat ja heidän kokemuksensa soveltavasta liikunnasta.

Pääpuhujina olivat professori PhD. **Tom Shakespeare** (London School of Hygiene and Tropical Medicine), tutkimuspäällikkö **Aija Saari** (Paralympiakomitea), johtaja, PhD. **Anjali Forber-Pratt** (National Rehabilitation Institute on Disability, Independent Living, and Rehabilitation Research) ja kehittämisspäällikkö **Sari Kivimäki** Liikkuva aikuinen -ohjelma (Jyväskylän Ammattikorkeakoulu). Työpajojen teemoina olivat soveltava sirkus, soveltava seikkailukasvatus, kuntien erityisliikunnanohjaajille suunnattu keskustelu, urheilijoiden taito- ja esteettömän tilan suunnittelu ja Move! -mittausten soveltaminen käytännössä.



Kansallinen liikuntafoorumi Kouvossa

KAHDEKSANNEN KANSALLISEN LIIKUNTAFOORUMIN teemana on *Paluu tulevaisuuteen*. Foorumi järjestetään 31.10–1.11.2022 Kouvossa.

Koronapandemia on vahvistanut ilmiöitä, jotka olivat pinnalla jo ennen koronaa, kuten ulkoilun ja luontoliikunnan suosiota, etätöiden tekemistä ja digitalisaatiota. Vuosi 2022 on tuonut uusia yllätyksiä, joista suurin on Venäjän hyökkäys Ukrainaan geo- ja talouspoliittisine vaikutuksineen. Paluuta vanhaan ei ole luvassa, vaan edessä on tuntematon tulevaisuus.

Liikuntafoorumissa käsitellään muun muassa muutosta ja sen vastuullista johtamista, ulkoilua, 2020-luvun seuratoimintaa, digitalisaatiota ja ilmastonmuutosta. Esillä on myös liikunnan poikkiallinen edistäminen. Liikuntafoorumiin voi ilmoittautua 30.9.2022 saakka.

⇒ <https://www.liikuntaneuvosto.fi/tapahtuma/8-kansallinen-liikuntafoorumi/>



Urheiluopistosäätiö

Urheiluopistosäätiö 70-vuotias

URHEILUOPISTOSÄÄTIÖ JUHLI 70-VUOTISTAIVALTAAN järjestämällä seminaarin Olympiastadionilla. Suomen Olympiakomitean puheenjohtaja **Jan Vapaavuori** käsitteli puheenvuorossaan liian vähäisen liikkumisen yksilökohtaisia ja yhteiskunnallisia vaikutuksia. Vapaavuori kertoi Olympiakomitean nostaneen yhdeksi kärkitavoitteekseen liikkeen lisäämisen:

– Meidän tulee jollain tavoin onnistua tavoittamaan ne, jotka eivät liiku.

Rehillisesti sanoen en tarkalleen tiedä millaisin keinoin tässä onnistumme, mutta lupamme yrittää parhaamme.

Aiheesta käytyyn paneelikeskustelun osallistivat Vapaavuoren lisäksi Koripalloliiton päävalmentaja **Henrik Dettmann**, Paralympiakomitean pääsihteeri **Riikka Juntunen** ja Palloliiton naisten jalkapallon kehittämisspäällikkö **Heidi Pihlaja**. Keskustelijat näkivät tilanteen jopa hankalammaksi ja synkemmäksi kuin mitä sen kuvitellaan olevan. Erityistä huolta he kantoivat niistä lapsista ja nuorista, joita seura- tai harrastustoiminnalla ei tavoiteta.

Keskustelijoiden mielestä kodin ja varhaiskasvatuksen rooli on liikkumisen kannalta merkittävä. Myös kaupunkien, toimivien palveluiden sekä teknologian hyödyntämisen tärkeys nousi esiin.

Urheiluopistosäätiön perustaminen liittyi kamppailuun vallasta Työväen Urheiluliitosta. Sosiaalidemokraatit säätiöivät Pajulahden urheiluopiston omistuksen, jotta kommunistit eivät saisi opistoa hallintaansa päästessään mahdollisesti valtaan TUL:ssa. Kun TUL hajosi, niin Pajulahti jäi oikeistososiaalidemokraattien perustaman Työväen Urheiluseurojen Keskusliiton käyttöön.

Urheiluopistosäätiö omistaa Nastolassa sijaitsevan Liikuntakeskus Pajulahden. Säätiö jakaa vuosittain apurahoja lajiliitoille, seuroille ja yksittäisille urheilijoille sekä liikuntatieteelliseen tutkimukseen. Vuoden 2022 apurahabudjetti on yhteensä 500 000 euroa.

⇒ www.urheiluopistosaaatio.fi

Super-cupissa kuvailutulkkauksen näkörajoitteisille

EUROOPAN JALKAPALLOLIITTO UEFA järjesti elokuussa Helsingissä pelatussa Super Cupin ottelussa Real Madrid–Eintracht Frankfurt näkörajoitteisille suunnatun kuvailutulkkaus-tilaisuuden. Tulkki välittää kuvailutulkkausnäkövammaiselle sanallisesti informaatiota näkemästään mahdollisimman objektiivisesti. Tulkki ei arvota, analysoi tai kerro omia näkemyksiään.

Käyttäjä saa kuulokkeisiinsa reaaliaikaisen kuvailevan selostuksen, jonka avulla hän voi hahmottaa missä pallo on, ja mitä pelissä tapahtuu. Tärkeää on myös pelaajan ja pelin suunnanmuutoksista kertominen. Näin näkörajoitteinen käyttäjä voi nauttia pelistä stadionin missä tahansa osassa – halutessaan vaikka keskellä fanikatsomoa.

Suomessa kuvailutulkkaus on urheilussa vielä suhteellisen uusi palvelu, joten ottelua varten tarvittavat suomenkieliset kuvailutulkkaukset piti kouluttaa erikseen. Kuvailutulkkaus on kokeiltu jääkiekkoliigassa. Suurista jalkapallosarjoista kaikki Bundesliiga- ja valioliigapelit kuvailutulkataan.

Koulutukseen osallistui neljä henkilöä. Heistä kaksi, **Eetu Julin** ja **Petri Pyysing**, toimivat kuvailutulkkauksena Super Cupissa. He hoitivat tehtävän parina. Julinin mukaan kuvailutulkkaus oli ajoittain vaikeuksia pysyä pelin mukana ja löytää oikeat sanat kuvaamaan tilannetta.

– Tilanteet vaihtuvat nopeasti, joten reaktioaika on hyvin lyhyt. Myös tietynlainen varmuus sekä tasaisuus tulevat



Petri Pyysing (vas.) ja Eetu Julin Super-cupin jälkitunnelmissa. Kuva: Suomen Palloliitto

vasta kokemuksen myötä. Lisäksi oli haastavaa pysytellä erossa tavallisesta selostuksesta, joka ei palvele juurikaan näkörajoitteisia katsojia. Kuvailutulkkaus on jatkuvaa tasapainottelua informatiivisuuden ja viihdyttävyyden välillä. Me toimimme katsojien silminä ja samaan aikaan pyrimme kommentoimaan ottelua viihdyttävästi.

Näkörajoitteisilta futisfaneilta saatu palaute oli pääosin myönteistä. Tulevaisuudessa kuvailutulkkaus on tarkoitus jatkaa ainakin maaotteluissa sekä myöhemmin mahdollisesti pääsarjatasolla.



Pohjoismaat etsivät yhdessä keinoja lisätä liikkumista

THE NORDIC COUNTRIES ON THE MOVE – TOGETHER on ensimmäinen laajasti liikkumista ja sen edistämistä Pohjoismaissa käsittelevä yhteis pohjoismainen kongressi. Suomesta kongressin suunnitteluun ovat osallistuneet opetus- ja kulttuuriministeriö sekä UKK-instituutti.

Maksuton tapahtuma toteutetaan 27. lokakuuta webinaarina. Tavoitteena on jakaa hyviä käytäntöjä ja kartoittaa yhteistyömahdollisuuksia.

⇒ www.lts.fi/tapahtumat/the-nordic-countries-on-the-move-together.html



Näyttöön perustuvaa tietoa tarjolla huippu-urheilusta

EVIDENCE-BASED PRACTICES FOR ELITE SPORT -SYMPOSIUMI järjestetään Jyväskylän yliopistossa 2.–4.11.2022. Järjestelyistä vastaa liikuntatieteellinen tiedekunta yhteistyössä KIHUn kanssa.

Symposiumin ohjelma koostuu pohjoismaisten tutkijoiden esityksistä. Ohjelma tarjoaa näyttöön perustuvaa tietoa tutkijoille, päätöksentekijöille, yrityksille ja yrittäjille, urheilu- ja kuntovalmentajille, personal trainereille, kouluttajille, urheilijoille ja kuntoilijoille.

⇒ www.jyu.fi/sport/en/research/congresses/ebps

Terveysliikuntapäivien aiheena väestötutkimukset

UUODEN 2022 TERVEYSLIKUNTAPÄIVÄT järjestetään 12.–13.10. UKK-instituutissa Tampereella. Päivät käsittelevät liikkumisen väestötutkimuksia, joita on tehty Suomessa noin puoli vuosisataa.

Mihin väestötutkimuksia tarvitaan? Mitä kerätyllä tiedolla tehdään? Päivillään pohditaan myös vähän liikkuvia mahdollisesti yhdistäviä tekijöitä. Tapahtumaan voi osallistua myös verkon välityksellä.

⇒ ukkinstituutti.fi/palvelut/koulutus/terveysliikuntapaivat

32. Terveysliikuntapäivät

Väestötutkimusten karu viesti
– lisää liikettä kenelle?



Muulla sanottua

Liikuntapaikkoja löytyy. Juniorit pääsevät harastamaan, yksilöurheilijat kilpailemaan ja liikkujat liikkumaan iästä riippumatta. Myös esteettömyyteen kiinnitetään jatkuvasti enemmän huomiota.

Kalle Punto, Liikunnan ammattilainen 2/2022

Lahdessa erityisryhmien kuntosalivuorot on järjestetty mäkimontun kuntosalille, jonka ovesta ja luiskasta ei kaikilla apuvälineillä pääse sisälle – ei edes silloin, kun paikalla on useampia avustajia.

Saija Granlund, IT 5/2022

”Helppo virhe”, ”tuomarivirhe”, ”amatöörimäinen moka”, ”lapsus”- ja kruununa onnistumisen ”ei erehtynyt”... Kaikki nämä voisi vain lopettaa urheilua arvioidessa ilmaisuna ja hyväksyä suoritusten virran, jossa tapahtuu kaikenlaista.

Janne Erikäinen, @J_Erikainen, twitter 9.8.2022

Muistaako joku minkälainen tapahtuma Veikkausliigan jalkapallo-ottelu oli reilu kaksikymmentä vuotta sitten? Jos ei, niin kannattaa mennä matsiin mahdollisimman pian. Muutos on aika marginaalinen. Vain olosuhteet ovat parantuneet.

Ilja Venäläinen, @iljavenalainen, twitter 14.8.2022

Pelaaja Ida, 11 vuotta, keskustellessamme kaiken maailman asioista: ”Joskus pojat ovat liian yksinkertaisia, ja tytöt liian monimutkaisia.”

Santtu Luoto Facebook 15.8.2022.

Sulle mä neuvon samaa, älä mieli kun mene vaan. Ei se tarkoita sataa kilsaa, pari askeltakin jo jeesaa.

Antti Tuisku, Pään takii, 2021



Tyhmä tiedekysymys

Osaako mies liikkua muutenkin kuin hampaat irvessä?

LYHYESTI: KYLLÄ OSAA! Itse asiassa varsinkin aktiivisesti liikkuvat miehet ovat erinomaisen osaavia löytämään liikkumiselleen monenlaisia merkityksiä. He löytävät liikkumisestaan ja urheilemisestaankin elämyksiä sisältäviä, identiteettiään rakentavia, yhteisöllisyyttä vahvistavia ja toimijuutta lisääviä kokemuksia.

Käsitys ei kuitenkaan ole tuulesta temmattu, sillä liikuntakulttuurimme on viimeisten vuosikymmenten aikana muuttunut suoritus- ja kilpaurheilua suosivasta terveystuokuntaa ja jopa kokemuksellista liikuntaa arvostaviin suuntiin.

Myös miehisyydet ovat muuttuneet. Perinteisen (traditionaalisen) ja vallitsevan (hegemonisen) miehisyyden rinnalle ovat nousseet neuvotteleva (ambivalentti) ja myös vaihtoehtoinen (marginaalinen) miehisyydet.

Yksittäisellä miehellä on siis nyt suuremmat mahdollisuudet valita itselleen sopiva miehisyydet. Kaikki eivät halua ja kaikkien ei todellakaan tarvitse liikkua hampaat irvessä.

Tärkeintä lienee se, että miehet ja miesten elämä on erilaista kuin ennen. Miehillä odotetaan ja he odottavat itsekin itseltään monenlaisia rooleja, jotka ovat luoneet uusia mahdollisuuksia liikkumiseen. Mies liikkuu nykyään puolisonsa, lastensa, naapureidensa ja erilaisten kaveripiirien kanssa. Hampaat irvessä liikkuva mies ei voisi sellaista tehdä.

Itse en kuitenkaan tuomitsisi myöskään hampaat irvessä liikkuvaa miestä. Kyllä tavoitteellisuus, kilpailullisuus ja suorituskeskeisyys ovat aivan hyviä ja kellollisia syitä liikkumiseen.

ARTO TIIHONEN, FT

liikuntasosiologi
arto@artotiihonen.fi

LUKIJAN SANA

Liikunta & Tiede julkaisee palstalla tarvittaessa lukijoidensa mielipidekirjoituksia ajankohtaisista aiheista. Toimitus voi lyhentää ja muokata tekstejä.

Tahko-kirjan taustoista

VUONNA 1979 PERUSTETUSSA TAHKO PIHKALA -SEURASSA heräsi 2010-luvulla ajatus Tahkon elämän ja taustojen selvittämisestä uudelleen ja niiden saattamisesta tämän päivän liikuntatieteilijöiden ja -johtajien sekä tavallisten liikkujien käyttöön. Kävimme vierailulla useissa järjestöissä ja organisaatioissa, joiden kanssa Tahko aikoinaan työskenteli. Ideaan uudesta Tahko-kirjasta suhtauduttiin hyvin innostuneesti. Erityisesti professori **Kalevi Heinilän** sanat vakuuttivat meidät: "*Tahkon sanoma on edelleen ajankohtainen. Vähättelijöitä on syytä oikaista*".

Halusimme Tahkon elämäkerran, joka tiivistäisi hänen tärkeimmät elämänvaiheensa ja oppinsa noin 300 sivuun. Kirjoittajaksi löysimme tunnetun tietokirjailijan, urheilumiehen ja toimittajan, FT **Kalle Virtapohjan**, jonka kanssa aloitimme työskentelyn reilut neljä vuotta sitten. Tahko Pihkala -seurasta tuli kirjan tilaaja ja Docendosta kustantaja. Kokouksissamme kuulumme paljon aikalaisten omakohtaisia tarinoita Tahkosta. Halusimme kirjaan mahdollisimman monipuolisesti ja avoimesti tekstiä Lauri Pihkalan innovaatioista, tekemisistä ja kohtaamista vaikeuksistaikin, emme vain hauskoja tarinoita. Tietysti toivoimme myös näkökulmia ja nostoja, jotka toisivat lukijoille uutta tietoa Tahkosta. Ja niitä saimme, kiitos Kallen!

Me Tahko Pihkala -seuran jäsenet tietysti tunnemme yhdistyksemme nimihenkilön ja arvostamme hänen työtään. Olimme kuitenkin valmistautuneet lukemaan tulevasta elämäkertateoksesta myös hänen negatiivisista puolistaan. Kirjasta niitä ei paljoa löydy. Sitä vastoin Liikunta & Tiede -lehden palstoilla esiintynyt **Erkki Vettenniemi** tuntuu löytävän niitä enemmänkin. Hänen vähättelevä ja jopa ivallinen kirja-arvostelunsa tuntui kohdistuvan monelta osin kirjailijaan Kalle Virtapohjaan ja toisaalta kirjan kohteeseen Lauri Pihkalaan.

Vettenniemi kritisoi mm. sitä, että Virtapohja on viime vuosina kirjoittanut suuren määrän laajoja tietokirjoja ja että kirja olisi syntynyt kiireessä. Tahko-kirja syntyi useiden vuosien ponnistuksen tuloksena. Se näkyy mm. kirjan viitemäärässä, joita on 455. Kattaakseen Tahkon koko monivaiteisen ja pitkän elämän sekä kaikki hänen oppinsa ja ajatuksensa, elämäkerran olisi täytynyt olla yli tuhatsivuinen. Jättikirjan painattaminen ja myyminen ei olisi ollut järkevää eikä taloudellisesti edes mahdollista.

Kirjan tavoite on tarjota hyötyä lukijoilleen, mutta myös kirjoittaa historiaa ja luoda Tahkosta rehellinen kuva. Nämä ovat vaikuttaneet siihen, mitä asioita on valikoitunut tarkasteltavaksi. Siksi kirjassa käsitellään myös mielipiteitä, joista Tahko on tunnettu ja jotka ovat olleet ajalleen ominaisia, mutta jotka nykyajasta katsottuna ovat jopa vääriä. Kirjasta löytyvät asiantuntijoiden tekstit tukevat omalta osaltaan Kalle Virtapohjan luomaa Tahko-elämäkertaa. Lähes jokaisella heistä on ollut vahva, omakohtainen side kirjan päähenkilöön.

Syntyneen Tahko Pihkala -kirjan budjetti pohjautuu kokonaisuudessaan kirjan myyntiin, ei saatuihin avustuksiin. Pienen seuran toiminta ei sen kustannuksia kata. Arvioitsija Vettenniemi puhui suuresta määrästä sponsoreita ja rahoittajia. Sellaisia meillä ei ollut. Sen sijaan Tahkon elämäntyötä arvostavat tahot sitoutuivat etukäteen ostamaan kirjaa normaaliilla hinnalla. Olemme siitä kiitollisia. Siinä ei pitäisi olla mitään kadehtimisen sijaa. Vähintään yhtä arvokasta on ollut monien seuran jäsenten talkootöinä tekemä kirjan myyminen. Jo heti ensimmäisen kuukauden aikana yksinomaan seura myi teosta yli tuhat kappaletta. Toinen painos valmistunut. Kulut tulevat katettua.

TUOMO JANTUNEN

liikuntaneuvos
Tahko Pihkala -seuran puheenjohtaja

Väitösuutiset

Hyvä itsetunto ja urasopeutuvuustaidot tukevat urheilulukiolaisten urakehitystä

LitM Aku Nikander tutki urheilulukiolaisten uramuodostusta urasopeutuvuustaitojen avulla sekä arvioimalla yksilöllisiä ja ympäristöön liittyviä tekijöitä näiden taitojen ennustajina. Tutkimuksen perusteella urasopeutuvuustaidot ovat suhteellisen pysyviä. Itsetunto sekä urasopeutuvuustaidot ovat positiivisesti yhteydessä toisiinsa, ja miehillä on näissä naisia korkeampi taso. Myös urheilulukiolaisten ja heidän äitiensä menestysodotukset ovat yhteydessä korkeampiin urasopeutuvuustaitoihin. Ympäristön organisaatiokulttuuri vaikuttaa urheilulukiolaisiin usein siten, että he priorisoivat mieluummin urheilua kuin koulutusta.

Aku Nikanderin psykologian väitöskirja "Adolescent student-athletes' dual career adaptability: The role of individual and environmental factors" tarkastettiin Jyväskylän yliopistossa 19.8.2022. Väitöskirjan verkkoversio: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9341-2>

Sepelvaltimotauti ei estä liikkumista kylmässä

TtM Rasmus Valtonen tutki väitöskirjassaan sepelvaltimotautipotilaiden sydän- ja verisuonivasteita liikkuttaessa kylmässä ympäristössä. Valtonen havaitsi, että kylmässä toteutettu kohtuukuormitteinen dynaaminen ja staattinen liikunta lisäävät sepelvaltimotautipotilaan sydämen työmäärää noin

20 prosenttia verrattuna liikuntaan lämpimässä. Tästä huolimatta tutkimuksessa ei havaittu merkkejä sydänlihaksen hapenpuutteesta tai muita haitallisia EKG-muutoksia. Tulokset viittaavat siihen, että stabiilit sepelvaltimotautipotilaat todennäköisesti hyötyvät ympärivuotisesta dynaamisesta liikunnasta.

Rasmus Valtosen lääketieteen väitöskirja "Cardiovascular responses to cold and exercise in patients with coronary artery disease" tarkastettiin Oulun yliopistossa 12.8.2022. Väitöskirjan verkkoversio: jultika oulu.fi/Record/isbn978-952-62-3352-9

Aktivoiva alkuverryttely ehkäisee liikuntavammoja lasten jalkapallossa

Sekä äkilliset liikuntavammat että rasitusvammat ovat yleisiä lasten jalkapalloharrastuksessa. LL **Matias Hilska** havaitsi väitöstutkimuksessaan, että merkittävä määrä ilman kontaktia sattuvista alaraajavammoista voidaan ehkäistä hermo-lihasjärjestelmää aktivoivan alkuverryttelyn avulla. Suurin vammoilta suojaava vaikutus saavutetaan harjoittelemalla säännöllisesti 2–3 kertaa viikossa.

Matias Hilskan liikuntalääketieteen väitöskirja "Prevention of Lower Extremity Injuries in Children's Football" tarkastettiin Tampereen yliopistossa 2.7.2022. Väitöskirjan verkkoversio: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-2477-3>

Toistuvat painonpudotusyritykset eivät takaa parasta lopputulosta

MSc **Faranak Halal** tutki painonpudotushistorian yhteyttä syömiskäyttäytymisen eri piirteisiin sekä lihavuuteen liittyviin terveyden riskitekijöihin. Lisäksi hän tarkasteli painonhallintaan motivoivia ja vaikeuttavia tekijöitä sekä yleisimmin käytettyjä keinoja painotavoitteiden saavuttamiseksi. Tulokset osoittavat, että toistuvia painonpudotusyrityksiä tulisi välttää. Ne voivat vaikuttaa epäedullisesti syömiskäyttäytymiseen sekä kehon painoon ja aineenvaihduntaan. Painonpudotuksen vaikutukset voivat jäädä heikommiksi etenkin niillä, joilla on ollut elämänsä aikana toistuvia painonpudotusyrityksiä.

Faranak Halalin ravitsemustieteen väitöskirja "Weight management and its behavioral, psychological, and metabolic features among Finnish adults: with special reference to weight loss history" tarkastettiin 3.6.2022 Itä-Suomen yliopistossa. Väitöskirjan verkkoversio: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-4559-4>

Liikuntäläksyt tukevat yläkoululaisten vapaa-ajan liikkumista

Liikunnasta ei ole ollut tapana antaa kotitehtäviä, mutta oppilaiden mielestä läksyt sopivat liikuntaan siinä missä muihin oppiaineisiin. KM, LitM **Mari Kääpä** tutki väitöskirjassaan yläasteikäisten tyttöjen koulupäivän jälkeistä liikkumista ja koululiikunnan osana tehtäviä liikunnallisia kotitehtäviä. Tulosten mukaan liikuntäläksyt ovat oiva keino lisätä nuorten liikkumista. Erityisesti hauskat tehtävät olivat oppilaiden mieleen.

Mari Kääpän liikuntapedagogiikan väitöskirjan "Understanding and Promoting Physical Activity among Finnish Adolescent Girls The Role of Active Physical Education Homework" tarkastettiin 28.5.2022 Jyväskylän yliopistossa. Väitöskirjan verkkoversio: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9154-8>

Valmentaja vaikuttaa ilmapiirillä huippu-urheilijan toiminnallisiin tunnetiloihin

LitM **Saara Haapasen** väitöstutkimuksen perusteella valmentajan luomalla autonomiaa tukevalla ilmapiirillä on positiivinen vaikutus huippu-urheilijan toiminnallisiin tunnetiloihin. Haapainen tarkasteli väitöstutkimuksessaan urheilijan tunnetiloihin vaikuttavien sosiaalisten, ympäristöllisten ja yksilöllisten tekijöiden välistä suhdetta kahdessa urheilijajoukossa Suomessa ja Pohjois-Amerikassa. Mukana tutkimuksessa oli yli 700 huippu-urheilijaa.

Saara Haapasen liikuntapsykologian väitöskirjan "Cross-cultural study of social environmental and individual antecedents of psychobiosocial states in high-level Finnish and North American athletes" tarkastettiin 27.5.2022 Jyväskylän yliopistossa. Väitöskirjan verkkoversio: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9311-5>

Fyysinen aktiivisuus parantaa keski-ikäisten naisten hyvinvointia vaihdevuosina

Keski-ikässä vaihdevuodet selittävät osaltaan naisten fyysisen toimintakyvyn ja mielen hyvinvoinnin vaihteluita. M.Sc. **Dmitriy Bondarev** selvitti keski-ikäisten naisten fyysisistä suorituskykyä ja mielen hyvinvointia suhteessa vaihdevuosien vaiheeseen sekä fyysisen aktiivisuuden roolia näiden välisissä suhteissa. Tulosten perusteella korkea fyysinen aktiivisuus liittyy vähäisempään masentuneisuuden tuntemuksiin ja runsaampaan myönteiseen hyvinvointiin riippumatta vaihdevuosien vaiheesta.

Dmitriy Bondarevin gerontologian ja kansanterveyden väitöskirja "Role of physical activity in the links between menopausal status, physical performance and mental well-being" tarkastettiin 20.5.2022 Jyväskylän yliopistossa. Väitöskirjan verkkoversio: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9139-5>

Seuraava
Liikunta & Tiede
ilmestyy marraskuussa.
Teema:
Liikuntalääketiede

*Liikunnan
mahdollisuuksista
on käytetty
komissaari
Jutta Urpilaisen
mukaan
kansainvälisissä
kumppanuuksissa
vasta osa.*

Komissaari Jutta Urpilainen:

**”Liikunta ja urheilu
yhdistävät ihmisiä
ainutlaatuisesti”**

PAROLE DES NATIONS

EUROOPAN UNIONIN KANSAINVÄLISISTÄ kumppanuuksista vastaava komissaari Urpilainen sanoo, että liikunnan ja urheilun potentiaali osana kansainvälisiä kumppanuuksia on tiedostettu. Hän näkee, että alueella on kuitenkin paljon käyttämättömiä mahdollisuuksia.

– Osittain tämä johtuu ehkä siitä, että urheilu ylipäätään on suhteellisen nuori EU-politiikan osa-alue: ennen vuotta 2009 EU:lla ei ollut urheiluasioihin minkäänlaista toimivaltaa. Vasta Lissabonin sopimuksen myötä jäsenmaat antoivat unionille niin sanotun täydentävän toimivallan, mikä tarkoittaa, EU:n toimet voivat täydentää ja tukea jäsenmaiden omaa urheilu- ja liikuntapolitiikkaa.

YK on Urpilaisen mukaan hyödynnänyt pitempään liikuntaa ja urheilua järjestelmällisesti kestävästä kehityksen edistämiseksi. EU on toteuttanut YK-järjestöjen kanssa yksittäisiä projekteja, joissa liikunnalla on ollut keskeinen rooli.

– Esimerkiksi Nigeriassa meillä on YK:n kehitysohjelman kanssa projekti, jossa pakolaisleireillä asuville, radikaalisuoritusvaarassa oleville nuorille sekä pakolaisleirejä ympäröivien yhteisöjen nuorille on alettu järjestää yhteisiä jalkapallokerhoja ja turnauksia.

Ajatuksena on tarjota mielekästä vapaa-ajan tekemistä, tuoda nuoret yhteen, hälventää ennakkoluuloja ja vahvistaa osallisuuden kokemuksia. Urpilainen sanoo valinneensa nuoret yhdeksi työnsä painopisteistä. Perusteena on yksinkertaisesti se, että monien kumppanimaiden väestö on hyvin nuorta. Nuorten mahdollisuudet löytyä paikansa yhteiskunnassa ja heidän tulevaisuudennäköalansa ovat hänen mukaansa kumppanimaille suoranaisten kohtalonkysymys.

– Urheilun ja liikunnan käyttäminen rauhanrakentamiseen ja yhteiskuntien eheyden lisäämiseen onkin tästä syystä erityisen kiinnostavaa.

Kestävällä kehityksellä yhteys liikkumiseen

Kestävästä kehityksen kysymysten merkitys korostuu yhä enemmän liikunnassa ja urheilussa. Yhteiskuntien modernisoituessa liikkumisen määrä vähenee maailmanlaajuisesti. Tämä korostaa esimerkiksi yhdyskuntasuunnittelun keinojen merkitystä, kun liikkumisen määrää yritetään lisätä. Urpilainen muistuttaa, että EU on sitoutunut edistämään YK:n kestävästä kehityksen Agenda2030-tavoitteita.

– Kaikkia ulkosuhdetoimiamme myös arvioidaan kestävästä kehityksen tavoitteita vasten. Jotta kehitys olisi aidosti

Jutta Urpilainen vieraili Senegalin pääkaupungissa Dakarissa helmikuussa 2022, kun maa oli juuri voittanut jalkapallon Afrikan mestaruuden. Urpilainen sai juhlahumun keskellä ihasteltavakseen mestaruuspokaalin.

kestävää ja vakaata, on samanaikaisesti kiinnitettävä huomiota kestävyiden kaikkiin ulottuvuuksiin – sosiaaliseen, ympäristölliseen ja taloudelliseen kestävyys.

EU pyrkiikin kehitysyhteistyöprojekteissaan ja ohjelmissaan arvioimaan vaikutuksia suunnittelussa, toteutuksessa ja jälkikäteen. Esimerkiksi kaupunki- ja elinympäristöjen kehittämiseen liittyvissä projekteissa on Urpilaisen mukaan runsaasti erilaisia eri käyttäjäryhmille tärkeitä näkökulmia, kuten saavutettavuus, syrjimättömyys ja viihtyvyys.

Julkinen paine pakottaa urheilua muuttumaan

Demokratia, ihmisoikeudet ja ympäristökysymykset ovat nousseet kansainvälisten suurtaapahtumien yhteydessä

entistä enemmän keskusteluun. Urpilainen pitää hienona, että urheilun ystävät ja katsojat ovat alkaneet perätä kisojen ja suurtaapahtumien järjestäjiltä vastuullisuutta. Samalla tarkastelukulma on laajentunut esimerkiksi kisoja järjestävän maan ihmisoikeustilanteeseen.

– Uskon, että suuren yleisön asettama, jopa kansainvälisen mittakaavan

saava paine on myös tehokas tapa saada aikaan muutoksia. Myös EU-kansalaisten valitsema Euroopan parlamentti on tarttunut aiheeseen. Parlamentti on muun muassa esittänyt viime vuoden lopulla hyväksytyssä EU:n urheilu- ja liikuntapolitiikkaa koskevassa aloitepaperissaan, että maissa, jossa tapahtuu laajamittaisia ihmisoikeusrikkomuksia, ei pitäisi järjestää kansainvälisiä urheilun suurtaapahtumia.

Urpilainen korostaa, että EU:n kansainväliset kumppanuudet ovat arvolähtöisiä. Unionin kehityspolitiikan tarkoituksena on edistää unionin perusarvoja, joihin demokratia ja ihmisoikeudet lukeutuvat.

– Nämä teemat ovat aina esillä kumppanimaiden kanssa käymässämme vuoropuhelussa. Asetamme erityisesti, kun tuemme kumppanimaita taloudellisesti ehdoksi rakenteelliset uudistukset, jotka edistävät perusarvoja.

Urheilu herkistää EU-väenkin

Euroopan unioniin kuuluu 27 maata, joilla jokaisella on omintakeinen liikunta- ja urheilukulttuuri. Kansalliset huippu-urheilumenestykset nousevat etenkin suurtaapahtumien aikana keskusteluun komissaarien kesken.

– EU:n tunnuslause on ”*moninaisuudessa yhtenäinen*”. Minusta se tarkoittaa tervettä ylpeyttä kansallisista kulttuurista, mikä joskus myös sisältää hyväntahtoista kilvoiteltua urheilukentillä ja -areenoilla.

Urheilulla on Urpilaisen mielestä täysin ainutlaatuinen ominaisuus yhdistää ihmisiä ja ”rikkoa jää” heidän välillään. Urheilu on myös väylä kanavoitella suuria tunteita. Komissaaritkin vertailevat joskus kotimaidensa urheilumenestystä.

– Leijonien kiekkokultaa juhlistimme oman kabinetini kanssa ja kyllä se laajemminkin huomattiin. Sen lisäksi Tše-

Komissaarit vertailevat joskus kotimaidensa urheilumenestystä.



EU-komissaarit Ursula von der Leyen, Virgilius Sinkevičius, Jutta Urpilainen, Kadri Simson ja Johannes Hahn unionin tilaa esittelevän raportin valmisteluseminaarin jaloittelutauolla heinäkuussa 2022 La Hulpeassa Brysselin liepeillä.

Jutta Urpilainen (s. 1975)

EU-komission jäsen 2019–
valtiovarainministeri 2011–2014
kansanedustaja 2003–2019
SDP:n puheenjohtaja
2008–2014

Kokkolan kaupunginvaltuutettu
2000–2019, valtuuston puheenjohtaja
2015–2016
kasvatustieteiden maisteri,
Jyväskylän yliopisto 2002

kin saavuttama pronssimitali sai meidät yhdessä tuumamaan, että pärjäsimme näissä kisoissa EU:na aika hyvin!

Liikunta auttaa jaksamaan komissaariarjessa

Urpilainen kokee liikunnan suureksi voimavaraksi ja sanoo sen olleen aina läsnä elämässään. Komissaarin elämässä liikunta antaa mahdollisuuden itsehuoltoon. Työhön kuuluu paljon matkustamista, usein kaukokohteisiin, ja päivät ovat kokousten täyttämiä.

– Jaksamisen kannalta on tärkeää pitää huolta itsestään. Kuntosalilla tai pilates-tunnilla käyminen on myös tärkeää omaa aikaa, joka muutoin on kortilla.

Bryssel on Urpilaisen mielestä mainettaan mukavampi ja viihtyisämpi. Suomesta komissaari kaipaa erityisesti kaupunkilaisillekin helppoa pääsyä liikkumaan luonnossa.

– Myös suomalaisten kaupunkien väljyyttä ja sen tuomia mahdollisuuksia alkaa täällä arvostaa. Bryssel on vanha ja tiivistä rakennettu kaupunki, ja erityisesti pyörätiet ovat harvassa.

Komissaarin liikuntavinkki on yksinkertainen. Hänen sanoo vaihtelun virkistävän ja ennakkoluulottomien lajikoiteluiden kannattavan. ♦

Haastattelu on tehty sähköpostitse elokuussa 2022.

EU yllättävän suuri liikunta- ja urheilurahoittaja Suomessa

Suomalaiset liikuntahankkeet saivat vuosina 2017–2020 yhteensä 115,2 miljoonaa euroa tukea kansallisista EU-rahoitusohjelmista. Tukea myönnettiin 1 399 hankkeelle, joihin liittynyt yksityinen rahoitus oli arviolta 64 miljoonaa euroa. EU-tuki täydentää liikunnan valtiolta ja kunnilta vuosittain saamaa rahoitusta. Unionin varoista tullut tuki oli keskimäärin 29 miljoonan euroa vuodessa, mikä vastaa vajaata viidennestä valtion liikuntabudjetissa.

Suomessa vuosina 2017–2020 toteutetut 1 399 liikuntaa edistänyttä EU-rahoitteista hanketta saivat tukea joko Euroopan unionin maaseutuohjelmasta tai Euroopan unionin rakennerahasto-ohjelmista. Hankkeista 956 rahoitettiin maaseutuohjelman Leader-toimintaryhmien kautta ja 159 ELY-keskusten maaseutuosastojen jakaman maaseuturahoituksen avulla. Rakennerahastot tukivat 284:ää hanketta, joista 163 oli aluekehitysrahastohankkeita ja 121 sosiaalirahastohankkeita.

EU-hankerahalla on rakennettu muun muassa ampuma-, hevos- ja moottoriurheilun suorituspaikkoja. Suosittuja ovat olleet myös erityiset reitistöhankeet ja kehittämissuunnitelmat. Reitistöhankeissa korostuivat pyöräilyn eri muodot. Rakennerahastojen tukemissa hankkeista kärjessä olivat koulutus- ja työelämähankeet niin kappalemääräisesti kuin rahoituksenkin osalta.

Euroopan unioni rahoittaa ohjelmakaudellaan 2021–2027 liikuntaa ja hyvinvointia edistäviä hankkeita. Suomalaisia hakijoiden tukena toimii ”EU Sport 2021–” -hanke. Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry:n (Liikunnan aluejärjestöjen), Suomen Olympiakomitean ja opetus- ja kulttuuriministeriön yhteishankkeen tavoitteena on lisätä liikunnan EU-hankerahastusten hyödyntämistä Suomessa.

⇒ EU-eurot liikunnalle 2017–2020.

www.olympiakomitea.fi/uploads/2021/11/eee18601-final_23.11.2021_eu-euroja-liikunnalle-2017-2020_web.pdf



Suomen Suurkisasat 1947.
Kuva: F. E. Fremling/Museovirasto

JARI KUPILA

Paradoksi 1952

Helsingin olympialaiset olivat historiallinen käänne suomalaisuudelle ja suomalaisten pääkaupungille, mutta mitä olisikaan suomalainen urheilukulttuuri, jos omia olympialaisia ei olisi koskaan järjestetty?

VUODEN 1952 HELSINGIN OLYMPIALAISISTA on tullut niin kiinteä osa suomalaisen historiankirjoituksen kanonisoitua perustarinaa, että kisojen tarkastelun näkökulmat ovat jääneet erään kohdin yksipuoliseksi.

Yksi ulottuvuus, jota tutkimus ja kisoja koskeva julkinen keskustelu on varsin vähän huomionnut, liittyy kisojen jättämään perintöön Suomen urheilukulttuurille.

Kisojen konkreettisen merkityksen Helsingin rakennetulle kaupunkikuvulle on todettu moneen kertaan, samoin on mainittu kisojen henkinen merkitys sodan jälkeisestä ahdingostaan toipuvalla kansakunnalla. On huomioitu poliittiset ulottuvuudet, on kerrattu kuinka Lonkero ja Aperita tulivat kisojen mukana Alkon tuotevalikoimaan.

Sekin tiedetään, että kisojen aikana satoi, yleisöä oli odotuksia vähemmän ja suomalaisten menestys jäi pettymykseksi – vaikka 22 mitalia onkin lopulta osoittautunut koko sotien jälkeisen olympiahistoriamme ylivoimaisesti parhaaksi saavutukseksi.

Mutta mitä kisahanke merkitsi urheilukulttuurille itselleen? Mihin suuntaan olympialaiset veivät suomalaisen urheilun painopisteitä ja identiteettiä?

Helsingin olympialaiset voi nähdä käänteenä. Kisat päättivät 1800-luvun lopulla käynnistyneen kehitysjakson, jonka aikana urheilukulttuuri järjestäytyi ja loi

muotonsa sekä omaksui prioriteettinsa, valtarakenteensa ja identiteettinsä – ja tuotti samalla yhteiskunnallisen roolinsa ja merkityksensä.

Suomen urheiluhistorian alkuvaihe tuli valmiiksi. Oli syntynyt järjestäytynyt kansallinen urheilukulttuuri ja kytkeydytty kansainväliseen urheiluun – ensin menestymällä urheilussa ja lopulta kasvamalla rooliin, jossa voitiin isännöidä kansainvälisesti näkyvin huipputapahtuma.

Omissa olympiakisoissa päättyi vaihe, jolloin suomalaisella urheilulla oli tarve todistaa olemassaolonsa muulle maailmalle. Enää ei tarvinnut. Oltiin uskottavasti kansainvälisen urheiluyhteisön jäseniä, suorastaan sisäpiiriä. Vaikka menestys vähän jo hiipuikin.

Samalla myös muu suomalaisuus ympärillä alkoi muuttua suuntaan, jossa urheilun merkitys kansallisen olemassaolon osoittajana vähentyi. Suomi aikuistui sotien kiiras-tulen jälkeen. Oma mielikuva siitä, että Suomella todellakin oli paikkansa maailmankartalla, alkoi olla uskottavasti valmis.

Helsingin kisat olivat merkittävä sen osoittamisessa, että maailmassa oli, kaikkien sotavuosien jälkeenkin, sellainen maa kuin Suomi. Kisat viestivät tätä muulle maailmalle, mutta etenkin suomalaisille itselleen. Kun viimeinen sotakorvausjunakin lähti ja Armi valittiin maailman kauneimmaksi juuri kisojen aikana, laukaisi kisaisännöys tunnelman siitä, että nyt kääntyy uusi aika.

Urheilun rooli tuntemuksen konkretisoijana oli merkittävä, mutta paradoksaalista kyllä, kisat olivat samalla eräänlainen joutsenlaulu aikakaudelle, jolloin urheilulla oli erityinen merkittävyys kansallisen identiteetin tuottajana, osoittajana ja vahvistajana.

Omat olympialaiset symboloivat suomalaisten tarinan käännettä. Osa uutta todellisuutta oli se, että vaikka urheiluun suhtauduttiin Suomessa positiivisesti, sen yhteiskunnallinen merkitys alkoi muuttua.

Urheilussa itsessään tätä hidasta muutosta ei huomattu. Oltiin niin tyytyväisiä siihen, että pidettiin Suomea maailmankartalla, ettei havahduttu syntyneeseen tarpeeseen päivittää oman olemassaolon perusteita.

Joku voisi sanoa, ettei ole täysin huomattu vielä 2000-luvullakaan.

Sotia edeltävän aikakauden Suomi jäi 1950-luvun alun ilmapiiressä monin kohdin historiaan.

Näin myös urheilussa. Ajassa kasvoi ilmiöitä, joissa piili haaste olympiaurheilun merkitykselle urheilutekemisen johtotähtenä. Jalkapallossa hapuultiin kosketuksia kansainväliseen ammattilaiskulttuuriin, nyrkkeilyssä samoin. Moottoriurheilu alkoi hiljalleen nostaa merkitystään. Jääkiekko alkoi ottaa ensimmäisiä kehitysaskelia, kuten muutenkin joukkueurheilu.

Vielä 1950-luvulla nämä ilmiöt kasvoivat hieman piilossa, mutta 1960-luvulta lähtien pelin henki on ollut selvä.

Urheilun arki on tuottanut koko ajan ilmiöitä, jotka ovat kyseenalaistaneet olympiaurheilun erityismerkityksen.

Yhteiskunnallinen todellisuus alkoi viedä tähän suuntaan heti sotien jälkeen. Kun vielä olympiamenestyskin jäi sotien jälkeen vaatimattomaksi, on vaikea nähdä miten sotien jälkeistä urheilevaa Suomea – ja sen johtajuutta – olisi enää saatu huumaantumaan olympiaurheilun erityisestä merkityksestä, ellei juuri vuonna 1952 olisi ollut omia olympiakisoja.

Vuonna 1952 aikuistui sukupolvi, joka ei ollut oikein syntynytkään, kun viimeinen suuri suomalainen olympiatriumfi koettiin Berliinissä 1936. Sitä sukupolvea ei kiinnostanut sotia edeltävien aikojen muistelu. Se sukupolvi katsoi eteenpäin.

Jos kisat olisivat olleet vaikkapa Los Angelesissa, Suomen menestys olisi luultavimmin jäänyt Helsingissä nähtyä heikommaksi. Kisojen seuraaminen olisi ollut etäistä. Lisäksi Itäblokki ei olisi niihin osallistunut ja länsieurooppalaistenkin osallistuminen olisi ollut kustannussyistä laiskaa, mikä olisi vienyt myös kansainvälisestä loistosta paljon pois.

Mikä olisi saanut sen sukupolven, jonka tehtäväksi tuli 1950- ja 1960-lukujen Suomen rakentaminen, pitämään olympialaisia erityisen merkittävänä asiana, jos juuri vuonna 1952 ei olisi ollut omaa erityistä olympiakokemusta?

Kun kisat olivat Suomessa, 1950-luvun alkuvuosina herännyt usko parempaan tulevaisuuteen konkretisoitui omiin kisoihin. Se opetti myös myöhemmät suomalaiset kokemaan käänteen sotavuosista hyvinvointiin olympiakisojen vauhdittamana asiana.

Tämä on ollut omiaan lisäämään urheilua kohtaan tunnettua positiivista asennetta yhteiskunnassa. Iso osa tästä asenteesta on kytkeytynyt juuri olympiaurheiluun.

Ilman omia kisoja sellaista perustetta ei olisi ollut. 1950-luvun alussa alkanut nousukausi olisi tempaissut suomalaiset iloisempaan elämänmenoon ilman kisojakin, mutta urheilulla ei olisi ollut mitään symbolista tai konkreettista roolia ilmapiirin synnyttäjänä.

Urheiluelämäkin olisi varmasti ainakin kansallisena ilmiönä piristynyt. Olympialaisilla ei kuitenkaan olisi ollut tässä prosessissa roolia. Tämä olisi vaikuttanut urheilun johtamisen painopisteisiin ja sitä kautta koko urheiluelämän omiin prioriteetteihin.

Urheilun tarve sotien jälkeisessä yhteiskunnassa olisi määrittynyt toisilla perusteilla. Ei olisi ollut tarvetta laadata koko urheilun huomiota ja resursseja olympiahankkeen tueksi, olisi voitu hakea toisenlaisiakin kasvupolkuja ja antaa tilaa myös olympiaurheilun kanssa ristiriitaisillekin kehityskuluille.

Oleennaista on myös olympialaisten ja järjestöelämän yhteys. Se, miksi urheilujohtajuus ja urheilun yhteiskunnallisen puheenvuoron päivitys jumiutuivat 1950-luvulla, johtui pitkälti järjestöelämän sekasortoisesta vaiheesta.

Se, että TUL, CIF ja SVUL pakotettuina suostuivat sotien jälkeen yhteistoimintaan olympiakisojen turvaamiseksi, oli muodollisen ”urheilusovun” ohella myös tekijä, joka patosi painetta. Kun painetta ei voitu avoimesti kohdata ja käsitellä, se purkautui TUL:n ja SVUL:n leireissä kisojen jälkeisinä vuosina sisäisesti repivänä ja leirijakoja syventäen.

Voi kysyä, olisiko urheilun sisäpolitiikan tulehtuminen voitu estää, jos järjestökenttä olisi voinut sopeutua sodanjälkeisen todellisuuteensa omista lähtökohdistaan, painetaan rauhallisesti käsitellen – ja rakentaa lopulta realistisen reitin aitoon yhteistoimintaan ilman ulkoisen olympiapaineen pakkoa?

Helsingin kisat olivat monumentti sukupolvelle, joka nuoruudessaan tuotti itsenäisen Suomen huippu-urheilun suuren menestysjakson – ja joka keski-ikäistytyään teki Helsingistä olympiakisojen isännän.

Näiden kisojen jälkeen Suomi ja suomalaisuus muutuivat, maailma muuttui, kansainvälinen huippu-urheilu muuttui. Samalla muuttui Suomen rooli maailmassa ja urheilussa.

Muutos muutti myös kansallista tapaamme kokea urheilu ja nähdä sen merkitykset, mutta muutos olisi voinut olla huomattavasti rajumpi ilman omia olympialaisia. Se, että olympiaurheilulla säilyi Suomessa myös sotien jälkeisessä todellisuudessa niin keskeinen rooli osana huippu-urheilumme valtarakenteita ja prioriteetteja, selittyi vahvasti omien olympialaisten jättämällä kokemuksella.

Jälleenrakennusvuosien dynamiikka sai aikaan uutta kehitystä myös urheilussa, mutta urheilun johtamisessa ja järjestelmän ylätasojen linjauksissa olympiaurheilun rooli vain vahvistui. Eikä asema ole aidosti horjunut myöhemminkään. 2020-luvullakin urheilun johto on organisoitu, ainakin muodollisesti, Olympiakomitean alaisuuteen.

Omien kisojen järjestäminen kiillotti olympiaurheilun merkityksen.

Voimistelijoita ja yleisöä Suomen Suurkisojen päätäjäisjuhlassa Töölön Pallokentällä vuonna 1947.

Kuva: Väinö Kannisto/ Helsingin kaupunginmuseo.



Sen johto hallinnoi mandaattia, joista lausutaan urheilumme tärkeimmät puheenvuorot yhä.

Omien kisojen järjestäminen ikään kuin kiillotti olympiaurheilun merkityksen. Kisahuuma lumosi urheilujohdajuuden niin, että se vaikutti johtamisen perimässä vielä vuosikymmeniä. Vaikka Suomen asema urheilun suurvaltana on lipunut historiaan, yksittäisten olympiamitalien merkitys paisui paisumistaan 1900-luvun toisen puoliskon johtamisessa – vaikka arjessa kehittyi koko ajan ilmiöitä, jotka veivät muita tavoitteita kohti.

Palataanpa siihen jossitteluun. Siis mitä jos ne Helsingin kisat olisivatkin olleet Pohjois-Amerikassa, kuten vaihtoehto oli?

Kisojen merkitys olisi mitä luultavimmin jäänyt suomalaisittain kuriositeetiksi. Kisoihin olisi menty ilman Helsingin kisamenestyksen pelastaneita melojia ja muutenkin pienemmällä ryhmällä.

Lisäksi olisi jäänyt kokematta se euforia, jonka **Paavo Nurmen** ilmaantumisen maratonportista aiheutti.

Suomalaisen urheilun virallinen narratiivi ikään kuin betonoitui avajaishetkissä. Sotia edeltänyttä menestysjaksoa ei olisi saatu kytkettyä sotien jälkeisen urheilun perustaksi ilman niitä hetkiä. Paavo Nurmi olisi jäänyt kaukaisemmaksi historian hahmoksi ilman avajaisuoksuaan.

Jos kisat olisivat olleet Amerikassa, olympiaurheilun historiallinen merkitys olisi jäänyt kiillottamatta sotien jälkeiselle Suomelle. Se olisi vaikuttanut siihen, miten urheilun merkitys olisi koettu 1950-luvulla – ja se taas olisi mahdollistanut toisenlaisiakin kehityspolkuja kuin olemme nähneet.

Erityisaseman horjuminen ei olisi koko olympiaurheilun merkitystä vienyt, mutta olisiko sotien jälkeen kyetty paremmin antamaan tilaa olympiaurheilun etujen kanssa ristiriitaisillekin kehityskuluille, jos kaikki huomio ei olisi fokusoitunut olympialaisiin?

Olisiko esimerkiksi jalkapallon ammattilaiskulttuurin kehittymistä voitu jarruttamisen sijasta vauhdittaa ja mahdollistaa Aulis Rytkösen kaltaisten pioneerien laajamittainen esinmarssi Euroopan kentillä jo 1950-luvulla – siis vähen tähän tyyliin kuin Ruotsissa?

Olisiko joukkueurheilun kehitys päässyt liikkeelle luontevammin ja heti alkuvaiheistaan täysivaltaisena osana huippu-urheilua – ilman keskustelua siitä, onko joukkueurheilu edes oikeaa urheilua?

Mitähän se olisikaan merkinnyt koko urheilukulttuurille?

1950-luvun jälkeistä Suomea leimasi kaupungistuminen ja erilaisen populaariviihteen kulutuksen kasvu. Se muokkasi myös urheilun yhteiskunnallisia tarpeita.

Tarvittiin urheiluelämyksiä joka viikko, ei olympiadin välein.

Tähän yhdistyi tarve sosiaalisiin kokemuksiin. Kansainvälinen menestys oli toki koko ajan tärkeää, mutta samalla kasvoi myös kansallisen ja paikallisen urheilun seuraamisen uusi perinne.

Samalla, hyvinvointivaltion kehittyessä, alkoivat korostua myös liikunnalliset arvot. Koululiikunnan ohella alettiin tarvita vapaa-ajan liikuntaa koko väestölle. Sekin vei suuntaan, jossa kaiken satsaaminen olympiamitaleihin ja maailmalla näkyviin yksittäisiin menestyksiin, ei oikein enää riittänyt urheilun yhteiskunnalliseksi perusteeksi.

Urheilun johtaminen ei herännyt tämän muutoksen kyytiin, muutamaa lajia lukuun ottamatta. Näitä lajeja leimasi se, että olympiamenestys ei ole niissä päätavoite.

Olympiaurheilu ja siihen latautuneet historialliset merkitykset – ja tähän liittyen urheilusysteemin rahoitusmekanismien sitkeä painotus olympiamenestyksiin – hidastivat halua reagoida nykyaikaan. Ne suorastaan estivät urheilua päivittämästä yhteiskunnallista pelikirjaansa.

Helsingin kisat vauhdittivat Helsingin ja Suomen kehitystä, auttoivat niitä tarttumaan ajan dynamiikkaan kiinni. Paradoksaalista on, että kokemuksen tuottanut urheilujärjestelmä itse unohti loikata mukaan kehitykseen, joka kisojen ansiosta urheilua ympäröivässä yhteiskunnassa vauhdittui.

On rohkeaa väittää, että kokemus omista olympialaisista ja siihen liittyvästä euforiasta olisi urheilun johtamista leimaavan yhteiskunnallisen reaktiohitouden tradition taustalla. Mutta ei tässä muutakaan voi. ♦

Kotimaiset ja kansainväliset kulttuurikamppailut Helsingissä 1952



Helsingin Aleksanterinkatu olympiakesänä 1952. Kuva: Olympia-kuva Oy/Helsingin kaupunginmuseo

Olympiakesän 1952 kotimainen tavoite oli kirkas. Miehet oli pidettävä selvinä ja naiset siveinä. Omaa kulttuurikamppailuaan kävivät Helsingissä kylmän sodan hengessä itä ja länsi.

HELSINGIN OLYMPIAKISOJEN JÄRJESTELYTOIMIKUNTA ja poliisi pohtivat keväällä 1951 rajuja keinoja isäntämaan maineen turvaamiseksi. Esillä olivat alkoholin myyntikieltokielto ja vaarallisimmiksi arvioitujen rikollisten pidättäminen ja pääsyn estäminen Helsinkiin. Kumpikin osoittautui mahdottomaksi toteuttaa. Helsingistä ja Suomesta oli tavoitteena antaa länsimainen kuva, mihin alkoholin saatavuuden rajoittaminen ei sopinut. Päinvastoin anniskelua lisättiin Helsingissä. Alkoholikäytön näkyvien haittojen vähentämiskeinoiksi valikoivat valistus ja vetoaminen suomalaisten velvollisuudentuntoon. Julkijuopotteluun ja rikollisuuteen poliisi varautui

lisäämällä valvontaa. Pääkaupunkiin komennettiin eri puolilta maata 826 poliisia. (Helsingin poliisin rikososaston olympia-toimikunta)

Päävastuun juopottelun torjunnassa kantoi vuonna 1949 perustettu Suomen Kansan Ryhtiliike, joka jatkoi sotien jälkeen perustetun Kansalaisryhdin toimintaa. Järjestön olympiavuoteen tähtäävän *Isännyys velvoittaa* -kampanjan tavoitteena oli hyvän käytöksen edistäminen ja väkijuomatapojen parantaminen. Sinänsä Ryhtiliikkeen tarve oli jo vähentynyt. Tilastoitu kulutus oli laskenut sodanjälkeiseltä tasolta alle kahteen litraan absoluuttista alkoholia vuodessa ja oli Euroopan alhaisimpia. Olympiakisat tarjosivat kuitenkin poikkeuksellisen mahdollisuuden yrittää vaikuttaa jopa suomalaisten huonoksi väitettyyn viinapähän. Ryhtiliike valitsi keinoksi päihtymyksen moralisoinnin. (Kokkonen 2008; Peltonen 2002, 63–65)

Ryhtiliike väitti juopottelevien ja tappelevien kotimaisten kisavieraiden pilaavan järjestäjien ja suomalaisurheili-

joiden saavuttaman myönteisen julkisuuden. Liike perusteli toimiaan myös urheilutapahtumista saaduilla kokemuksilla. Väkijuomien myynti lisääntyi suurten urheilukilpailujen alla. Moottoripyöräilyn Pyynikin ajoissa tehty haastattelututkimus kertoi, että monet kisavieraat olivat ”varanneet matkaevääksi pari pulloa väkeviä”.

Ryhtiliikkeen pääviesti ”Isännyys velvoittaa” löi hyvin läpi. Valtionrautatiet, Posti- ja lennätinhallitus, SOK, OTK ja Kesko levittivät liikkeen julisteita korvauksetta. Kisojen aikana kuulutukset muistuttivat 18 asemalla ryhdikkäästä käytöksestä. HKL:n busseissa ja raitiovaunuissa oli esillä 2 000 ”Isännyys velvoittaa, ystävyys valloittaa” -julistetta. (Kokkonen 2008)

Rikollisten tarkkailu tehostui

Helsingin poliisikomentaja Erik Gabrielsson korosti touko-kuussa 1952, että poliiseilta odotettiin kisojen aikana ”kohteliaista ja miehekästä käytöstä, avuliaisuutta ja huumorintajua”. Hän muistutti kohteliaisuuden tehoavan usein parhaiten epäkohteliaisiin asiakkaisiin. Rikollisten silmälläpitoa varten poliisi perusti kisojen ajaksi erityisen tarkkailu- ja valvontaryhmän, jolla oli käytössään kattava aineisto: (Helsingin poliisin rikososaston olympia-toimikunta)

– Vapaina olevien ammattimaisten ja tavanomaisten rikoksentehtäjäin tunnetuksi tekemiseksi esitetään poliisimiehille tunnetuimpien rikoksentehtäjäiden valokuvat varjokuvakoneella sekä selostetaan kunkin rikollisen henkilötiedot, tuntomerkit, rikoslaji ja tekotapa, tavallinen oleskelupaikka sekä tiedossa olevat seurustelutoverit.

Suomalaisten väitetyt huonot ominaisuudet eivät korostuneet kisojen aikana. On vaikea arvioida Ryhtiliikkeen osuutta siihen, että alkoholinkulutus jäi olympiakisojen aikana arvioitua alhaisemmaksi. Juopumuspidätykset lisääntyivät yli 60 prosenttia, mutta asiaan vaikutti poliisien runsaus pääkaupungissa. Kisojen avajaispäivänä oli poliisin suojissa 318 juopunutta, joista 11 oli naisia. Luku oli vuoden 1952 korkein. Väkivaltarikoksien määrä laski kisojen aikana selvästi. Ryhtiliike arvioi ”isäntäväen osoittaneen tässäkin kohdoin itsehillintää ja tahtoa esiintyä arvokkaina, maamme maineesta kiinnipitävinä kansalaisina”. (Rikososaston Olympia-toimikunta; Kokkonen 2008)

Suomi-kuvan varjelemisen pienenä sivujuonteena Helsingin kaupunki sijoitti alkoholisoituneita miehiä Mäntsälästä ostamaansa Hirvihaaran kartanoon. Sittenkin alkoholistien vanhainkodiksi muuttuneeseen kartanoon vietiin noin 60 miestä.

Ulkomaiset vieraat mahdollinen uhka naisten siveydelle

Helsingin olympiakisat olivat yleisen käsityksen mukaan kansojen ystävyyden juhla, jonne suomalaiset toivottivat kaikki osanottajat varauksitta tervetulleeksi. Ulkomaalaisten kisavieraiden ja urheilijoiden koettiin kuitenkin uhkaavan nuorten naisten siveyttä. Näkemys kertoo sekä halusta varjella ihanteellista suomalaisuutta että muukalaiskammosta. Lehtien pääkirjoitukset julistivat sanomaa kansojen ja rotujen veljeydestä, mutta pakinoitsijat paheksuivat ulkomaalaisten pauloihin langenneita Suomi-neitoja. (Kokkonen 2008) Liisa Orko korosti keväällä 1952 Suomen Naisten Liikuntakasvatusliiton Kisakenttä-lehdessä suomalais-

ten hyvän maineen riippuvan naisista, sillä ”meidän naisten on loppujen lopuksi vastattava kansakunnan moraalista”. Varsinkin päihtyneiden miesten vastuuntuntoon ei voinut luottaa. Orko vihjasi ulkomaistenkin kisaturistien saattavan käyttäytyä sopimattomasti. (Orko 1952)

Eeva-lehden ”Rouva Suorasuu” muistutti vuoden 1947 Suurkisoissa tapahtuneen ”syrjähyppyjäkin, joista koitui surullisia seurauksia elämänsä juhlaan valmistautuneille tyttölapsille”. Hän varoitti lankeamasta tilapäissuhteisiin, jotta Suomen nuorison maine maailman puhtaimpana ei kärsisi. (Eeva heinäkuu 1952) Kisojen aikana lukuisat pakinoitsijat moittivat ulkomaalaisista kiinnostuneita suomalaisnaisia. Kommunistien Vapaan Sanan ”Hapan” (Raoul Palmgren) väitti, ettei ilmiössä ollut mitään uutta: (Vapaa Sana 22.7.1952)

– Älköön kuitenkaan luultako, että tämä suomalaisten naisten kiimarynnäkö XV olympialaisten amerikkalaisten he-manien, brasilialaisten mustienrudolfien, espanjalaisten donjuanien ja ennen kaikkea neekerien perään on mitään uutta historiassamme. Vuonna 1917 olivat muodissa kasakat ja kiinalaiset. Vuonna 1918 tuli saksalaisten vuoro, ja uudelleen taas viime sodan alettua, kun suomalaiset miehet vartioivat Syvärillä ”kotia, uskontoa ja isänmaata” ja saksalaiset hyväntahtoisesti huolehtivat järjestyksestä kotirintamalla.

Palmgren sohausi viittauksellaan arkaan paikkaan. Sota-ajan neuvostopropagandasta parhaiten olivat tehonneet vihjaukset suomalaisten kotirintamalla hääriviin saksalaisiin. Kalevan nimimerkki ”Valtteri” tapasi kisojen avajaispäivänä suomalaisnaisten käytöstä ihmetelleen poliisin: ”Merkkillinen on Suomen nainen, kun värillistä rotua näkee”. Hän arvioi ”riehaantuneiden” määrän pieneksi, mutta näkyväksi. Poliisi jatkoi ”jenkkipoikien” ja ”miksei myös neekerien” olevan ”valtavia ilmestyksiä”. Värillisten kanssa seurusteleita oli vähän, mutta ”poikkeuksen tietenkin tekivät helsinkiläiset naikkoset, joita poliisit pyydystelivät vesakoista”. (Kaleva 20.7.1952)

Jo kisojen aikana alkoivat arvailut kansojen intiimikoh- taamisten seurauksista. Sota-ajan näkyvimpiin propagandisteihin kuulunut ”Jahvetti” (Yrjö Kilpeläinen) arveli, että ”parinkymmenen vuoden kuluttua näistä olympiakisoista myöskin Suomella on omat kuuluisat sprintterinsä”. ”Hyvät helsingittäret” olivat pitämässä huolen, että ”puoliverisiä” pikajuoksijoita oli syntymässä. (Suomen Sosialidemokraatti 25.7.1952) Lehdet kertoivat olympiaromanssien seurauksista keväällä 1953, jos saivat niistä vihiä. Uudessa Suomessa ilmestyi 3.5.1953 pikku-uutinen Riihimäeltä. Moralisoina sävy ei jää epäselväksi.

– Eräät Helsingin olympiakisojen jälkimainingit alkavat nyt ilmaantua. Tietävästi maan ensimmäinen ”musta olympiavieras” on nähnyt päivänvalon Riihimäellä. Sekä häärätukkainen lapsi että hänen äitinsä voivat olosuhteisiin katsoen hyvin.

Kylmä sota valtaa olympiakabinetit ja -areenat

Helsingin vuoden 1952 olivat myös ensimmäiset todelliset kylmän sodan aikakauden kisat. Neuvostoliiton joukkue marssi olympiareenoille ja taisteli tosissaan menestyneimmän maan paikasta Yhdysvaltojen kanssa, vaikka jäi toiseksi. Myös muut itäblokin maat menestyivät hyvin. Kan-

sainvälisen Olympiakomitean ja Suomen yhteinen toive oli saada Neuvostoliitto mukaan vuoden 1952 kisoihin. Neuvostoliitto liittyikin KOK:n jäseneksi keväällä 1951 ja ilmoitautui kisoihin saman vuoden lopussa. Helsingin kisojen järjestelykomitean puheenjohtaja ja KOK:n jäsen **Erik von Frenckell** teki tiukasti töitä, jotta myös soihtuviesti Olympiasta Helsinkiin olisi kulkenut neuvostomaan kamaralla, mutta ponnistukset eivät tuottaneet tuloksia. (Kokkonen 2007)

Paljon visaisemmiksi osoittautui kysymys Saksan ja Kiinan osallistumisesta Helsingin kisoihin. Itä- ja Länsi-Saksan yhteinen edustus näytti jo järjestyvän keväällä 1951, mutta sopu haihtui maiden suhteiden kiristyttyä. KOK yritti löytää yhteisymmärryksen Oslon 1952 talvikisojen alla. Saksat olisivat lähettäneet Helsinkiin Berliinissä pidettyjen karsintakilpailuiden jälkeen valitun yhteisjoukkueen, jolla olisi ollut yhteisesti hyväksytty lippu. Johtajana olisi toiminut Länsi-Saksan olympiakomitean puheenjohtaja **Karl Ritter von Halt**. Itä-Saksalle tämä ehdotus ei sopinut. Yrityksen rauettua KOK katsoi, että Länsi-Saksan osallistuminen Helsingin kisoihin riittää. (KOK:n 46. kongressi 11.-12.1952 Oslo; Kokkonen 2007) Oslon esillä ollut malli toteutui vuosina 1956–1964.

Von Frenckell jatkoi keväällä 1952 KOK:n puheenjohtajan **J. Sigfrid Edströmin** kielloista huolimatta omia neuvottelujaan itäsaksalaisten kanssa. Hän yritti saada itäsaksalaiset matkustamaan kisojen alla Helsinkiin odottamaan KOK:n päätöstä olympiakomiteansa tunnustamisesta. Todennäköisen kielteisen päätöksen jälkeen itäsaksalaisilla olisivat voineet kilpailla yhteisen Saksan joukkueessa. Itä-Saksan olympiakomitea päätti kuitenkin, ettei maa lähetä joukkuetta, jos komitean tunnustamisesta ei ole varmuutta. Itäsaksalaisille nimenomaan olympiakomitean asema oli kynnyskysymys, sillä se olisi ollut ensimmäinen askel kohti maan kansainvälistä tunnustamista.

Edström epäili aiheellisesti von Frenckellin kutsuneen salaa sekä Itä-Saksan että Kiinan kisoihin ja yrittävän siten pakottaa KOK:n hyväksymään molemmat maat jäsenekseen. Kiinalaiset olivatkin tulossa Helsinkiin, vaikka KOK:n asenne oli kielteinen. Helsingissä KOK joutui päättämään kiinalaisten osanotto-oikeudesta. Edström ehdotti, että vain Formosan Olympiakomitean joukkueen urheilijat saisivat kilpailla.

KOK:n toimeenpaneva komitea esitti kaikkien kiinalaisten sulkemista kisoista. Von Frenckellin mielestä Formosaa ei voinut sulkea pois, mutta myös kansantasavallan urheilijoille oli annettava mahdollisuus kilpailla. Molempien osanottoa puoltanut kanta voitti KOK:n istunnossa äänin 29–22. KOK:n uudeksi puheenjohtajaksi Helsingissä valitun **Avery Brundagen** mukaan päätös ei merkinnyt Kiinan kansantasavallan olympiakomitean tunnustamista. (KOK:n 47. kongressi Helsinki)

Rautaesirippu Otaniemessä

Jakoa itään ja länteen korosti se, että Neuvostoliiton vaatimuksesta sen ja itäblokin muiden maiden joukkueet saivat oman olympiakylän Otaniemestä. Suomalaiskommunistit yrittivät tosin väittää, että kyse oli porvarien juonesta. Suo-

men Demokraattisen Nuorisoliiton (SDNL) urheilu sihteeri **Valdemar Snäll** arvosteli Terä-lehdessä järjestäjien keinotekoista ”*rautaesirippua*”, sosialististen maiden urheilijoiden majoittamista Otaniemeen, kun muut asuivat olympiakylässä Käpylässä (Selin 2004). Neuvostoliittolaiset olivat kuitenkin pohtineet vakavissaan urheilijoiden kuljettamista kilpailuihin lentokoneilla Leningradista tai Tallinnasta (Kokkonen 2007).

Erillisen olympiakylään majoittamalla sosialistimaiden joukkueiden johto ja runsaslukuiset turvallisuuspoliisit pystyivät valvomaan tehokkaasti mahdollisia loikkausyrityksiä ja yhteyksiä pakolaispiireihin sekä länsimaiden edustajiin. Yhdysvalloissa ulkoministeriö pohdi keinoja levittää propagandaa itäblokin urheilijoille. Esillä oli muun muassa loikkaamaan rohkaisevien lentolehtisten levittäminen, mutta yritykset vaikuttaa sosialistimaiden urheilijoiden kisojen aikana jäivät toteuttamatta. (Rider 2011, 199–200)

Loikkauksia tapahtui vain yksi. Romanianlainen pistooliampuja **Panait Călcâi** onnistui värikkäiden vaiheiden jälkeen pakenemaan päällystakiltaan ja pääsi Saksan kautta Yhdysvaltoihin. Paosta kirjoitettiin suomalaislehdissä suhteellisen niukkasanaisesti, mutta se oli kuitenkin esillä julkisuudessa toisin kuin on väitetty (Etelä-Suomen Sanomat 5.8.2012; vrt. Kokkonen 2007). Suomen Sosialidemokraatti uutisoi 7.8.1952 romanialaisen olympiaurheilijan kadonneen. Helsingin Sanomat kysyi kolmen palstan uutisessaan 11.8.1952, oliko Călcâi jo Ruotsissa. Lokakuun alussa 1952 sama lehti kertoi hänen kuvailleen romanialaisurheilijoiden olevan valtion palkkaamia ammattilaisia.

Kisajärjestäjät torjuivat osaltaan läntistä propaganda-toimintaa, jonka saattoi olettaa ärsyttävän Neuvostoliittoa. Itä-Eurooppaan antikommunistista sanomaa lähettänyt Voice of America ei päässyt radioimaan olympiastadionilta. Järjestelykomitea vetosi paikkojen rajallisuuteen ja siihen, että olympiakisojen lähetysoikeudet annettiin vain omaan maahansa paikallisilla kielillä lähettävälle yleisradioyhtiölle. Sen sijaan Yhdysvaltojen ulkoministeriön perustama International Information Agency sai lähettää kisoihin kahdeksan kisoihin akkreditoitua toimittajaa. (Rider 2011, 160–162)

Itä-Euroopan maista länteen paenneet urheilijat yrittivät saada Helsinkiin oman Vapaan Euroopan joukkueen. Yhdysvaltain keskustiedustelupalvelu CIA tuki epäsuorasti yritystä. Von Frenckell totesi KOK:n kokouksessa Oslon helmikuussa 1952, että pakolaisjoukkuetta ei voida järjestää Helsingin kisoihin. Hän jatkoi ongelman ratkeavan itsestään, sillä vuoden 1956 kisoihin urheilijat olisivat jo liian vanhoja. Von Frenckell pelasi selvästi aikaa, jotta kiusallinen kysymys pysyisi pienenä sivujuonteena. KOK:n tuolloisen peruskirjan mukaan edustus oikeus oli vain jonkin olympiakomitean alaisuuteen kuuluvalla urheilijalla. (Kokkonen 2007, Rider 2011 198–199)

Amerikkalainen kulttuuri pesi neuvostoliittolaisen

Helsingistä tuli myös Yhdysvaltojen ja Neuvostoliiton kulttuurikampailun näyttämö. Molemmat maat tekivät propagandaa Suomessa kisojen aikana. Yhdysvaltojen Helsingin

suurlähettiläs **John M. Cabotin** ehdotuksesta amerikkalaiset vuokrasivat elokuvateatterin Helsingin keskustasta vastatoimena neuvostoelokuvien ilmaisnäytöksille. Neuvostoliittolaisten järjestämien ulkonäytösten ohjelmassa oli urheiluelokuvia, piirrettyjä sekä elokuvat ”*Moskova tänään ja huomenna*” ja ”*Malja Neuvostoliitolle*”.

Amerikkalaiselokuvat toimitti United States Information Service (USIS). Yhdeksänä päivänä järjestetyt 45 näytöstä keräsivät 31 000 katsojaa. Pääosin suomenkielinen ohjelmisto vaihtui päivittäin. USIS mainosti näytöksiä julkaisemassaan Aikamme -lehdessä ja Helsingin lehdissä. Elokuvia esitettiin myös Käpylän olympiakylässä ja sairaanhoito-opistolla. Propagandapönnistus maksoi vain 1 500 dollaria (15 300 euroa/2022). (Rider 2011, 166–168)

Paljon näkyvyyttä saivat Coca-Cola Companyn Sotainvalidien Veljesliitolle lahjoittamat 720 000 pulloa kasvisuutejuomaa. Kyse ei ollut suoranaisesta amerikkalaispropagandasta, mutta vaikutus oli samansuuntainen. Neuvostoliittolaisilla ei ollut esittää mitään vastaavaa. Kasvisuutejuoma ei ollut tuotteena täysin outo. Suomi oli osittanut toisen maailmansodan jälkeen USA:n ylijäämävastastoista miljoona kiloa kolasiirappia. Ainakin 85 tehdasta hankki sitä. Suomen Sokeri alkoi pian tuoda maahan kasvisuutetta, jonka se makeutti ja myi tehtaille. Tiivistystä valmistettua Ami-Colaa pullotti vähintään sata eri valmistajaa. (Klemettilä 2014) Coca-Colan valmistus alkoi Suomessa vuonna 1957, sitä ennen juoma oli tuontitavaraa.

Elokuviensa lisäksi Neuvostoliitosta tuli Suomeen kansantanssiryhmä. Moskovan ohjauksessa toiminut rauhanliike keräsi kisojen aikana nimiä rauhanadressiin. Toiminta sai kommunisteja lukuun ottamatta kaikkien poliittisten puolueiden tuomion. Kampanjan huipensi suuri rauhankokous Alppilassa kisojen päätöspäivänä. Juhlassa esiintynyt kisojen suurin tähti **Emil Zátopek** korosti tervehdyksessään olympiakisojen merkitystä kansojen keskeisen ystävyuden ja kansainvälisen rauhanomaisen yhteistyön lujittajana. Hän vieraili myös Suomen Kansan Demokraattisen Nuorisoliiton kisaleirillä Jollaksessa keihäänheitossa kultaa saavuttaneen vaimonsa **Dana Zátopkovan** kanssa. (Selin 2004)

Sivustatukea lännen pyrkimyksille antoivat Yhdistyneiden kuningaskuntien kuninkaallisten Edinburgin herttua **Philippin** ja Kentin herttua **Edwardin** vierailut. Juuri valtaistuimelle nousseen kuningatar **Elisabetin** puolison Philippin saapuminen Helsinkiin oli poliittisesti merkittävä ele, vaikka kuningashuoneen virallisesta vallasta olivat jäljellä enää rippeet. Philip lähti Suomesta näyttävästi häntä noutamaan tulleealla suihkumoottikoneella, joka oli ensimmäinen Suomeen saapunut.

Idän ja lännen urheilijoiden kohtaamisten julkisuuskuva oli aurinkoinen. Yhdysvaltalaisurheilijoita opastettiin käyttäytymään ystävällisesti neuvostojoukkueen jäseniä kohtaan. Neuvostoliittolaiset esiintyivät kuvissa jopa rennommin kuin myöhemmissä olympiakisoissa. Amerikkalaiset panivat kuitenkin yllättyneenä merkille monien heistä olevan aidosti ylöpeitä sosialistisesta isänmaastaan. (Rider 2011, 170)

Sittenkin länttä ja Eurooppaa

Suomalaislehtien olympiakirjoittelusta välittyy kaksijakoisen kuva. Urheilutuloksista lehdet kertoivat samaan tapaan, vaikka kommunistilehdet valittivat Neuvostoliiton

ja muiden sosialistimaiden saavutusten saavan liian vähän huomiota. (Kokkonen 2007) Sen sijaan tulkinnoissa kommunistilehdet rummuttivat Moskovan tahtiin. Muu lehdistö myötäili lännen näkemyksiä tai korosti Suomen kisoilla saamaa läntistä huomiota. Tämä sisälsi piiloviestin siitä, mistä suunnasta näkyvyyttä erityisesti haettiin.

Kisat tuottivat länteen kurkottaneiden toivoman tuloksen. Suomi-kuva kirkastui ainakin jonkin verran. Yhdysvaltojen suurlähettiläs Cabot arvioi, että järjestelyiltään kisat olivat menestys ja toivoi niiden voivan ”*hävittää aivan liian vallitsevaa vaikutelmaa siitä, että Suomi on Neuvostoliiton satelliitti*” (Ryder 2011, 169). Ison-Britannian suurlähettiläs **Andrew Noble** arvioi kirjeessään pääministeri **Anthony Edenille** kisojen auttaneen ”*häivyttämään sitä aivan liian vallitsevaa illuusiota, että Suomi olisi jotenkin rautaesiripun takana*”. Lähettilään mielestä kisojen ansiosta parantunut Suomi-tuntemus ”*painoi enemmän kuin mitkään talouden menetykset, joita maa on ehkä joutunut kokemaan*”. (Aunesluoma 1998)

Joukko suomalaisia ja ruotsalaisia kansanedustajia ehdotti KOK:lle Helsingin kisojen hengen innoittamana Nobelin rauhanpalkintoa vuonna 1953 (Kokkonen 2007). Palkinnon sai kuitenkin Yhdysvaltain entinen ulkoministeri **George C. Marshall**, joka oli tehnyt ehdotuksen Euroopan maille toisen maailmansodan jälkeen suunnatusta talousavusta. ♦

LÄHTEET

Aunesluoma, J. 1998. Suomi-kuvan rakentamista myrskyn silmässä, Liikunta & Tiede 4/1998.

Eeva heinäkuu 1952. Rouva Suorasuu, Suoraan Sanoen.

Etelä-Suomen Sanomat 5.8.2012. Piiloon jäänyt tapaus: urheilija loikkaisi länteen Helsingin olympialaisissa.

Helsingin poliisilaitos Rikososasto. Olympiakisat v. 1952 toiminnan järjestelyt. Js 1–10.

Kaleva 20.7.1952. Valtteri, Olympiatiellä...

Klemettilä, S. 2014. Kun limsa tuli Suomeen, ET-lehti 4.5.2014. www.etlehti.fi/artikkeli/kotijaruoka/kun_limsa_tuli_suomeen

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

Kokkonen, J. 2008. Kansakunta kilpasilla. Urheilu nationalismin kanavana ja lähteenä Suomessa 1900–1952. Bibliotheca Historica 119. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. 2008.,

KOK:n 46. kongressi 11.–12.2.1952. Oslo. J. W. Rangellin kokoelma. Kansallisarkisto

KOK:n 47. kongressi 17.–18.7.1952. Helsinki. J. W. Rangellin kokoelma. Kansallisarkisto

Orko, L. (L. O.). 1952. Oletko Suomen edustaja olympialaisissa, Kisakenttä 10/1952.

Rider, T. C. 2011. The Olympic Games and the Secret Cold War: The U.S. Government and the Propaganda Campaign Against Communist Sport, 1950–1960. The School of Graduate and Postdoctoral Studies The University of Western Ontario, London, Ontario, Canada. 2011.

Selin, S. 2004. Sodanjälkeisen nuorison aatteet ja haaveet Terä-lehden kuvastamina. Yleinen lehtimiesliitto. 2004.

Suomen Sosialidemokraatti 25.7.1952.

Vapaa Sana 22.7.1952. Hapan, Piikkikengistä jäljet vain jää...

MITALEJA VAI MAAILMANPARANNUSTA?

Huippu-urheilu elää ristiriitaisten vaatimusten paineessa. Mitaleita toivotaan, mutta kovenevan kilpailun kentillä on mietittävä myös menestyksen hintaa.

KESÄKUUSSA JULKAISTUSSA OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖN toimeksiannosta laaditussa suomalaisen huippu-urheilun arvioinnin keskeisimmiksi havainnoiksi nousivat huippu-urheilumenestyksemme pitkän aikavälin heikkeneminen, huippu-urheilun yhteiskunnallisen relevanssin väheneminen ja verkostomuotoisen huippu-urheilujärjestelmän tehokkaan johtamisen vaikeus. Omassa osa-arviossani tarkastelin huippu-urheilun yhteiskunnallista ja kulttuurista asemaa Suomessa, sen historiaa, nykytilaa ja mahdollisia tulevaisuuksia.

Suomalainen huippu-urheilu on historiallisen muutoksen kourissa. Osa näistä muutosvoimista on globaaleja, osa eurooppalaisia, osa kansallisia. Urheilua ympäröivän yhteiskunnan voimakas arvomuutos on tekemässä tai jo tehnyt monista urheilumaailman totutuista ajattelu- ja toimintavoista vanhentuneita. Koska urheilu ei voi toimia muusta yhteiskunnasta irrallisena omalakisena maailmanaan, sen on pystyttävä sopeutumaan tähän muutokseen, mikäli se haluaa säilyttää legitimitteittinsä eli olemassaolon oikeutuksensa sekä olla myös jatkossa tärkeänä pidetty ja arvostettu osa ihmisten aktiviteettien kokonaisuutta.

Erityisen haastavaksi tämän sopeutumisen tekee se, että yleinen yhteiskunnallinen arvomuutos on monessa suhteessa voimakkaassa ristiriidassa huippu-urheilun omien kansainvälisten kehitystrendien kanssa. Kansainvälisesti huippu-urheilua leimaa alati kiristynvä ja armottomammaksi muuttuva kilpailu. Yhä useammat maat panostavat huippu-urheilussa menestymiseen saavuttaakseen imagohyötyjä ja pönkittääkseen kansallista yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kilpailuetauja haettaessa alaa on vallannut totaalinen valmennusfilosofia, jos-

sa menestyksen tavoittelusta on tullut kilpailua systeemin rakentamisesta sekä resurssien kokoamisesta ja keskittämisestä. SPLISS-tutkimuksessa tätä on kuvattu ”globaaliksi urheilun kilpavarusteluksi”.

Yhteiskunnalliset vaatimukset koventuneet

Samaan aikaan tämän kilpavarustelun yltyminen kanssa ympäröivä maailma vaatii urheilulta monia sellaisia asioita, joilla ei ole suoraan liittymäkohtaa urheilulliseen tulokseen tai jotka voivat jopa hankaloittaa sen saavuttamista. Lunastaakseen yhteiskunnallisen hyväksyttävyytensä huippu-urheilun on pystyttävä osoittamaan aiempaa suurempaa eettisyyttä, vastuullisuutta, inklusiivisuutta ja moniarvoisuutta. Huippu-urheilun tulevaisuuden kannalta on avainasemassa se, pystyykö se löytämään toimivan tasapainotilan yhtäältä kovenevan kansainvälisen kilpailun vaatimusten, toisaalta ulkopuolelta asetettujen ulkourheilulisten yhteiskunnallisten velvoitteiden noudattamisen välillä.

Huippu-urheilu on pohjimmiltaan toimintaa, jossa yksilöt pyritään asettamaan paremmuusjärjestykseen tietyn urheilulajin sääntöjen pohjalta muodostettujen keinotekoisien arviointikriteerien nojalla. Ihmisoikeusliberalistinen käänne, jossa tärkeimmiksi arvoiksi kohotetaan tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yksilön itsemäärättyvalta ja yksilöllisen identiteetin loukkaamattomuus, on tehnyt huippu-urheilun oikeuttamisesta vaikeampaa. Ei ole sattumaa, että viime vuosina huippu-urheilusta ja sen negatiivisista puolista kuten korruptiosta, rasismista, seksismistä ja ekologisesta kuormittavuudesta on keskusteltu kriittisemmin kuin kenties milloinkaan aiemmin.



Leijonien kultajuhlintaa Tampereella toukokuun lopussa 2022.

Kuva: Emmi Korhonen/Lehtikuva

Äärimmäisen kilpailullisuutensa ja jatkuvaan karsintaan perustuvan sisäisen toimintalogiikkansa vuoksi huippu-urheilu on väistämättä jännitteisessä suhteessa pohjoismaisen hyvinvointiyhteiskuntamme johtoarvojen eli tasa-arvon, yhdenvertaisuuden ja inklusiivisuuden kanssa. Urheilujärjestöjen maailmoja syleilevästä vastuullisuus- ja eettisyysretoriikasta huolimatta tosiasiana säilyy, että huippu-urheilu on lähtökohtaisesti erittäin epätasa-arvoista toimintaa. Hyvin harvoista tavoitteellisesti harjoittelevista nuorista urheilijoista tulee huippuja ja vielä harvemmat saavuttavat kansainvälistä menestystä. Monissa lajeissa kilpailu ratkeaa jo syntymässä, joka suo toisille urheiluun paremmin soveltuvan geeniperimän kuin toisille.

Urheilulle asetettujen yhteiskunnallisten odotusten muutoksesta kertoo myös urheilun ja politiikan suhteen uudelleenarviointi. Vaikka urheilun poliittista valjastamista on tapahtunut niin kauan kuin urheilua on ollut olemassa, ajateltiin pitkään, että urheilun tulisi pyrkiä poliittiseen ja ideologiseen puolueettomuuteen. Nyt asenteet ovat muuttuneet eikä urheilijoiden poliittista aktiivisuutta enää pidetä ongelmallisena, kunhan se tapahtuu oikeaksi miellettyjen asioiden puolesta. Huippu-urheilijoilla katsotaan näkyvyytensä vuoksi olevan jopa suoranaisten moraaliin velvollisuus ottaa julkisesti kantaa havaitsemiinsa yhteiskunnallisiin epäkohtiin. Kuten esimerkiksi kotimainen keskustelu Venäjällä uraansa jatkavien mahdollisuudesta osallistua maajoukkue toimintaan osoittaa, urheilijoiden myös edellytetään harkitsevan toimintansa poliittisia ulottuvuuksia.

Yksi suurimpia huippu- ja erityisesti ammattilaisurheilun legitimitteettiä jo nyt ja varsinkin lähitulevaisuudessa haastavia yhteiskunnallisia muutoksia on ekologisen ajattelun erittäin voimakas valtavirtaistuminen. Kaikkea inhimillistä toimintaa arvioidaan yhä tarkemmin ekologisen kestävyuden ja ilmastovaikutusten näkökulmasta. Jatkossa tulee olemaan entistä vaikeampaa perustella esimerkiksi jatkuvaa lentämistä, mittavaa kuljetuslogistiikkaa tai suurellista stadionrakentamista edellyttäviä lajeja, kilpailujärjestelmiä ja tapahtumia. Kulutuskriittisyyden ja kiertotalousmallien yleistymisen saattaa myös radikaalisti muuttaa urheiluvälineitä, -vaatteita ja oheistuotteita valmistavien yritysten sekä ylipäättään urheiluliiketoiminnan markkinanäkymiä.

Kilpailu globalisoitunut

Huippu-urheilu oli suurimmassa osassa lajeja aina 1980-luvulle saakka vahvasti eurooppalaisten hallitsema alue. Esimerkiksi kesäolympialaissa menestyneimmät Euroopan ulkopuoliset maat eli Yhdysvallat ja Australia olivat nekin eurooppalaista maailmaa ja elämäntapaa edustavia länsimaita. 50 vuotta sitten Münchenissä eurooppalaiset ottivat 67,5 prosenttia kaikista jaoissa olleista mitaleista (405/600) ja vielä ensimmäisissä suurten boikottien jälkeisissä Soulin kisoissakin 1988 osuus oli 66,6 prosenttia (492/793). Jos mukaan lasketaan vielä Yhdysvaltain, Australian, Kanadan ja Uuden-Seelannin mitalit, vei eurooppalainen maailma lähes 80 prosenttia kesäkisojen mitaleista.

Viimeisen runsaan 30 vuoden kuluessa huippu-urheilun menestys on kokenut merkittävän globalisaation. Samaan aikaan kun eurooppalaisten suhteellinen osuus maailman väestöstä on pienentynyt 1980-luvun alun 15,6 prosentista tämän hetken 9,8 prosenttiin, tavoitteellinen urheilun harrastaminen, valmennusosaaminen ja liikuntapaikkarakentaminen ovat levinneet ympäri maailmaa. Huippu-urheilijoita tulee nykyisin kaikista maanosista ja yhä suuremmasta määrästä maita. Kun Soulessa 1988 Aasia saavutti 83, latinalainen Amerikka 15 ja Afrikka 14 mitalia, viime vuonna Tokiossa lukemat olivat 278, 55 ja 37. Vuonna 1988 olympiakullan voittaneita urheilijoita oli tullut 60 eri maasta, nyt määrä on 109.

Vuonna 2021 kilpailuissa Tokion kesäkisoissa eurooppalaiset voittivat enää 44,9 prosenttia mitalista (485/1080). Maantieteen rajoittaman levinneisyytensä vuoksi talvilajit ovat edelleen eurooppalainen menestyslinnake, mutta pudotus on sielläkin ollut huomattava. Lake Placidista 1980 Eurooppaan matkasi 87,0 prosenttia mitalista (100/115), Pekingistä tänä vuonna enää 69,4 prosenttia (227/327). Tällä vuosituhannella talvikisojen kultamitalimaiden kerhoon ovat liittyneet Australia ja Uusi-Seelanti.

Eurooppalaisen urheilun suhteellisen menestyksen heikentyminen on havaittavissa lähes kaikissa globaaleissa yksilölajeissa. Yleisurheilun ensimmäisissä MM-kisoissa Helsingissä 1983 parhaiten menestynyt maa oli DDR kymmenellä mestaruudella. Mitalitaulukon kärkikymmenikössä Euroopan ulkopuolista maailmaa edustivat vain Yhdysvallat ja Jamaika. 25:sta mitalia voittaneesta maasta 14 oli eurooppalaisia. Tämän vuoden heinäkuussa Eugenen MM-kisoissa menestynein maa oli kisaisäntä Yhdysvallat 13 mestaruudella. Mitalitaulukon kärkikymmenikössä Eurooppaa edusti vain kahdeksanneksi sijoittunut Puola, ja 45 mitalimaasta eurooppalaisia oli 18. Kun Helsingissä 39 vuotta sitten eurooppalaiset veivät 71,5 prosenttia kaikista mitalista, Eugenessa osuus oli enää 27,9 prosenttia.

Urheilumenestyksen globalisoituminen näkyy lukuisissa lajeissa. Uinnin MM-kisoissa Ecuadorissa vuonna 1982 eurooppalaiset voittivat 56,8 prosenttia mitalista, tänä vuonna Budapestissa 40,8 prosenttia. Nyrkkeilyssä Eurooppa otti vuoden 1982 MM-kisoissa Münchenissä 58,3 prosenttia mitalista, viime vuonna Belgradissa enää 32,7 prosenttia. Telinevoimistelussa eurooppalaisten suhteellinen mitaliosuus on pudonnut Moskovan vuoden 1981 kisojen 66,7 prosentista vuoden 2021 Japanin Kitakyushun kisojen 29,7 prosenttiin.

Vanha maanosa on menettänyt asemiaan tuntuvasi myös perinteisissä mahtilajeissaan. Ammunnan vuoden 1982 MM-kisoissa Venezuelassa Eurooppa vei 79,0 prosenttia mitalista, vuonna 2018 Etelä-Korean kisoissa 65,0 prosenttia. Soudussa eurooppalaiset ottivat vuoden 1982 Luzernin MM-kisoissa 79,6 mitalista, 2019 Itävallan Otensheimissa 63,6 prosenttia. Vuonna 1982 Belgradissa eurooppalaiset ratamelojat voittivat 51 mitalia 54 mahdollisesta, tänä vuonna Kanadan Dartmouthissa 63 mahdollisesta 90:stä.

Lähiaikoina Suomi todennäköisesti jää ensi kerran kesäkisoissa mitalitta.

Huippu-urheilun globalisaation ohella eurooppalaisen heikkenevä menestys johtuu länsimaisen elämäntavan muutoksista. Elämän helpottumisen seurauksena yleisen fyysisen aktiivisuuden määrä on laskenut dramaattisesti sekä lasten ja nuorten keskimääräinen valmius urheiluharjoitteluun laskenut. Liikunta ja urheilu joutuvat kilpailemaan ihmisten vapaa-ajasta entistä rajummin, eikä urheilusankaruudella ole enää samanlaista vetovoimaa kuin aiempina vuosikymmeninä. Urheilu-uraan panostamisen houkuttelevuutta vähentää myös koventunut kilpailu opiskelu- ja työpaikoista. On mielenkiintoista, että esimerkiksi jalkapallossa ja yleisurheilussa yhä useampi eurooppalainen maajoukkueurheilija on maahanmuuttajataustainen.

Demografia ja johtaminen huippu-urheilun erityishaasteina

Globaalit ja eurooppalaiset kehitystrendit pätevät totta kai myös Suomessa, mutta niiden ohella suomalaisen huippu-urheiluun nykytilanteeseen ja tulevaisuuteen vaikuttavat tietyt kansalliset erityispiirteet.

Vaikutuksiltaan potentiaalisesti dramaattisista niistä on syntyvyyden alenemisesta johtuva ikäluokkien pieneneminen. Kun vuonna 1950 syntyneellä suomalaisella oli 98 000 ikätoveria, vuonna 1970 syntyneellä enää 64 500 ja vuonna 2020 syntyneellä vain 46 500.

Kun lasten ja nuorten urheiluharrastus keskittyy entistä voimakkaammin muutamien jalkapallon, jääkiekon ja salibandyn kaltaisiin suosikkilajeihin, löytyy yhä harvemmas lajista kansainvälisen menestyksen tavoittelun edellyttämää harrastajamassaa. On todennäköistä, että seuraavien 5–15 vuoden aikana joudumme monissa perinteisissä suomalaislajeissa todistamaan mäkihypyssä nähdyn kaltaista eksistentiaalista syöksykierrettä. Kultamitalilajeistamme esimerkiksi soudussa edellinen olympiaesiintyminen tapahtui Pekingissä 2008, ratamelonnassa Lontoossa 2012. Edellisestä kesälajien kultamitalista on vierähtänyt 14 vuotta, ja on todennäköistä, että lähiolympiadien aikana Suomi tulee ensimmäistä kertaa jäämään kesäkisoissa kokonaan vaille mitalia.

Suomalaisen huippu-urheilun johtamishaasteista on puhuttu pitkään. Vuonna 2017 olympiakomitea sai vastuulleen koko suomalaisen liikuntakentän johtamisen ulottuen väestötason liikkumisen edistämisestä aina huippu-urheilumenestyksen tuottamiseen. Olympiakomitean rooli on ristiriitainen, koska yhtäältä liikunnan ja urheilun, toisaalta kilpaurheilun ja huippu-urheilun intressit ovat vain osittain yhteiset. Olympiakomitean huippu-urheilutyötä vaikeuttaa se, että Suomesta puuttuu yhteinen näkemys huippu-urheilun tehtävästä sekä niistä mittareista, joilla tässä tehtävässä onnistumista mitataan. Poliittisena kysymyksenä huippu-urheilu on meillä kaikesta julkisesta huomiosta huolimatta jäänyt marginaaliseksi. ♦

⇒ Kirjoitus perustuu Jokisipilän opetus- ja kulttuuriministeriölle osana huippu-urheilun ulkoista arviointia laatimaan selvitykseen ”Huippu-urheilu osana suomalaista yhteiskuntaa ja kulttuuria”.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-784-0>



SAARA HAAPANEN, PHD

yrittäjä

Performance is Haapanen

saara@performanceishaapanen.com

Kokemuksiani urheilusta kolmessa eri maassa

Olen aina halunnut tulla paremmaksi valmentajaksi. Nykyisin autan tavallisia ihmisiä elämään onnellisemmin ja terveellisemmin.



Saara Haapanen.

Kuva: Saara Haapasen kotitalouksi

VARTUIN KANADASSA. Aloitin uimahyppyurani 10-vuotiaana. Valitsin lajin, koska uimahallissa oli trampoliini ja uimahyppytunnit olivat halvempia kuin trampoliinitunnit. Jaoin lehtiä ja olin ostanut trampoliinin, mutta halusin oppia tekemään voltin. Niinpä ilmoit-tauduin uimahyppytunneille.

Rakastuin uimahyppyihin ja kävin hyvin nopeasti läpi *Learn to Dive* -ohjelman neljä tasoa. Aloitin uimahyppyvalmennuksen 14-vuotiaana ja tajusin, että tämä voisi olla pääsylippuni pois kanadalaisesta pikkukaupungista.

Pääsin vuonna 2003 Wyomingin yliopiston uimahyppyjoukkueeseen (University of Wyoming Cowgirls). Koin neljä poikkeuksellista vuotta. Opin, mitä on olla osa joukkuetta, ja tapasin elämäni rakkauten, Brentin. Mutta tunsin myös paljon kilpailemisen aiheuttamaa ahdistusta. Usein en nukkunut, jos olin kilpailumatkalla. Minua hoidettiin unihäiriöiden vuoksi, mutta ahdistus diagnosoitiin vasta aivokuvauksessa 36-vuotiaana.

Yliopistossa oli melkein joka viikko kahden joukkueen miniotteluita. Nämä tapahtumat opettivat minua käsittele-

mään ahdistustani ja uniongelmaani. Opiskelin myös psykologiaa ja kinesiologiaa, joiden uskon auttaneen minua valtavasti. Yritin keskittyneesti olla mahdollisimman hyvä urheilija ja ihminen.

Viimeisenä yliopistovuoteni 2007 kävin urheilupsykologian kurssin ja koko maailmani muuttui. Rakastuin taas, kaikki kurssilla oli niin merkityksellistä minulle ja urheilu-uralleni – oli kuin olisin saanut supervoiman. Opin asioita, jotka auttoivat minua paljon kilpailu-ahdistuksessa, suorituskyvyn säätelyssä, ajatusmalleissa, motivaatiossa, emotionaalisisessa säätelyssä ja psykobiososiaalisissa tiloissa.

Viimeisemä opiskeluvuoteni voitin konferenssimestaruuden, mikä oli loistavaa, kova työni tuotti tulosta. Olin innoissani siitä, että olin löytänyt juttuni. Tajusin lopulta, mitä halusin tehdä isona. Oli kuin maailmankaikkeus olisi tasoittanut tietä minulle.

Pääsin onnekseni Jyväskylän yliopiston urheilu- ja liikuntapsykologian maisteriohjelman ensimmäisten joukossa vuonna 2007. Sulhaseni ja minä muutimme Suomeen.

Aloitin opiskelut uopuudessa ohjelmassa ja harjoittelin vuoden 2008 olympialaisiin suomalaisurheilijana.

Vaikka vartuin Kanadassa, molemmat vanhempani ovat suomalaisia, joten minulla oli kaksoiskansalaisuus. Ensimmäisen kerran edustin Suomea Grand Prix -tapahtumassa ulkoilmassa Fort Lauderdaleissa Floridassa – ja ulkona hyppääminen on hieman haastavaa sisällä hyppäämään tottuneelle. Kun uima-allas ja taivas ovat molemmat samanvärisiä, voi olla vaikeaa päästä ylös alhaalta. Oli myös ensimmäinen kerta, kun hyppäsin 3,5 voltia eteenpäin, mikä oli erehdys. Sisuunnuin kuitenkin ja sijoituin 18. sijalle maailman parhaiden hyppääjien parissa. Kilpailu vahvisti asemaani kansainvälisenä huippuhyppääjänä.

Opiskelin seuraavan vuoden Jyväskylässä, harjoittelin Helsingissä ja kilpailin ympäri maailmaa. Olin saanut riittävästi pisteitä kilpaillakseni Pekingin MM-kisoissa helmikuussa, ja minulla oli mahdollisuus päästä olympialaisiin. MM-kisoissa sijoitukseni oli 30:s. Olympialaisissa piti kilpailla 34 parhaan naisen, mutta 12 päivää ennen Pekingin olympialaisten avajaisseremonioita sain tietää, etten pääsekään mukaan. Kilpailuihin otettiin vain 29 hyppääjää, joten olin ensimmäinen, joka jäi ulkopuolella. Olin musertunut.

Pidin paljon ihmisiin suorituskyvyn tutkimisesta. Olen aina ollut erittäin kiinnostunut siitä, miten ja miksi ihmiset menestyvät. Halusin tietää, miten tehdä ihmisistä parempia. Olen pitänyt valmentamisesta kovasti nuoresta pitäen ja se on tuonut minulle paljon iloa.

Olen aina halunnut tulla paremmaksi valmentajaksi. Pro gradu -tutkielmaani varten selvitin 31 maasta kotoisin

olevan 639 hyppääjän motivaatiota. Väitöskirjassani tutkin psykososiaalisia tiloja edeltäviä tekijöitä ja niiden seurauksia suomalaisille ja pohjoisamerikkalaisilla urheilijoille. Muutamia vinkki valmentajille väitöskirjani pohjalta: aina kun mahdollista, luo itsenäisyyttä tukeva ilmapiiri, kasvata koettua osaamista ja edistä haasteiden arviointia optimaalisempien tilojen saavuttamiseksi. Minulle on kertynyt hyvin erilaisia kokemuksia urheilusta kaikissa maissa, joissa olen harjoitellut, joten halusin sisällyttää kulttuurien välisen näkökulman työhöni.

Aikoinaan ajattelin, että haluan työskennellä vain huippu-urheilijoiden kanssa. Sitten sain mahdollisuuden valmentaa tavallisia ihmisiä. Muutos oli valtava, ja sydämeni pakahtui – pystyin antamaan elinikäisiä taitoja. Kokemus oli erilainen kuin urheilijoiden valmentaminen, jolloin olet vain osa joukkuetta, joka auttaa hyppäämään korkeammalle tai juoksemaan hieman nopeammin.

Olen onnekas, että olen saanut vuodesta 2013 lähtien auttaa ihmisiä elämään onnellisempaa ja terveellisempää elämää, vahvistamaan mieltään ja lihaksiaan. Muotoilen 14 viikon ohjelmassani alitajuisia ajatuksia uudelleen, jotta terveystietämisen muuttaminen on helpompaa. Asun ja työskentelen tällä hetkellä Denverissä, Coloradossa mieheni Brentin ja kahden bokserini kanssa. ♦

Käännös Jouko Kokkonen

➔ Saara Haapanen. 2022. Cross-cultural study of social environmental and individual antecedents of psychobiosocial states in high-level Finnish and North American athletes. Jyväskylän yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9311-5>

TÄLTÄ SE TUNTUI

2000 SPA GRAND PRIX,
HÄKKINEN VASTAAN SCHUMACHER

KOE URHEILUN SUURET HETKET
UUDESTAAN. TERVETULOA UUTEEN TAHTOON.
OLYMPIASTADION / TAHTO.COM



ARTO HAUTALA

fysioterapian ja kuntoutuksen apulaisprofessori
Jyväskylän yliopisto
Liikuntatieteellinen tiedekunta
LTS:n varapuheenjohtaja
arto.j.hautala@jyu.fi

Liikunta – stressin laukaisija vai lataaja?

ARKI KYSYV RESILIENTSIÄ toisin sanoen jatkuvaa kohtaamista ja vuoropuhelua hyvän (eustressi) ja pahan (distressi) stressin välillä. Usein törmäämme siihen käsitykseen, että stressi tarkoittaa jotain kielteistä, joka syö voimavaroja ja uuvuttaa. Näinhän ei kuitenkaan ole, vaan stressi on osa jokapäiväistä arkea, joka laittaa vipinää kinttuihin. Monesti se sykäyttää positiivisesti, kun esimerkiksi määräpäivä kirjoittaa Liikunta & Tiede -lehden Polttopisteessä lähestyy. Kuormituksen kasaantuessa syystä tai toisesta käännekohta distressin suuntaan voi tietysti olla lähellä. Keskeistä yksilön näkökulmasta onkin se, miten pitää tasapaino myönteisen puolella. Monesti helpommin sanottu kuin tehty.

On mielenkiintoista havaita, että ihmisen elimistö ei fysiologisesta näkökulmasta pysty tunnistamaan syntykö muun muassa verenpaineen nousuna ilmenevä stressi fyysisestä aktiivisuudesta vai tunnereaktiossa. Tästä löyty mielenkiintoinen esimerkki jääkiekon SM-liigan katsomosta. Veimme tutkimusmielessä sydänpotilaita katsomaan Oulun Kärppien pudotuspelejä. Tutkittavat olivat tietysti kotijoukkueen faneja, joita monitoritiin pelin ajan hyvin tarkasti. Vastustajan tehdessä maalilin tutkittavan systolinen verenpaine nousi hetkessä noin 40 elohopeamillimetriä ja saavutti 210 elohopeamillimetritason, mutta ilmeikään ei värähtänyt, eikä mitään liikettä tapahtunut.

Tunnetila ohjaa vahvasti elimistön sydän- ja verenkierroelimistön vasteita yhtä lailla kuin liikunta. Tämä tekee erityisesti kroonisen stressin ja sen oireiden tulkinnasta vaikeaa. Fyysiset oireet, kuten pidempään koholla oleva verenpaine, huonosti nukutut yöt, motivaatiopula, ärtyisyys, väsymys ja toimintakyvyn heikkeneminen, antavat olettaa, että liika on liikaa, syntyipä elimistön pidempikestoinen kuormitus mistä syystä tahansa. Urheilijan ylikuormituksen tyypillisiä piirteitä ovat suoritus- ja harjoittelukyvyn heikkeneminen ja miltei jatkuva väsymys ja voimattomuus. Samanlaisia oireita tunnistetaan työkyvyn heikkenemiseen liittyvässä työuupumuksessa.

Ydinsyiden tarkastelu lienee ainoa oikea toimintatapa, kun distressi on päällä. Voimattomuus ja väsymys ovat merkkejä, joita ei pidä väheksyä. Kannattaa pohtia, mistä stressi kumpuaa. Onko esimerkiksi aiheuttajana parisuhde,

töissä jaksaminen, liiallinen viikoittainen liikunnan määrä vai kaikkien yhdistelmä? Kun stressin aiheuttaja löytyy, kannattaa tietenkin ensisijaisesti pyrkiä vaikuttamaan siihen.

Voidaanko tilanne purkaa liikunnalla? Kyllä ja ei. Jos hyväksymme sen, ettei elimistö fysiologisesti tunnista stressin alkuperää, niin aivot ja mieli kyllä tunnistavat. Liikunnan ei välttämättä pidä olla kevyttä ollakseen palauttavaa. Pikemminkin määrä ja teho voisivat olla sellaisia, että liikunnan jälkeen olo on rentoutunut ja mieli virkistynyt.

Liikuntatuokion vaste voi olla yksilöllisesti hyvin erilainen. Joku rentoutuu ja purkaa stressinsä kovatehoisella intervallitreenillä tänään, mutta ei enää huomenna. Toiselle palauttava lempeä liikunta on sellaista, jossa syke ei nouse kovin korkealle. Tällaista liikuntaa voi harrastaa useita kertoja päivässä ja lyhyenkin aikaa, ehkä eri liikuntalajeja muunnellen. Stressin purkuun pitäisikin valita laji tai lajeja, joista itse pitää. Kun liikunnalla tavoitellaan stressin laukaisua, tärkeintä on saavuttaa hyvä olo. Hampaat irvessä tamppaaminen vastenmielisen lajin parissa tuskin tuottaa hyvää fiilistä.

On hyvä muistuttaa, että liikunnassa kannattaa rohkeasti kokeilla ja seurata omaa tuntemusta liikunnan jälkeen. Vaikka jollakulla kova kuntosalitreenei purkaa paineita, niin usein se vain kasvattaa stressiä, ja voi johtaa entistä huonompaan oloon, jos puntinkolistaja on jo valmiiksi stressaantunut. Silloin kannattaa levätä ja tehdä seuraavalla kerralla ihan erilainen, selvästi kevyempi harjoitus ja seurata, millainen vaste siitä tulee. Lepopäiväkin liikunnasta voi tuottaa uudelleen latautuneet voimavarat.

Oman kehon äänen kuunteleminen on tärkeää, mutta kuuluuko ääni? Vaikka älykello tai unianalyysi kuinka kertoisi hyvästä valmiudesta ja palautumisesta kehottaen lähemmäs lenkille, kannattaa levätä, jos keho ja mieli tuntuvat väsyneiltä. Toisaalta teknologian tuomat apuvälineet voivat olla mainio keino opetella kuulemaan ja kuuntelemaan oman kehon ääntä. Kun elämässä ei ole stressitekijöitä ja olo tuntuu virkeältä, voi esimerkiksi vakiolenkillä seurata sykettä suunnilleen omalla tavallisella juoksunopeudella ja havainnoida keskisykettä. Jos syke nousee vakiolenkillä selvästi normaalia korkeammalle tasolle, se todennäköisesti kertoo stressistä, ainakin fysiologisesti. ♦

Oman kehon äänen kuunteleminen on tärkeää, mutta kuuluuko ääni?

Yhteiskunta- ja käyttäytymistieteet

ANNA-KATRIINA SALMIKANGAS

anna-katriina.salmikangas@juu.fi

Jalkapallo toi mielihyvää maahanmuuttajamiesten elämään

JALKAPALLON PELAAMISEN TUOTTAMILLA mielihyvän ja ilon kokemuksilla on yhteiskunnallista merkitystä turvapaikanhakijamiesten arjessa. **Chis Webster** tutki kolme vuotta kestäneessä tutkimuksessa etnografisin menetelmin yhdeksän turvapaikkaa hakeneen miehen kokemuksia Iso-Britanniassa. Hän havaitsi viikoittaisen jalkapallon pelaamisen tuottavan emotionaalista, kognitiivista, puhdistavaa ja sosiaalisen yhdessäolon tuottamaa mielihyvää.

Jalkapalloilemalla turvapaikanhakijat pystyivät saavuttamaan saman emotionaalisen mielihyvän tunteen kuin lapsena pelatessaan kavereiden kanssa entisessä kotimaassaan. Turvapaikanhakijat tunsivat olevansa elossa siinä hetkessä, kun saivat yhteyden menneisyydessä heille mielihyvää tuottaneisiin asioihin.

Kognitiivinen mielihyvä tuli esille heidän kokemuksissaan jalkapallon tuoksinassa esiintyvänä pelinluku- ja ongelmanratkaisutaitoina. Turvapaikanhakijoilla ei välttämättä ollut mahdollisuutta kokea samanlaista mielihyvää työn tai opiskelujen kautta. Pelihetket antoivat heille mahdollisuuden henkiseen haasteeseen, jota he eivät kokeneet odottaessaan passiivisesti turvapaikkapäätöstä. Jalkapalloilu tarjosi myös puhdistavan (katharsis) kokemuksen. Turvapaikanhakijan stressi ei vaivannut, kun huolet jäivät jalkapallokentän ulkopuolelle.

Monikulttuurisessa ryhmään kuului sekä uuden mahdollisen kotimaan edustajia että eri syistä turvapaikanhakijoina olevia henkilöitä. Heille oli tärkeää, ettei jalkapallon pelaaminen ryhmässä leimannut heitä maahanmuuttajiksi kuten turvapaikanhakuprosessi, vaan pelaamaan pääsi kuka tahansa. Turvapaikanhakijat kokivat olonsa turvallisiksi pelatessaan ja jakaessaan jokapäiväistä elämää muiden kanssa. Jalkapalloa pelattiin julkisessa ja sosiaalisessa tilassa kentällä, joka sijaitsi kantakaupungin sydämessä. Näin turvapaikanhakijat tulivat myös konkreettisesti näkyviksi kaupungissa. Pelaamisesta nautittiin yhdessä ja sen tuottamia mielihyvän kokemuksia muisteltiin myös muussa arjessa.

Jalkapallo tarjosi miehille mahdollisuuden paeta hetkellisesti kipua ja tuskaa, epävarmuutta ja tulevaisuuden pelkoa. Pelaamisesta tuoma mielihyvä ei kuitenkaan lopettanut arjen rasismia ja turvapaikkahakemusten käsittely-

prosessin aiheuttamia poliittisia ongelmia. Ilon hetket saivat synkkyyden poistumaan, vaikka heidän elämänsä oli täynnä huolta perheen hyvinvoinnista, kotimaan turvallisuustilanteesta ja oman turvapaikkahakemuksen käsittelystä.

LÄHDE

Webster, C. 2022. The (in)significance of footballing pleasures in the lives of forced migrant men, *Sport in Society*, 25:3, 523-536, DOI: 10.1080/17430437.2022.2017815

Läpäpöitto ja huumori edistävät miesten painonpudotusta

AUSTRALIALAISESSA TUTKIMUKSESSA HAVAITTIIN, että oikeanlainen läpäpöitto ja huumori voi edistää miesten painonpudotusta liikuntaa hyödyntävässä ohjelmassa. **Timothy Budden** tutkijaryhmineen löysivät narratiivianalyysillä rennolle ja hausalle puheelle useita merkityksiä.

Läpäpöitolla ja huumorilla painonpudotus saatiin tuntumaan hyvältä, parannettiin toverihenkeä ja annettiin mahdollisuus olla oma itsensä. Miehet kehittivät sen avulla omaa sietokykyään, jota he hyödynsivät antaessaan tukea muille ryhmän jäsenille. Lisäksi ryhmässä hyvin toistensa tuntevat jäsenet pystyivät jakamaan sekä omaan painoonsa että henkiseen hyvinvointiinsa liittyviä asioita. Tällöin huumori ja läpäpöitto tekivät liikkumisen, joukkueen jäsenenä toimimisen ja kokemusten jakamisen vertaisten kanssa houkuttelevaksi.

Rennolla herjanheitolla voi olla myös kielteisiä vaikutuksia, jos se on tilanteeseen sopimatonta, vihamielistä tai sisältää kritiikkiä. Esimerkiksi toisten kustannuksella vitsailu ei tuota myönteisiä vaikutuksia. Interventtioiden kehittäjien ja toteuttajien tulisi huumorin rajoittamisen sijaan ennemminkin tukea tilanteeseen sopivan ja hyvää tarkoittavan huumorin käyttöä miesten painonpudotusryhmissä.

LÄHDE

Budden, T., Dimmock, JA, Smith, B., Rosenberg, M., Beauchamp, MR & Jackson, B. 2021. Making sense of humour among men in a weight-loss program: A dialogical narrative approach, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, DOI: 10.1080/2159676X.2021.1979635

Parkour avasi maahanmuuttaja- taustaisille nuorille miehille kaupunkitilaa

PARKOUR HELPOTTI NUORTEN toisen polven maahanmuuttajien pääsyä kaupunkitilaan Torinossa. Samalla parkour tuki Torinon tavoitteita lisätä kaupungin kiinnostavuutta nuoriso- ja monikulttuurisuuden avulla. Toisen luokan kansalaisiksi itsensä tuntevat maahanmuuttajanuoret pääsivät esittämään taitojaan ja opettamaan parkouria kaupungin tapahtumissa, mikä sai nuoret tuntemaan kaupungin arvostavan heidän osaamistaan.

Nuorille tarjottiin myös mahdollisuutta esittää oma harrastuspaikan rakentamista parkourille, mikä ei heidän mielestään sopinut vapaamuotoisen lajin luonteeseen. Sen

sijaan nuoret toivoivat, että kaupunkikuvan kehittäjät olisivat puolustaneet heidän oikeuttaan kaupunkitilaan vihamielisesti suhtautuvien virkamiesten ja kaupunkilaisten suuntaan.

Nicola De Martini Ugolotti havaitsi etnografian menetelmin, miten vapaamuotoisen ei-organisoidun liikkumisen avulla voidaan helpottaa kulttuurienvälistä kohtaamista urbaanissa ympäristössä. Vapaamuotoisen liikkumisen, kuten parkourin, on todettu helpottavan kulttuurienvälistä kohtaamista. Silti vapaamuotoinen liikkuminen on sisällytynyt harvoin kaupunkien elävöittämissuunnitelmiin.

LÄHDE

De Martini Ugolotti, N. 2022. Contested bodies in a regenerating city: post-migrant men's contingent citizenship, parkour and diaspora spaces, *Leisure Studies*, DOI: 10.1080/02614367.2022.2085775



Kuva: Pontenews, Torino

Liikuntapedagogiikka

KASPER SALIN
kasper.salin@jyu.fi

Koulussa saatu lisäharjoittelu parantaa kuntoa ja oppimistuloksia

MERKITTÄVÄ OSA LAPSISTA JA NUORISTA ei saavuta fyysisen aktiivisuuden suosituksia. Liikunnan lisäämisellä on myös huomattu voivan olla positiivisia vaikutuksia lasten fyysiseen kuntoon, terveyteen ja suoriutumiseen koulussa.

Seger kollegoineen (2022) halusi selvittää, miten ylimääräinen aerobinen harjoittelu koulupäivän aikana aerobiseen kuntoon, lihasvoimaan, kouluarvosanoihin ja terveyteen. Kaksivuotiseen projektiin rekrytoitiin 122 13–14-vuotiasta oppilasta. Kolmen koulun oppilaat osallistuivat ylimääräiseen 30 minuutin aerobiseen harjoitukseen liikunnanopettajien vetäminä. Tämän lisäksi tutkimuksessa oli 26 oppilaan kontrolliryhmä. Molemmilla ryhmillä oli opetussuunnitelman mukainen liikuntatunti (60 min.) kahdesti viikossa.

Koeryhmäläisten aerobisessa kunnan, lihasvoiman ja kouluarvosanojen (englanti, ruotsi, liikunta) havaittiin pa-

rantuneen intervention tuloksena. Arvosanat nousivat molemmilla sukupuolilla, mutta fyysisen kunnan muutokset olivat suurempia pojilla kuin tytöillä. Muutokset koskivat kaikkia kolmea interventioryhmää mukaan lukien koulu, jossa oli selvästi enemmän maahanmuuttajataustaisia oppilaita kuin muissa kouluissa.

Tutkimus antaa selviä viitteitä siitä, että koulupäivän aikaisella lisätyllä harjoittelulla voidaan parantaa erityisesti oppilaiden fyysistä kuntoa, mutta myös mahdollisesti kouluarvosanoja. Esimerkiksi pidennetyn välitunnin aikana voidaan hyvin järjestää ylimääräinen aerobisen harjoittelun tuokio.

LÄHDE

Seger, I., Lundvall, S., Eklund, A., Jamshidpey, A., Takats, J., Ståhlman, C., Tidén A., Andersson, E. A. 2022. A Sustainable Swedish School Intervention with Extra Aerobic Exercise—Its Organization and Effects on Physical Fitness and Academic Achievement. *Sustainability* 14(5), 2822.



Kuva: Juha Laitalainen

Työyhteisöön sosiaalistuminen usein hankalaa aloittelevalla opettajalle

OPETTAJALLE ENSIMMÄISET TYÖVUODET ovat usein kriittisiä koko työuran kannalta. Tässä induktiovaiheessa noviisiopettajat kokevat lukuisia vaikeuksia sosiaalistuessaan työyhteisöön. Monien uusien vastualueiden hoitaminen voi aiheuttaa tunnetta siitä, ettei ole vielä valmis koulutuksen jälkeenkään.

Runa Westerlund ja **Inger Eliasson** (2022) halusivat selvittää, miten uran alkuvaiheessa ruotsalaiset liikunnanopettajat käsittelevät induktiovaihetta, ja minkälaisia hankaluuksia he kohtaavat. Tutkimusta varten haastateltiin yhteensä kahdeksan induktiovaiheessa olevaa opettajaa. Uran alkuvaiheessa opettajat kokivat lukuisia vaikeuksia, joita olivat muun muassa todellisuusshokki, väheksyntä ja eristäytyminen. Todellisuusshokki iskee, kun opettaja ymmärtää, mistä kaikesta hänen pitäisi kantaa vastuuta. Nuoret opettajat joutuvat myös huomaamaan, että työhön kuuluu paljon asioita, mihin koulutus ei ole heitä valmistanut.

Nuoret opettajat tarttuivat kohtaamiinsa ongelmiin ja koettivat ratkoa niitä eri keinoin, joista kolme nousi keskeisiksi: 1) sosiaalistuminen vahvasti työyhteisöön, 2) liikunnanopettajan roolin korostamista terveyden edistäjänä ja 3) kriittisen opetusperspektiivin ylläpitäminen. Opettajien sosiaalistuminen työyhteisöön nojaa vahvasti yksilön kykyyn luoda suhteita ja vuorovaikutustilanteita muiden kanssa. Induktiovaihe kaipaa selkeää organisaatiotason tukea, jotta yksilö kokee kiinnittyvänsä työyhteisöön ja olevansa osa porukkaa.

Mentorointi voisi olla nuorelle opettajalle väylä paitsi sosiaalistua työyhteisöön, mutta myös tuoda esille työssä koettuja hankaluuksia ja sanoittaa niitä muiden kollegoiden kesken. Mentorointi saattaisi myös vähentää liikunnanopettajien kokemaa eristytymistä, jota voimistavat usein muualla kuin koulurakennuksessa sijaitsevat toimintaympäristöt. Työuran alkuvaiheiden tutkimusta tarvitaan lisää, jotta opettajan työstä luopumista voitaisiin vähentää ja säilyttää koulutetut ammattilaiset alalla.

LÄHDE

Westerlund, R. & Eliasson I. 2022. 'I am finding my path': A case study of Swedish novice physical education teachers' experiences when managing the realities and challenges of their first years in the profession. *European Physical Education Review* 28(2), 303–321.

Eristäytyneisyys voi vaikuttaa liikunnanopettajan työtyytyväisyyteen

ERISTÄYTYNEISYYDEN TUNNE on monelle opettajalle tuttu tunne ja erityisesti se korostuu liikunnanopettajilla. Liikunnanopettaja työskentelee usein koulurakennuksen ulkopuolella, jolloin kollegiaalista vuorovaikutusta ei pääse välttämättä syntymään riittävästi.

Christa Spicer ja **Daniel Robinson** (2021) halusivat kirjallisuuskatsauksen avulla selvittää, millaisia vaikutuksia eristäytyneisyydellä on, ja millaisia ratkaisuja tilanteeseen on. He havaitsivat, että eristäytyneisyys aiheutti opettajille mielenkiinnon laskua työtä kohtaan, loppuun palamista ja kokemuksia työyhteisön ulkopuolelle jäämisestä. Koska liikunnanopettajat ovat monesti oman erityisalansa ainoita tai harvoja specialisteja, he myös kokivat oppiaineensa statuksen olevan olevan alhaisempi ja suorastaan väheksytty.

Työnjohdolla voidaan vähentää eristäytyneisyyden tunnetta, mutta siihen voidaan vaikuttaa myös opettajankoulutuksessa. Tulevia opettajia tulisi valmistaa siihen, että ajoittain työ voi olla yksinäistä. Näin ollen kollegiaalisen yhteistyön tekeminen on tärkeää heti alusta asti ja lisäksi sidosryhmäyhteistyö voi auttaa navigoimaan opettajan työn alkuvaiheessa.

Mahdollisen eristäytyneisyysongelman ymmärtäminen jo opintovaiheessa voi auttaa sietämään eristäytyneisyyden tunnetta ja käsittelemään hetkiä, jolloin kaipaisi kollegiaalista yhteistyötä. Esimerkiksi aktiivinen osallistuminen monialaisten oppimiskokonaisuuksien tai teemapäivien rakentamiseen voi auttaa työyhteisöön sosiaalistumisessa.

LÄHDE

Spicer, C. & Robinson, D. B. 2021. Alone in the gym: A review of literature related to physical education teachers and isolation. *Kinesiology Review* 10(1), 66–77.

Tulevia opettajia tulisi valmistaa siihen, että ajoittain työ voi olla yksinäistä.

Psykologia

HANNA-MARI TOIVONEN

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

Huippuvalmentajien henkinen hyvinvointi koetuksella jo kauden alla

HUIPPUVALMENTAJAN TYÖPAIKKA on uhattuna, jos tulosta ei tule. Korkeat stressitasot saattavat altistaa työuupumukseen ja alentaa henkistä hyvinvointia. **Baldockin ja kumppaneiden** tutkimuksen mukaan Englannin korkeimmilla sarjatasoilla työskentelevät jalkapallovalmentajat kokivat ennen kauden alkua henkisen hyvinvointinsa alhaiseksi korkeiden menestyspaineiden vuoksi. Kauden aikana valmentajat kokivat henkisen hyvinvointinsa kohtalaiseksi ja loppuun palamisen oireet alhaisiksi tai kohtalaisiksi. Loppukaudesta valmentajien henkinen uupumus ja itsensä epätodelliseksi ja vieraaksi tunteminen (engl. depersonalization) olivat korkeita suuren työtaakan, konfliktien sekä suoritukseen ja organisaatioon liittyvien stressitekijöiden vuoksi.

Tutkimuksessa selvitettiin kyselyillä 18:n miespuolisen huippujalkapallovalmentajan stressiin liittyviä tekijöitä ja henkistä hyvinvointia neljästi kauden aikana. Lisäksi kahdeksaa valmentajista haastateltiin neljästi kauden aikana, jolloin tutkijat selvittivät kyselyssä tunnistettujen stressitekijöiden vaikutusta henkiseen hyvinvointiin.

Vakavimmiksi arvioidut stressitekijät johtivat läpi kauden heikentyneeseen henkiseen hyvinvointiin ja suoritussuorituksen puutteeseen sekä lisääntyneeseen itsensä epätodelliseksi ja vieraaksi tuntemiseen. Valmentajat, jotka epäonnistuivat stressin tehokkaassa säätelyssä, kokivat enemmän kielteisiä tunteita ja muita negatiivisia henkilökohtaisia seurauksia.

Tutkijoiden mukaan valmentajien stressikokemusten kauden aikaisten vaihteluiden ja henkiseen hyvinvointiin kohdistuvan vaikutuksen kokonaisvaltainen ymmärtäminen auttaa kouluttamaan valmentajia ymmärtämään heidän rooliinsa liittyvän stressin vaikutuksia. Stressikokemuksia aiheuttavat esimerkiksi stressitekijät, selviytymisstrategiat ja tunnereaktiot. Etenkin sosiaaliset verkostot auttoivat valmentajia stressitekijöiden käsittelyssä, joten tutkijat kannustivat heitä panostamaan niihin.

LÄHDE:

Baldock, L., Cropley, B., Mellalieu, S. D., & Neil, R. 2022. A longitudinal examination of stress and mental ill-/well-being in elite football coaches. *The Sport Psychologist*. <https://doi-org.ezproxy.jyu.fi/10.1123/tsp.2021-0184>



Kuva: Antero Aaltonen

Tehokkaan paineensieto- harjoittelun salat

PAINEENSIETOHARJOITTELU (engl. pressure training) auttaa urheilijoita suoriutumaan paineen alla. Menetelmässä lisätään painetta harjoittelussa. Paineensietoharjoittelun tehokkuus riippuu kuitenkin muustakin kuin paineen luomisesta. Harjoittelun tulee tapahtua yhteistyössä urheilijoiden ja valmentajien kanssa ja se on integroiva harjoittelukokonaisuuteen. Sen tulee edistää oppimista ja olla läpinäkyvää.

Low tutkimusryhmineen haastatteli kahdeksaa kansainvälisen tason urheilijaa sekä kahdeksaa urheilupsykologia heidän kokemuksistaan paineensietoharjoittelun käytöstä. Psykologit painottivat, että paineensietoharjoittelussa tulee tuntee erityisen hyvin lajin luonne sekä yksittäinen joukkue tai urheilija. Urheilijoiden tunteminen ja kuunteleminen auttaa parhaiten määrittämään, minkä vaatimusten tai seurausten lisääminen kasvattaa painetta.

Paineensietoharjoittelun tulee olla osa normaalia harjoittelua, ei erillinen harjoitus. Sekä urheilupsykologien että urheilijoiden mielestä usein toistuvat pienet harjoitukset liitettynä harjoittelukokonaisuuteen tuottavat parempia tuloksia kuin erilliset harjoitukset. Psykologit kertoivat välttävänsä paineensietoharjoittelusta puhumista sen negatiivisen leiman vuoksi. Haastateltavat toivatkin esiin, että paineensietoharjoittelu ei saa tuntua rangaistukselta, vaan sen tulisi olla mahdollisuus kehittyä. Urheilijalle tulee opettaa keinoja käsitellä paineita sekä ennen paineensietoharjoittelua että sen jälkeen.

Paineensietoharjoittelun tarkoituksen ja sisällön on oltava läpinäkyvää. Urheilijat kertoivat vihanneensa harjoituksia, joissa valmentajat lisäsivät painetta painottamalla seurauksia kertomatta menettelynsä syitä. Kun paineen kasvattamista ei salata urheilijoilta, voidaan heitä myös valmistaa epämukavuuden kohtaamiseen.

Tutkijoiden mukaan paineensietoharjoittelun toteutus vaikuttaa suuresti sen tehoon. Valmentajien kannattaakin hyödyntää urheilupsykologian ammattilaisten osaamista.

LÄHDE

Low, W. R., Butt, J., Freeman, P., Stoker, M., & Maynard, I. 2022. Effective delivery of pressure training: Perspectives of athletes and sport psychologists. *The Sport Psychologist*. <https://doi-org.ezproxy.jyu.fi/10.1123/tsp.2021-0178>

Matkapuhelimet aiheuttavat ongelmia urheilijoille

MAAILMASSA ON YLI VIISI MILJARDIA matkapuhelinta, jotka ovat osa arkipäivää. Älytoimintojen myötä puhelimien käyttö on entisestään monipuolistunut. Samalla myös ongelmat lisääntyneet. Matkapuhelimen käyttö on aiheuttanut ongelmia jo 40 prosentille nuorista singaporelaisurheilijoista. Puhelimen aiheuttaa ongelmia, jos henkilö ei pysty hallitsemaan tai säätelemään sen käyttöä, jolloin väline vaikuttaa kielteisesti hänen arkielämäänsä.

Ong tutkimusryhmineen pyrki tunnistamaan matkapuhelinten ongelmakäyttöön liittyviä tekijöitä ja niiden vaikutusta nuoriin urheilijoihin. Tutkimukseen osallistui 369 nuorta singaporelaisurheilijaa, jotka täyttivät sähköisen kyselyn.

Tutkittavat käyttivät matkapuhelimiin usein, kun heillä oli tylsää tai jos he tunsivat olonsa epämukavaksi. Esimerkiksi koulupaineista ja -vaatimuksista selviytymiseksi turvaututtiin puhelimiin, jotka koettiin mukavaksi ajanvietteeksi ja hyväksi kommunikointivälineiksi. Puhelinten käyttäminen oli monille tapa ja jopa pakkomielle. Nuoret urheilijat pelkäsivät jäävänsä jostain paitsi, jos he eivät avanneet puhelintaan myös urheillessaan. Helpokäyttöisen matkapuhelimen voi napata nopeasti käteen, mikä osaltaan lisää ongelmakäyttöä. Monet tutkittavista kokivatkin, etteivät he hallitse matkapuhelimensa käyttöä.

Urheilijat tunsivat puhelinkäytön aiheuttavan useita ongelmia. He pitivät jatkuvaa räpläämistä ajantuhlauksesta: aika ei aina riittänyt kouluun ja urheiluun panostamiseen. Puhelinten ongelmakäyttö aiheutti myös väsymystä ja riippuvuutta. Urheilun näkökulmasta nuoret arvioivat puhelimen käytön heikentävän muun muassa keskittymistä ja harjoittelun laatua.

Tutkijoiden mukaan valmentajien ja vanhempien tulisi kiinnittää huomiota nuorten matkapuhelinten käyttöön ja tunnistaa ongelmiin johtavia tekijöitä. Aikuiset voivat auttaa nuoria hallitsemaan matkapuhelimensa käyttöä. Tarpeen ovat myös nuorille suunnatut ohjelmat, joissa heitä autetaan ymmärtämään ongelmakäytön seurauksia ja tuetaan myönteisiä matkapuhelinten käyttötapoja.

LÄHDE:

Ong, N. C. H., Keea, Y. H., Pillaib, J. S., Limc, H. B. T. & Chuac, J. H. E. 2022. Problematic mobile phone use among youth athletes: A topic modelling approach. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2022.2078856>

Aikuiset voivat auttaa nuoria hallitsemaan matkapuhelimensa käyttöä.

Lääketiede

EERO HAAPALA
eero.a.haapla@jyu.fi

Liikkuminen tukee kognitiivisia toimintoja myös dementiassa

ERILAISET DEMENTIAT VAIKUTTAVAT maailmanlaajuisesti yli 50 miljoonaa ihmiseen ja määrän on arvioitu kolminkertais-tuvan tulevien kolmen vuosikymmenen aikana. Dementiat vaikuttavat monin tavoin hyvinvointiin, elämänlaatuun ja toimintakykyyn.

Erilaisten dementioiden ehkäisystrategioiden löytäminen on tärkeää, mutta lisäksi tarvitaan myös keinoja tiedollisten toimintojen tukemiseen dementiasta jo kärsiville. Liikunta voi olla yksi lääkkeetön keino tukea kognitiota. Tuoreen meta-analyysin mukaan liikunnalla näyttäisikin olevan pieni positiivinen vaikutus kognitiivisiin toimintoihin dementiaan sairastuneilla henkilöillä.

Balbimin ja kumppanien meta-analyysiin valikoitui 28 vuosina 1990–2021 julkaistua satunnaistettua ja kontrolloitua interventiotutkimusta. Interventiot kestivät näissä tutkimuksissa 9–65 viikkoa. Meta-analyysin tulosten mukaan liikunnalla oli pieni myönteinen vaikutus tiedollisiin toimintoihin.

Tutkimuksessa tarkasteltiin myös interventioiden tehoon vaikuttavia tekijöitä. Aikaisemmin on havaittu, että esimerkiksi liikunnan tyyppi ja intervention kesto vaikuttavat interventioiden tehoon. Balbimin ja kumppanien analyysin mukaan näillä tekijöillä ei ollut vaikutusta. Merkittävää kuitenkin oli se, että suurempi sitoutuminen interventioon lisäsi sen tehokkuutta.

Kiinnostus aivojen terveyden edistämiseen koko elämänsä aikana on kasvanut vuosina suuresti. Liikunta näyttäisi olevan yksi potentiaalinen keino edistää aivojen terveyttä myös henkilöillä, joiden kognitiiviset toiminnot ovat dementian seurauksena jo heikentyneet. On kuitenkin hyvä huomioida, että liikunnan myönteiset vaikutukset tiedollisiin toimintoihin arvioitiin pieniksi.

Liikunta yksinään ei ole ihmelääke, mutta se auttaa omalta osaltaan tukemaan aivojen terveyttä. Balbimin ja työtovereiden tutkimus tuo lisänäyttöä liikunnan myönteisistä vaikutuksista, mutta antaa myös selkeän kansantervedellisen viestin – vain toteutunut liikunta vaikuttaa.

LÄHDE

Balbim GM, Falck RS, Barha CK, Starkey SY, Bullock A, Davis JC & Liu-Ambrose T. 2022. Effects of exercise training on the cognitive function of older adults with different types of dementia: a systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med* 2022;56:933–940.

Reipas liikkuminen nuoruudessa ehkäisee ylipainoa

LASTEN JA NUORTEN LIHAVUUS ovat keskeinen maailmanlaajuinen kansanterveydellinen ja taloudellinen ongelma. Lapsuudesta ja nuoruudesta asti jatkunut lihavuus kohottaa sydämen ja verenkiertoelimistön sairauksien sekä tyyppin 2 diabeteksen vaaraa myöhemmin elämässä. Vaikka ylipainon ja lihavuuden syyt ovat moninaiset, tuore tutkimus painottaa erityisesti runsaan reippaan ja rasittavan liikunnan merkitystä liiallisen rasvamassan kertymisen ehkäisyssä nuoruuden aikana.

McConnel-Nzunga ja kumppanit tutkivat liikemittareilla mitatun liikunnan ja paikoillaanolon sekä energiansaannin yhteyksiä rasvamassan muutoksiin neljän vuoden

seurannan aikana 9–21-vuotiailla kanadalaisilla. Pojilla rasvamassan kertyminen tasaantui kasvupyrähdyksen tienoilla, kun tytöillä rasvamassa lisääntyi vielä kasvupyrähdyksen jälkeenkin. Runsaampi reipas ja rasittava liikkuminen ennustivat vähäisempää rasvamassan kertymistä sekä tytöillä että pojilla. Lisäksi pojilla vähäisempi paikoillaanolo ennusti pie-

nempää rasvamassaa, mutta tämä yhteys ei ollut riippumaton liikunnasta.

Lasten ja nuorten ylipainon ja lihavuuden syyt ovat monitahoisia, eikä yksi tekijä selitä yksilötasolla normaalipainoisena pysymistä ja painon kertymistä. Siksi tarvitaan tietoa tehokkaimmista keinoista ehkäistä ja vähentää nuoren polven ylipainoa ja lihavuutta. Vaikka McConnel-Nzungan ryhmä ei tutkimuksessa pystynyt huomioimaan kaikkia mahdollisia tekijöitä, niin reippaan ja rasittavan liikunnan edistäminen lapsuudessa ja nuoruudessa osoittautui toimivaksi myös ylipainon ja lihavuuden ehkäisyssä.

LÄHDE

McConnel-Nzunga J, Leigh G, Macdonald HM, Rhodes RE, Hofer SM, Naylor PJ & McKay HA. 2022. A 4-year Mixed Longitudinal Study of Health Behaviors and Fat Mass Accrual during Adolescence and Early Adulthood. *Med Sci Sports Exerc* 2022 (e-pub ahead of print).

Liikunta yksinään ei ole ihmelääke, mutta se tukee osaltaan aivojen terveyttä.

Kestävyyskuntoa vai normaalipainoa sydäntautien ehkäisyyn?

SEKÄ YLIPAINO JA HUONO KESTÄVYYSKUNTO lisäävät sydänsairauksien ja niistä johtuvan kuoleman vaaraa. Mutta kumpi niistä on tärkeämpi? Tuoreen seurantatutkimuksen tulosten mukaan ylipaino ja lihavuus olivat voimakkaampia sydäntautien ilmaantuvuuden ja kokonaiskuolleisuuden vaaratekijöitä kuin huono kestävyyskunto. Sen sijaan lihavuus ja matala kestävyyskunto lisäsivät suunnilleen yhtä paljon sydäntautikuolleisuuden riskiä.

Hemmingssonin ja kumppaneiden tutkimuksessa tarkasteltiin ylipainon, lihavuuden ja kestävyyskunnan yhteyksiä sydäntautien riskiin, niistä johtuviin kuolemantapauksiin sekä kokonaiskuolleisuuteen yli 160 000 aikuisen aineistossa ja 25 vuoden seurannan ajan. Hyvä kestävyyskunto vähensi sydäntautien, sydäntautikuolleisuuden ja kokonaiskuolleisuuden riskiä erityisesti lihavilla henkilöillä. Toisaalta matalin sydäntautien ja kokonaiskuolleisuuden riski oli normaalipainoisilla ja hyväkuntoisilla. Riski kasvoi ylipainoisilla ja lihavilla, ja kestävyyskunnan taso vaikutti siihen melko vähän. Tutkimus ei siis suoraan tue käsitys-

tä siitä, että parempi kunto johtaa aina parempaan lopputulokseen terveyden kannalta, jos samalla on ylipainoa ja lihavuutta.

Hemmingssonin ryhmän tutkimus on hyvä esimerkki siitä, miten vanhastakin aiheesta saadaan uutta ja merkittävää tietoa analysoimalla aineistoa eri tavoin ja hyödyntämällä päivittyntä ja uutta menetelmällistä tietoa. Menetelmien kehityksestä kertoo muun muassa se, että vaikka tutkimuksessa kestävyyskunto arvioitiin epäsuoralla ja submaksimaalisella testillä, se suhteutettiin kehon pituuteen, mikä vähensi kehon koon ja koostumuksen vaikutusta tuloksiin. Tämä paransi tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimus antaa vahvaa lisänäyttöä ylipainon ja lihavuuden ehkäisyn merkityksestä sekä kestävyyskunnan roolista sydäntautien ja niistä johtuvien ennenaikaisten kuolemien ehkäisyssä.

LÄHDE

Hemmingsson E., Väisänen D., Andersson G., Wallin P. & Ekblom-Bak E. 2022. Combinations of BMI and cardiorespiratory fitness categories: trends between 1995 and 2020 and associations with CVD incidence and mortality and all-cause mortality in 471216 adults. Eur J Prev Cardiol 2022;29:959–967.



Kuva: Antero Aaltonen

ANTTI LAINE, LitT
yliopistotutkija
liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
antti.laine@jyu.fi



Kuudenkymmenen metrin juoksijoita Iisnäsissä vuonna 2009. Kuva: Jüssi Eskola

Kun miehet kisailevat

Urheilukentälle päässeet keski-ikäiset miehet kilpailevat ja kuittailevat. Ja nauttivat yhdessäolosta.

ON VUODEN 2022 ELOKUUN TOINEN LAUANTAI. Aamuaurinko kimaltelee hataran pilviverhon välis-
tä Isnäsän kylässä itäisellä Uudellamaalla. Vinossa
oleva tienviitta *Urheilukenttä* ohjaa vajaan tunnin ajomat-
kan Helsingistä tehneitä autoja kääntymään oikealle. Kym-
menisen viittäkymmentä lähenevää stadilaismiestä nousee
verkkaisesti ja raajojaan venytellen autoista. Asetelmia ki-
saan aletaan spekuloida.

Tiilimurskainen 350 metrin rata sulkee sisäänsä rapis-
tuneita suorituspaikkoja hyppy- ja heittolajeille. Moukari-
hän runkotolpat päivystävät ilman verkkoa nurmialueen
päässä. Jalkapallon juniorimaalit, leikattu nurmipinta ja
etenkin lähimaastoon asennetut frisbeegolfin maalikorit
osoittavat, että kylä ei ole hylännyt urheilukenttäänsä. Kent-
tävastaavalle on informoitu tulostamme ja hän on käynyt
avaamassa ovet rakennukseen, josta löytyy tarvittava ko-
koelma yleisurheiluvälineitä.

Osa meistä näkee toisiaan useamman kerran viikos-
sa, osa tapaa täällä kerran vuodessa. Välittömästi vauhtiin
pääsevä lämminhenkinen kuittailu osoittaa, että kaikki
tuntevat hyvin toisensa. Kuulumiset vaihdetaan, pahim-
mat kropan kolotukset ja vammat kerrataan. Puheensori-
na viestii innostuksesta, naurunpurskahdukset kertovat
tunnelmasta.

Alkamasana on *Isnäsän avoimet*, jota kutsutaan olympia-
perinteitä mukaillen kymmenotteluksi, vaikka lajeja on ol-
lut vuodesta riippuen seitsemästä yhdeksään. Tapahtuman
nimeen on haettu mahtipontista mallia urheilun kansain-
välisistä suurtapahtumista. Avointa reittiä tähän kaveri-
porukan kutsukilpailuun ei kuitenkaan ole. Perinne alkoi
vuonna 1997 ja sen jälkeen samalle kentälle on kokoonnut-
tu kerran kesässä joka vuosi, 26 kertaa.

Tällä kertaa tapahtuma aloitetaan poikkeuksellisesti
hiljentymällä kuuntelemaan kappale, jolla kunnioitetaan
aiemmin viikolla poisnukkunutta suurta mestaria, useim-
pien nuoruuden sankaria. **Vesa-Matti Loirin** *Vesku Helis-
maasta* albumin sanoituksista löytyy viesti ikääntyvälle at-
leettijoukkoille: *"Kaipa vanha jaksaa, hiio-hoi! [...] Ennen oli
miehet rautaa, laivat oli puuta hiio-hoi! Hiio-hoi! Puuta ovat
miehet nyt, ja laivat ovat rautaa hiio-hoi! Hiio-hoi!"*

Juuret "Antiikin Isnäsissä"

Idea mittelölle on saatu samaisella kentällä 1980-luvulla
käydyistä koitoksista, joita nimitämme nykyisin "Antiikin
Isnäsiksi". Ne olivat isäni minulle, isoveljelleni ja meidän
kanssa samanikäisille Eskolan veljeksille mökkikesän vi-
rikkeeksi järjestämät yleisurheilukisat. Ensimmäistä ker-
taa kisasimme vuonna 1984, jolloin olimme 9–11-vuotita.
Aitoja ei juostu, eikä seivästä hypätty, mutta kaikki muut
kymmenottelun lajit kuuluivat ohjelmaan. Kymmenen la-
jia tuli täyteen lisäämällä ylimääräinen pikajuoksu mukaan
ja hyppäämällä korkeutta kahdesti. Isäni organisoï, otti ai-
kaa, mittasi ja piti kärsivällisesti kirjaa tuloksista. Mökille
palattuamme me ottelijat suuntasimme uupuneina uimaan
ja saunaan, kun isä laski pisteet. Muutamaa tuntia myöhem-
min pidettiin juhlalliset palkintojenjakoseremoniat.



Ensimmäiset "Antiikin Isnäsän" kisat käytiin vuonna 1984. Osal-
listujat korkeuspaikalla ja rima Zhu Jianhuan silloisissa maailma-
nennätyslukemissa (239 cm). Kuva: Antti Laineen kotialbumi

"Modernin Isnäsän" alullepanijaa ja koollekutsujaa titu-
leeraamme Isnäs-juryn puheenjohtajaksi. Hän on jo "An-
tiikin Isnäsissä" kisannut, Suomen tunnetuimpiin urhei-
lukuvaajiin lukeutuva **Jussi Eskola**. Kutsun saa vuosittain
14–15 henkilöä, joista mukana on keskimäärin kymmenen.
Osallistujakaartissa on ollut vammojen, ulkomaille asettu-
misien ja muiden elämänmuutosten myötä jonkin verran
vaihtuvuutta, mutta ydinporukka on pysynyt koko tapah-
tuman historian samana. Kolme on ollut paikalla kaikki-
na 26 kertana.

Poisjääneiden tilalle on kutsuttu samanhenkisiä, po-
rukkaan sopivia ja useimmille tuttuja, uusia atleetteja. Tär-
keätä on kilpailuhenkisyys, sitoutuneisuus ja pilke silmä-
kulmassa. Useimmilla osallistujilla on kilpaurheilutausta,
pääosin palloilulajeissa. Joukossa on SM-mitalisteja, enti-
siä junioritähtiä ja divarijyriä. Osan ruumiinrakenne on ta-
nakoitunut, mutta kaikki ovat edelleen innokkaita liikkuja.
Yli puolet on pysytellyt mukana kilpailutoiminnassa, ala-
tai ikämiessarjoissa.

Kaikki pelissä – hyvässä hengessä

Viime vuoden voittaja kaivaa laukustaan kiertopokaalin.
Juoma- ja ruokavastaavat asettavat hankkimansa antimet
esille. Tarjolla on kivennäisvettä, limua, mietoja alkoholi-
juomia sekä pari sipsi- ja karkkipussia. Päivä on pitkä. Al-
koholijuomiin ei ole vuosikausiin koskettu ensimmäisten
tuntien aikana, vaikka ei kuskina olisikaan. Parikymmen-
tä vuotta sitten tilanne oli toinen. Vauhtia oli enemmän ja
harkintaa vähemmän. Edellinen kesäilta oli saattanut ve-
nähtää pitkäksi ja unet jääneet lyhyiksi. Nykyisin loukkaan-
tumisriskejä on muutenkin riittävästi ja tasoitustakaan ei
haluta antaa.

Vaatetusta vähennetään ja tossunauhoja kiristetään.
Tapahtuma alkaa juniorimaaleihin pelattavalla futiksella,
jota varten suoritetaan jako nuoriin ja vanhoihin. Mi-



Pituushypyn ilmalentoa vuodelta 2015. Vielä tuolloin lajivoittaja ylitti viisi metriä. Ei enää vuonna 2022. Kuva: Jussi Eskola

käli osallistujia on pariton määrä, vanhat pelaavat yhden ylivoimalla. Pääasiallinen tarkoitus on lämmitellä, mutta voitosta pelataan, sillä tappio tuntuu puolikkaalla pisteellä häviäjien sarakkeessa.

Jalkapallotausta välittyi osan kosketuksesta, muutamien lenkkareista pallo pomppii kuin kivilouhikosta. Uhoa on silti ilmassa ja itseluottamus taitovajeesta huolimatta tapissa. Omia kannustetaan, vastustajille hymy huulilla vinoillaan. Harva malttaa aloittaa rauhallisesti ja maitohapot valloittavat jalat nopeasti.

Pelin ratkettua otetaan läppäri esille. *Nedo, Jugi, Imaami, Hedu, Rahikainen, Sörsseli...* osallistujien vuosien saatossa hioutuneet ”taiteilijanimet” naputellaan taulukon pystysarakkeeseen ja lajit vaakasarakkeeseen. Lajivalikoimaa on vuosien saatossa uudistettu ja sääntöjä hiottu. Viime vuosina lajimääräksi on vakiintunut yhdeksän. Viisi ensimmäistä ovat yleisurheilulajeja: 60 metriä, korkeus- ja pituushyppy sekä keihään- ja kiekonheitto. Moniottelujen pistelaskureita ei tarvita, sillä pisteitä jaetaan lajikohtaisesti paremmuusjärjestyksen, eikä tuloksen mukaan. Lajivoittajalle piste, kakkoselle kaksi ja niin edelleen. Vähiten pisteitä saanut kirjauttaa mestarina nimensä tarralapuvin koristeltuun pokaaliin. Vielä 1990-luvulla sopivia tarroja löytyi saman valmistajan VHS-videokasettipaketeista, mutta sittemmin tyyliä on otettu vapausasteita.

Korkeushyppypatjat, -telineet ja -rima kannetaan varastosta paikoilleen. Keihäs- ja kiekkovalikoima on suppea, mutta käytettävästä välineestä saadaan silti aikaiseksi jokavuotinen väittely. Halkaisijaltaan 22 senttistä ja kahden kilon painoista miesten kiekkoa on ollut tapana hypistellä huvittuneina. Myös 800 gramman keihäs jää varastoon.

Useampi ”tietää”, millä edellisenä vuotena heitettiin, ja pian äänekkäimmät kaksi osoittavat samanaikaisesti eri välinettä – vaikka jo vuosien ajan on kisattu samalla ruosteisella puolentoista kilon kiekolla ja vihreällä 600 gramman keihäällä.

Taktikointimahdollisuuden, tasapuolisuuden ja etenkin erilaisten vammojen myötä jokainen ilmoittaa alkulämmittelyfutuksen jälkeen yhden yleisurheilulajin, johon ei osallistu. Mikäli heittokäden olkapää on vastikään leikattu, väliin jää luultavimmin keihäs ja kiekko irtoaa propellina heikommasta kädestä. Yliastumisista ja varaslähdöistä ollaan armottomia, mutta muutamia poikkeuksia virallisiin sääntöihin on tehty: heittolajeissa ei ole sektoreita, väline saa tulla maahan miten tahansa ja korkeudessa tyyli on vapaa. Floppauksen ja kierähdyksen ohella kahden jalan ”tiikeri” onkin ahkerassa käytössä.

Lajivalikoima on pyritty vuosien varrella yhdessä hiomaan mahdollisimman monipuoliseksi ja kilpailuasetelma tasa-puoliseksi. Tapahtuman merkittävin ja omaleimaisin sääntö koskee yleisurheilun lajiharjoitteluelukieltoa. Vuoden aikana saa trimmata mielin määrin fysiikkaa ja

opiskella tv-lähetyksistä teoriaa, mutta lajiharjoittelu on juoksua lukuun ottamatta pannassa. Harjoitus- tai lämmittelysuorituksia ei sallita edes tapahtumapaikalla.

Tulostaso ei huimaa yleisurheilulajeissa

Ensimmäisenä varsinaisena kilpailulajina oli vuosien ajan korkeushyppy, mutta iän lisääntyessä vammoille erityisen alttiiksi käyneet 60 metrin rykäisyts tehdään nykyisin heti lämmittelyfutuksen päätteeksi. Samasta syystä tämän jälkeen on katsottuärkevimmäksi siirtyä pituushyppypaikal-le. Parikymmentä vuotta sitten tällaisia asioita ei tarvinnut miettiä. Ratakierrosta kokeiltiin vuosia sitten kerran, mutta siinä erot muotoutuivat turhan suuriksi ja pikamatka palautettiin ohjelmaan.

Osallistujamäärän verran numerolappuja sijoitetaan lip-pikseen ja jokainen nostaa yhden. Niiden mukaisesti asetetaan kahteen 60 metrin alkuerään. Kolme parasta etenee finaaliin ja loput jumbofinaaliin. Maalikameraa harvemmin tarvitaan. Vaikka matka on lyhyt, osa hyytyy jo ennen kuin pääsee kunnolla vauhtiin.

Muissa yleisurheilulajeissa suoritukset tehdään ikäjär-jestyksessä, nuorimmasta aloittaen, ja käytössä on kymmenottelun mukaisesti kolme yritystä. Nykyisin nuorin ja siten pituuden aloittava on 46-vuotias. Hän oli nuorin myös vuonna 1997, tuolloin 21-vuotiaana.

Atleetti toisensa jälkeen lähestyy lankkua irvistäen ja ponnistaessa välttelee tossun osumista yliastumiset lahjo-mattomasti osoittavalle ”hiekkakynnykselle”. Laatikkoon laskeuduttua toivotaan sormet ristissä etteivät vanhat vam-mat uusiutuneet tai uusia ilmaantunut. Luullaan leiskau-tetun pitkälle, mutta mittanauha kertoo karun totuuden.



Tahtoa ja voimaa on.
Tekniikka hukassa.

Kuva: Jussi Eskola

Pituushypyssä tulostaso on pudonnut suhteessa eniten. Jokaisen vauhti ja ponnistusvoima ovat jonkin verran hiipuneet; useampia jarruttavat vartalon omat vyölaukut. Aikoinaan lajivoitto edellytti yli viiden metrin tulosta. Nykyisin paras on lähempänä neljää ja puolta, yli puolet jää alle neljän metrin ja muutamille kolme metriäkin on tiukassa. Osalla polvet ovat tosin siinä kunnossa, että kunnioittavia mittoja nekin.

Tulostaso ei huimaa myöskään korkeuspaikalla, jonka monet valitsevat vammojen takia väliin jätettäväksi lajiksi. Aloituskorkeus on suurin pirtein samalla tasolla kuin miesten aidat (106,7 cm) ja liian suurista korotuksista protestoidaan. Vielä muutama vuosi sitten lajivoittoon vaadittiin 160 sentin ylitys, mutta nykyisin riittää vähempikin.

Keihäänheiton mielikuvat tulevat televisiolähetyksistä: vauhtijuoksu, ristiaskleet, tukijalka maahan, heittäkäs taakse ja terävä veto. Tallenteet useimpien toteutuksista kelpaisivat viihdeohjelmiin. Vauhtia on liikaa, jalat sotkeutuvat ristiaskleita ottaessa toisiinsa ja tukijalasta ei ole tietoaakaan. Keppi vaappuu poikittain ilmassa, laskeutuu noin kymmenen metrin päähän nurmeen pyrstö edellä – ja naurua ei pidätellä. Muutamat osaavat tekniikan ja lyhyellä vauhdilla tehdyt rennot vedot lähettävät keihään lähelle 40 metriä.

Betonisessa kiekkoaringissä muistellaan otetta ja asentoa hakiessa, miltä Diskopoloksen patsas näyttää ja pohditaan, pitkö limppu lähettää ilmoille etu- vai pikkusormen kautta. Saatat pikakelata mielessä: liikeradan loppuun saakka kiihtyvä liike, mahdollisimman suuri lähtönopeus ja optimaalinen heittokulma. Pyörähdät liikkeelle ja seuraavat sekunnit ovat kuin hidastetusta filmistä.

Pisteet naputellaan kisan edessä koneelle, johtaja kantaa keltaista paitaa ja taulukkoon hahmottuvat taisteluparit laskelmoivat mahdollisuuksiaan. Kun kiekkoareet on mitattu avautuvat ensimmäiset oluttölkkit ja pidetään pistetilannekatsaus.

Tasoituksia ei tunnetta, eikä tarvita. Pitkähkö nurmipinta ja paineet yllättävät säännöllisesti.

Taitolajeilla tulospakka sekaisin?

Suuret sijoitusheilahtelut ovat edelleen mahdollisia, sillä jäljellä on neljä yllätyksellistä lajia: frisbeegolf, skrubu, golfin chippi ja futiksen

rankkarikisa. Niitä kutsutaan taitolajeiksi – aivan kuin yleisurheilussa jyrättäisiin pelkän fysiikan voimalla. Taitolajeissa testissä on etenkin tarkkuus ja hermokontrolli.

Frisbeegolfia heitetään kaksi rataa ja jokaisen heittonen kokonaismäärä lasketaan yhteen. Jonkun avausheiton kaartaessa keskelle rämeikköä muut osoittavat paikan hymyillen. Kahden heitetyn radan jälkeen samaan tulokseen päätyneet erotellaan paremmuusjärjestykseen ylimääräisin tarkkuusheitoin.

Seuraavaksi haalistuneesta minigrip-pussista kaivetaan esille kerran vuodessa käytössä olevat 1960-luvun hopeamarkat. Niillä – stadilaisia, kun ollaan – stigataan skrubua, eli pyritään heittämään kolikko mahdollisimman lähelle vajaan viiden metrin etäisyydelle asetettavaa tikkaa. Osallistujat jaetaan jälleen arvalla kahteen alkuerään ja samalla heittojärjestykseen. Peli on raaka: sekä alkuerissä että finaaleissa heittoa on tasan yksi ja tiilimurskainen ratapinta asettaa omat haasteensa. Reunalleen alas tulevat kolikot alkavat herkästi kieriä, mikä tarkoittaa muiden taholta ”vovottelua” eli käytännössä vilpitöntä vahingoniloa.

Golfin chipissä matkaa kohteeseen on noin 25 metriä ja yrityksiä kolme. Joukossa on ympärivuotisesti golfia har-



Osallistujat ryhmäkuvassa vuonna 1998. Kuva: Jussi Eskola

rastavia ja kerran vuodessa mailaan tarttujia. Tasoituksia ei tunneta, eikä tarvita. Pitkähkö nurmipinta ja paineet yllettävät säännöllisesti. Lajivoitto menee usein epäonnistuneen kylkiosuman matkaan lähettäneelle.

Viimeiseksi paremmuutta selvitetään kuninkuuslajiksi nimetyssä ja juniorimaaleihin miteltävässä futiksen rangaistuspotkukilpailussa, jonka voittajalle on tiedossa erikoispalkinto. Arpa ratkaisee järjestyksen ja maalivahdin. Torjumassa saattaa olla entinen huippuveskari tai palloa arasteleva pitkänmatkanjuoksija. Suurimman numeron hantusta nostanut aloittaa maalissa ja pienin potkaisee ensimmäisenä. Vetänyt siirtyy maaliin ja numerojärjestyksessä edetään. Pallo verkkoon ja olet jatkossa, epäonnistuminen ja jäät taistelemaan heikoimmista sijoituksista.

Jokainen tietää tilanteensa tulostaulukossa. Vaikka mahdollisuutta nostaa sijoitusta ei enää olisi, kukaan ei luovuta. Onnistumisia juhlietaan hillitysti ja arvokkaasti, sillä näin ajatellaan antiikin olympialaisissakin toimitun. Samasta syystä keihästä on joskus heitetty alasti. Toisaalta, siinä missä antiikin kreikkalaisessa ajatusmaailmassa oli tärkeää vain voitto, eikä osallistuminen, täällä arvoa annetaan molemmille.

Kun viimeinen pilkku on vedetty, palkintopalli kannetaan varastosta esille. Sijoitukset ja pisteet luetaan häntäpästä aloittaen. Jokaiselle taputetaan ja kolmea joka kerta mukana ollutta muistetaan. Voittaja nostaa kiertopalkinnon ja kuninkuuslajin vienyt FIFA World Cup -voittopokaalin taskukokoisen kopion. Kuohuva poksahdaa ja mitalokolmikko kätellään. Kameran itselaukaisin viritetään ja kaikki ryhmittyvät perinteiseen yhteiskuvaan kuin antiikin

vakavaimmeiset patsaat. Roskat kerätään, välineet palauteaan paikoilleen varastoon ja kenttävastaavalle jätetään kiitokseksi viinipullo. Kisat on käyty, mutta ohjelma ei pääty.

”Isnäsin avoimet elää ja voi hyvin”

Osallistujat pakkautuvat autoihin ja letka suuntaa jälkipeleihin kentältä peninkulman päässä sijaitsevalle samalle mökille kuin ”Antiikin Isnäsin” atleetit lähes 40 vuotta sitten. Sauna lämpiämään ja grilli kuumaksi. Perinteet ovat kunniassa; näin on tehty joka kerta ”Modernin Isnäsin” historiassa. Tapahtuman varhaisvuosina meno saunalla oli railakasta ja kuskeja oli vaikea löytää, kun tiedossa oli jatkot tappiin saakka Helsingin yössä. Nykyisin hohitonta kuluu enemmän kuin olutta: joka paikkaan kolottaa useamman päivän ajan ilman krapulaakin.

Rasvapitoisilla grillattavilla paikataan ripeästi energiavajetta. Kaupassa kävijää kehutaan ja oman osuuden suuruutta udellaan. Saunan lauteilla spekuloidaan päivän tapahtumia ja muistellaan vanhoja legendoja. Puhahdetaan meressä ja hehkutetaan uniikkia perinnettä. Tunnustellaan kropan kolotuksia ja todetaan ettei olla enää nuoria.

Kovimmat löylyt ovat terassilla, jossa aletaan jossain vaiheessa puida läpi jokaisen toilailuja vuosien varrelta. Samat jutut kerrataan ja äänekkäästi nauretaan. Välillä vakavoidutaan. Puhutaan töistä ja lasten harrastuksista, ehkä joku sana päivänpolitiikasta. Aika rientää ja ilta hämärtyy. Grilli putsataan, sauna siivotaan ja tavarat pakataan. Yksi osallistujista lausuu arvokkaasti perinteikkäät sanat ”Isnäsin avoimet elää ja voi hyvin”. Kaikki nyökkäävät hymyillen. Vuoden päästä täällä taas. ♦

Vähäinen liikunta voi olla normihomma nuorelle miehelle

Liikunnan harrastaminen on yksi arjen valinnoista. Liikkuminen ei välttämättä yllä korkealle nuoren miehen tarveasteikolla.



”Saanks joululahja rahan tilaisin netistä itelle frisbeegolf kiekko”, kirjoitti huhtikuussa 2021 silloin 17-vuotias ammattioppilaitoksessa opiskeleva siskonpoikani Max WhatsApp-viestissään. Viestissä oli kuvat kiekkoista, jotka häntä kiinnostivat. Minulla on ollut tapana antaa hänelle ja hänen vuotta nuoremmalle veljelleen joululahjaksi vaate- tai harrastusvälinehankintoja heidän ehdotustensa pohjalta. Mielelläni olen viime vuosien aikana vastannut toiveisiin frisbeegolfkiekoista, jalkapallokengistä ja lenkkitossuista, jalkapallosta, scootikypärästä, polvi-, kyynär- ja rannesuojista ja hammassuojista.

Varusteita ja välineitä on myös käytetty, vaikka hyvin usein tietokonepelit, suoratoistopalvelun sarjat, elokuvat ja ”mitä sattuu löytymään” sekä hengailu ja keskustelu kavereiden kanssa Discord ryhmächat -alustalla vievät voiton siskonpoikani vapaa-ajasta. Kysyin Maxilta¹, mikä saa hänet kuitenkin toisinaan lähtemään hetken mielihoiteesta ruudun äärestä pihalle liikkumaan. Vastaus oli selvä: kaverit. Lisäksi pitää olla lämmin ja aurinkoinen keli. Tavoitteena ei suinkaan ole liikunnan harrastaminen, vaan kavereiden näkeminen ja yhteinen ajanvietto, hengailu.

¹ Keskustelin Maxin kanssa puhelimitse 6.8.2022, jolloin sain häneltä myös luvan julkaista häntä koskevaa aineistoa tässä artikkelissa.

Elämän mielekkyyden tavoittelua

Jokainen yksilö tavoittelee tavalla tai toisella subjektiivisesti mielekästä elämää omista lähtökohdistaan. Arkeen valitaan asioita, joiden uskotaan vastaavan omia tarpeita, arvostuksia ja päämääriä. Maxin vastaus edellä on samansuuntainen kuin väitöskirjatutkimuksessani (Kauravaara 2013), jossa nuoren miehen valintoja ohjaavat viisi elämän suolaa: hetkessä eläminen, kiireettömyys, vapaa-ajan runsaus, mahdollisimman vähällä pääseminen ja kaverit. Suolat tekevät elämästä mielekästä ja niiden tulee toteutua arjen valinnoissa, jotta mielekkyyden kokemus säilyy. Tullakseen valituksi liikkumisen tulee vastata niihin tarpeisiin, jotka tekevät elämästä nuoren miehen mielestä elämisen arvoista ja merkityksellistä. Joillakin nuorilla liikkuminen yhtenä arjen valintana vastaa elämän suoloja, joillakin ei. Joskus liikunta voisi kiinnostaakin, mutta elämässä on paljon muutakin mielenkiintoista tekemistä, joka valitaan ennen liikkumista. Liikkuminen kilpailee monien arjen (kulutus) valintojen kanssa.

Etnografisessa tutkimuksessani en lähestynyt vähäisen liikkumisen ilmiötä suoraan. Sen sijaan olin kiinnostunut kone- ja metallialaa ammattikoulussa opiskelevien nuorten miesten arjesta ja elämäntavasta ja siitä, mikä ohjaa heidän arjen valintojaan ylipäänsä. Liikkumisen esteitä on kysytty vähän liikkuvilta nuorilta myös suoraan. Tällä lähestymistavalla onkin pidemmät perinteet kuin elämäntavan näkökulmasta tapahtuvalla tarkastelulla. Esimerkiksi reserviläisten toimintakykyä selittävässä tutkimuksessa (Appelqvist-Schmidlechner ym. 2020) kävi ilmi, että haluttomuus liikkua yksin on merkittävä syy nuorten, armeijan käyneiden vähän psyykkisiä voimavaroja omaavien miesten vähäiseen liikkumiseen vapaa-ajalla. Toinen keskeinen syy oli mielenkiinnon puute. Miehillä, joilla oli hyvät psyykkiset voimavarat, syynä oli useimmiten ajan puute.

Vanttan ja kumppaneiden (2017, 76–77) pitkäaikaistutkimuksessa vähän liikkuvien 14–18-vuotiaiden teini-ikäisten ja 19–28-vuotiaiden nuorten aikuisten naisten ja miesten liikunnan harrastamisen yhtenä esteenä oli laiskuus. He eivät myöskään nauttineet kilpailemisesta, löytäneet itselleen sopivaa liikuntalajia, eikä heillä ollut aikaa liikua. LIITU-tutkimuksessa nuorten lukioikäisten miesten liikuntaharrastuksen yleisimmät esteet olivat samansuuntaisia kuin edellä: ajan puute, muut harrastukset ja se, ettei viitsi lähteä liikkumaan (Koski & Hirvensalo 2021, 53). Arvelen, että vähäisen liikkumisen selityksenä hyvän elämän rakennuspalikoiden ymmärtäminen syventää liikkumisen esteiden tarkastelua ajatellen kokonaiskuvan rakentamista ilmiöstä.

Sosiaalisten rakenteiden raamit

Nuoren itselleen tärkeäksi ja hyväksi elämäksi kokema syntyy vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja on siten myös kulttuuriin sidottua. Itselle merkitykselliset toiset nuoren mie-

hen lähikulttuurissa määrittelevät yhdessä hänen kanssaan sen, mikä kulttuurissa on hyväksyttävää, normin mukaista ja suotavaa, ja mikä paheksuttavaa, noloa ja häpeällistä. Kulttuuriset normit vaikuttavat siihen, mitä tiedostamatta tai tiedostaen mielletään hyväksi elämäksi ja minkälaisia valintoja tehdään ja missä järjestyksessä. Vähäinen liikkuminen näyttäytyi tutkimukseni nuorille miehille lähikulttuurin hyväksyttävänä valintana ja osana kulttuurista makua. Heille vähäinen liikkuminen on tulkintani mukaan riippuvainen työväenluokkaisessa lähikulttuurissa ilmenevissä makutottumuksissa, mutta myös taloudellisissa ehdoista ja ammattikoulun käytännöistä.

Taloudelliset reunaehdot määrittävät osaltaan arjen valintoja. Nuorella miehellä tai hänen perheellään ei aina välttämättä riitä rahaa liikkumiseen. Toki myös makutottumukset vaikuttavat siihen, laite- taanko käytettävissä oleva raha liikkumiseen vai johonkin muuhun tarpeelliseksi katsottuun.

Sosiaaliset asemat ovat yhteydessä erilaisten luokkasidonnaisten instituutioiden käytäntöihin ja rakenteisiin. Ammattikoulussa ilmenevät liikkumista edistävät ja estävät käytännöt ja asenteet vaikuttavat siihen, minkälaisilla mekanismeilla työväenluokkaiset nuoret maksuvat vähän liikuntaa sisältävän elämäntavan tai saavat vähintäänkin vahvistusta sille. Oman tutkimukseni perusteella ammattioppilaitoksen kulttuuriset käytännöt ja fyysinen ympäristö tukivat vähäistä liikkumista. Liikunnan ja terveystiedon opinnot eivät esimerkiksi olleet pakollisia täysi-ikäisille opiskelijoille, kuten eivät muutkaan taide- ja taitoaineet.

Käytännössä liikuntaopetuksen määrä supistui ja osa liikuntatunneista meni hukkaan, kun poissaoloja ja myöhästymisiä oli paljon. Lisäksi osa opetusajasta käytettiin liikuntapaikkoihin kulkemisiin, mutta ei suinkaan omaa kehoa käyttäen. Niin opiskelijat kuin opettajatkin kulkivat autoilla ruokalan ja koulurakennuksen välisen muutaman sadan metrin matkan. Itsestään selvää oli tarkistaa, voisiko kävelyn välttää ja saada kyydin joltakulta. Koulurakennus ei myöskään viihtyisyydellään houkuttellut käyttämään portaita ja siten lisäämään arkiaktiivisuutta, eikä omatoimisen liikkumisen paikkoja juuri ollut.

Yksilöllillä on erilaiset resurssit, kompetenssit ja pääomat tavoitella elämässään erilaisia päämääriä. Nuorella miehellä ei siten ole välttämättä hallussaan sellaisia taloudellisia mahdollisuuksia tai kulttuurista pääomaa, kuten tietoja, taitoja, valmiuksia, suhtautumistapoja, arvoja, jotka muuttuisivat omaa kehoa liikuttavaksi elämäntavalliseksi valinnaksi. Nuoren miehen maun liikkumisen suhteen voi ajatella olevan oikeastaan rationaalista sopeutumista kulttuurisen ja taloudellisen pääoman tarjoamiin mahdollisuuksiin. Hänen elämänkulkunsa ja arjen toimintansa rakentuvat yksilöllisten valintojen ja sosiaalisten rakenteiden vuorovaikutuksessa. Rakenteet raamittavat nuorten miesten elämisen ehtoja, joihin he vastaavat omilla valinnoillaan ja tekemisil-

Itsestään selvää oli tarkistaa, voisiko kävelyn välttää ja saada kyydin joltakulta.

lään tai tekemättä jättämisillään samalla uusintaen rakenteita. Nuori mies joutuu tyytymään ikään kuin välttämättömyyteen, vaikka tuskin pitää itse sitä joutumisena tai edes tunnistaa sitä. Hänelle vähäinen liikkuminen on luonnollinen ja arvokas osa omaa olemista.

Asemoituminen liikuntakentällä vaikuttaa mahdollisuuksiin

Vähän liikkuvien nuorten miesten ryhmä ei ole yhtenäinen. Nuori mies kuuluu samanaikaisesti lukuisiin erilaisiin sosiaalisiin kategorioihin sukupuolensa, ikänsä, seksuaalisen suuntautumisensa, alkuperänsä, toimintakykynsä, ulkonäkönsä, asuinpaikkansa tai koulutuksensa ja yhteiskuntaluokkansa mukaan. Näihin kategorioihin sijoittuminen puolestaan on liikkunassa tai tarkemmin tietyssä lajikultuurissa etuoikeutetun aseman rakentumisen näkökulmasta myönteistä ja tavoiteltavaa tai kielteistä ja normin vastaista. Myönteisyys ja kielteisyys ovat määrittäneet liikuntakentällä käytyjen kulttuuristen neuvottelujen tuloksena ja tulevat näkyviksi usein silloin, kun ihmiset kokevat syrjintää ja ulossulkemista, eivätkä voi liikkua siten kuin haluaisivat (esimerkkejä teoksissa Berg & Kokkonen 2016; Berg ym. 2020; Kokkonen & Kauravaara 2020).

Jokainen sijoittuminen vallitsevasta normista katsottuna ”väärään” ryhmään vaikuttaa kumulatiivisesti henkilön sosiaaliseen asemaan liikuntakentällä. Kuvasimme tätä kolegani Eva Rönkön (Kauravaara & Rönkkö 2020, 236–239) kanssa piirtämämme intersektionaalisuuskiekon avulla. Mitä useamman sosiaalisen hierarkian osalta nuori mies sijoittuu huonoon asemaan liikunnan kentällä, sitä todennäköisemmin hänen on vaikea löytää paikkaansa, sitä huonommin hänen mahdollisuutensa ja toiveensa toteutuvat ja sitä kauempaan hän on hyvästä ja etuoikeutetusta liikuntakentällä toimijasta. Liikunnan kulttuurinen kenttä ikään kuin työntää pois, vaikka halua liikkua olisikin.

Liikkunassa koettu eriarvoisuus ilmenee konkreettisesti esimerkiksi uskon puutteena omiin kykyihin, itselle mieluisista liikuntamuodoista luopumisena, liikkumisen pelkona, vähinä mahdollisuuksina päättää omasta vapaa-ajasta, henkisenä turvattuina liikuntaharrastuksen parissa sekä osin edellisten johdosta vähäisempänä liikunta-aktiivisuutena (Kauravaara & Rönkkö 2020, 230). Siten myös kaikki nuoren miehen eri ryhmiin kuulumiset saattavat muokata hänen suhdettaan liikkumiseen myönteiseen tai kielteiseen suuntaan. Eriarvoisuuden kokemukset voi nähdä liikkumisen esteenä huolimatta siitä, että ihminen ei aina itse tiedostakaan sitä. Hän itse saattaa antaa liikkumisen esteitä kysyttäessä vastaukseksi esimerkiksi mielenkiinnon puutteen, muut harrastukset, viitsimättömyyden tai laiskuuden.

Mielekäs valinta

Vähäinen liikkuminen saattaa näyttäytyä nuoren miehen omista lähtökohdista tarkasteltuna mielekkäältä ja omaa hyvää elämää tukevalta valinnalta ja valituksi tulleelta itsestäänselvyydeltä tai pakolta. Sen ymmärtäminen edellyttää kiinnostusta katsoa nuorta miestä nimenomaan hänen

näkökulmastaan ja halua nähdä, mikä hänelle on tärkeää ja miksi. Joskus taustalta saattaa löytyä myös kokemuksia siitä, että nuori mies ei tule hyväksytyksi liikuntakentällä tai tietyn lajin parissa, vaikka halua liikkua olisikin. Ymmärryksen lisääntymisen jälkeen liikunnanedistämistoimetkin saattavat asettua uuteen valoon.

Artikkelini keskiössä on ollut ammattioppilaitoksessa opiskeleva noin 16–20-vuotias vähän liikkuva nuori mies, jonka maailmaan pääsin tutustumaan etnografisen tutkimuksen keinoin. Samaan kohderyhmään kuuluu siskonpoikani Max, jonka arkea seuraan hänen tätinään. Vanttaja kumppaneineen on ehdottanut, ettei vähäinen liikkuminen ole välttämättä pysyvä elämäntapa, vaan tiettyyn elämäntilanteeseen tai elämäntilanteeseen liittyvä ilmiö (Vanttaja ym. 2017, 148). Jäänkin odottamaan mielenkiinnolla, kuinka kovassa käytössä Maxin saamat liikuntavälineet ovat tulevaisuudessa. ♦

LÄHTEET

- Appelqvist-Schmidlechner, K., Vaara, J., Vasankari, T., Häkkinen, A., Mäntysaari, M. & Kyröläinen, H. 2020. Relationship between different domains of physical activity and positive mental health among young adult men. *BMC Public Health* 20, 1116.
- Berg, P. & Kokkonen, M. (toim.). 2016. Urheilun takapuoli. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikkunassa ja urheilussa. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisu, Liike 151.
- Berg, P., Lehtonen, K. & Salasuo, M. (toim.). 2020. ”Siitä on pikemminkin vaiettu”. Kirjoituksia kiusaamisesta, syrjinnästä ja epäasiallisesta kohtelusta lasten ja nuorten liikkunassa ja urheilussa. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisu, Tiede 186.
- Kauravaara, K. 2013. Mitä sitten jos ei liikuta? Etnografinen tutkimus nuorista miehistä. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämisyhtiö LIKES. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu 276. Väitöskirja.
- Kauravaara, K. & Rönkkö, E. 2020. Näkymättömyys, marginalisaatio ja eronteot suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Teoksessa: J. Kokkonen & K. Kauravaara (toim.) Eriarvoisuuden kasvot liikkunassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura ry. Julkaisu nro 175, 229–251.
- Kokkonen, J. & Kauravaara, K. (toim.). 2020. Eriarvoisuuden kasvot liikkunassa. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura ry. Julkaisu nro 175.
- Koski, P. & Hirvensalo, M. 2021. Liikunnan merkitykset ja esteet lukiolaisilla. Teoksessa: S. Kokko, R. Hämylä & L. Martin (toim.) Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto. Julkaisu 2021:1, 50–55.
- Vanttaja, M., Tähtinen, J., Zacheus, T. & Koski, P. 2017. Liikkumattomuuden jäljillä. Pitkittäistutkimus vähän liikuntaa harrastavien nuorten liikuntasuhteesta ja liikunta-aktiivisuuden muutoksista. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura Verkkojulkaisu 115.

KATI LEHTONEN, LitT, dosentti

johtava tutkija (ma)

LIKES

Jyväskylän ammattikorkeakoulu

kati.lehtonen@jamk.fi

Keski-ikäisiä miehiä sohvalla, salilla ja sauvakävelemässä

Elämänkaaren varrella miehille kertyy rasittavaa liikuntaa enemmän kuin naisille. Toisaalta miehet makoilevat enemmän. Naisilla ja miehillä on omat liikuntasuosikkinsa. Kävelyn, pyöräilyn ja hölkän suosio ei kuitenkaan riipu sukupuolesta.

TARKASTELEN MIEHIÄ LIIKKUJINA sekä tutkimustietoon perustuen että kolmen artikkelia varten tehdyn haastattelun pohjalta. Haastatteluilla halusin tarkentaa miten ja miksi ”tavalliset suomalaiset miehet” liikkuvat – jos liikkuvat? Haastattelut olivat vapaamuotoisia ja haastateltaviksi valitut noin 50–60-vuotiaita työssäkäyviä keski-ikäisiä miehiä. Iän ja sosioekonomisen taustan samankaltaisuuden lisäksi haastateltavien valikointi tapahtui heidän erilaisten liikuntatottumustensa perusteella. Kertojien nimet on muutettu, mutta tarinat ovat tosia. Haastatteluja johdatteli kolme pääkysymystä: 1) Miksi harrastat tai et harrasta liikuntaa? 2) Jos harrastat, mitä/miten ja kuinka usein? 3) Onko liikunnan harrastaminen muuttunut elämänkaaren varrella?

Miehet liikkujina tilastojen valossa

Liikunnan ja urheilun tasa-arvosta tehdyn katsauksen mukaan liikunnan harrastamisen trendit ovat jopa vahvistuneet sukupuolierojen näkökulmasta (Lehtonen, Oja & Hakamäki 2021). Miehet käyttävät huomattavasti naisia vähemmän yksityisen sektorin liikuntapalveluita (naiset 22 %, miehet 8 %), ja muutostrendi on vahvistunut. Suuri osa naisten suosikkilajeista (ryhmäliikunta, fitness, kuntosaliharjoittelu) tapahtuu yksityisissä yrityksissä. Miehillä liikuntapalveluiden käyttö tarkoittaa pääosin kuntosaliharjoittelua. (Mononen ym. 2019.)

Lähes pelkästään miesten vapaa-ajalla harrastamia lajeja ovat kaukalopallo, tikkaurheilu, shakki ja jääkiekko. Miehet harrastavat myös joukkuepalloilulajeja yleisemmin kuin naiset. (Mäkinen 2019.) Lähes kokonaan naisten harrastamia lajeja ovat esimerkiksi ratsastus, erilaiset ryhmäliikuntamuodot, taitoluistelu ja vesiliikunta. Lajikulttuurien laajentuminen eri tanssimuodoissa ja ryhmäliikunnassa

osaltaan vahvistaa eri lajien harrastamisen sukupuolittuneisuutta. Kasvanut yksityisen sektorin palveluntuotanto näissä lajeissa näkyy siten sekä lajitarjonnassa että käytettyjen liikuntapalvelujen määrässä.

Miehet harrastavat edelleen naisia aktiivisemmin urheiluseuroissa (miehet 16 %, naiset 10 %) ja muissa yhdistyksissä sekä työpaikan tai seurakunnan järjestämässä toiminnassa. Naiset sen sijaan ovat miehiä aktiivisempia liikkujia kunnan tai kaupungin järjestämässä ohjatussa toiminnassa, kansalais- tai työväenopistossa sekä koulun tai oppilaitoksen järjestämässä liikunnassa. (Mononen ym. 2019.)

Perinteisempiä ulkoilumuotoja, kuten pyöräilyä, kävelylenkkeilyä ja juoksua niin miehet kuin naiset harrastavat lähes saman verran. Myös kuntosaliharjoittelu on suosittua sekä miesten että naisten keskuudessa. Aikuisväestön suosituin liikuntalaji on edelleen kävelylenkkeily. Vähintään kerran vuodessa kävelylenkkeilyä harrastaa väestöstä yli miljoona naista ja reilusti yli 800 000 miestä. Sekä pyöräilyä että kuntosalilla käyntiä harrastavan väestön määrä on reilusti yli 400 000 niin miehissä kuin naisissa.

Hikoileva mies

Haastattelemistani miehistä Masa on neljän lapsen isä ja yrittäjä. Osa lapsista asuu vielä kotona. Masa on korkeakoulutettu ja elää taloudellisesti vakaata elämää. Myös perusterveys on hyvä. Liikuntaa tai liikkumista kohtaan hän ei tunne erityistä vetoa, mutta silti hän on varsin aktiivinen liikunnan harrastaja. Itse hän kuvaa suhdettaan liikuntaan näin: ”Liikun, en harrasta liikuntaa. Joka kerta on aloittamisen tuska ja lähteminen vaatii tahdonvoimaa. Yleistila liikkumisen jälkeen on aina hyvä ja siksi tulee lähdeyttä.”

Masalla on personal trainer, joka on mukana kuntosalilla. Masan mukaan ”jonkun on komennettava ja katsottava,



Kuva: Antero Aaltonen

että liikkeet tulee tehtyä oikein". Myöskään hyvää oloa *"ei tule ilman hikeä"*. Masaa voikin luonnehtia hikoilevaksi mieheksi: kun liikutaan, liikutaan kunnolla. Kauppaan ja kaljalle pyöräilyä tai kävelyä hän ei lue liikunnaksi. Hiki tuottaa mielihyvää ja liikunnan jälkeisen hyvän olon.

Hikoilun vastapainoksi Masa makoilee paljon. Hän ei sovi kuitenkaan siihen liikkuvan miehen muottiin, jossa mies käy lenkkeilemässä säännöllisesti, tekee vähän koti töitä ja lorvailee loppupäivän sohvalla. Masa nimittäin tekee koti- ja pihatytöt itse. Päivään mahtuu siis paljon arkista puuhailua ja kävelyä hikiliikunnan lisäksi.

Masa on myös ollut yli 30 vuotta mukana salibandypokerissa, joka kokoontuu pelaamaan kerran viikossa. Josain vaiheessa Masa innostui uimaan, mutta nykyään hän käy hallilla harvemmin. Työporukassa hän pelasi myös jääkiekkoa ja kaukalopalloa. Liikkuminen ja eri lajit ovat aina olleet helppoja. Se voi olla perua lapsuusajan kasvuympäristöstä ja hyvästä perusterveydestä. Tavoitteellista Masan liikkuminen ei ole kuitenkaan ikinä ollut eikä hän mittaa suorituksiaan mitenkään.

Liikunnan tehon ja lajien puolesta Masaa voi pitää varsin keskimääräisenä keski-ikäisenä miehenä. Myös lajivalikoimaa voi pitää sukupuolittuneena. Prototyyppejä hän ei kuitenkaan ole, sillä taustalla on jo lähes 20 vuotta kotona tehtyjä pilates-harjoitteita. Keskimäärin Masan voisi

kuitenkin tulkita olevan rationaalinen velvollisuusliikkuja, joka tarvitsee liikkeelle lähteäkseen tahdonvoimaa. Lopputuloksena on hikoilun jälkeinen hyvinolontunne.

Sauvakävelevä mies

Pauli tekee pitkiä työpäiviä ja työ vaatii myös matkustamista kotimaassa. Lapset ovat jo omillaan ja heillä on myös omia lapsia. Elämä on vakaata ja arki rullaa eteenpäin omalla painollaan. Opiskelut yliopistossa jäivät aikanaan kesken, koska työ ja perheen perustaminen menivät edelle. Eletty elämä ja vuodet tuntuvat jo kehossa. Nivelkivut ja kolesteroli ovat vaatineet lääkettä.

Jo lapsuudesta lähtien liikunta ja urheilu ovat olleet Paulille tärkeitä ja hyvin keskeinen sisältö elämässä niin vapaa-aikana kuin työssä. Hän on kilpaillut lapsuudessa ja nuoruudessa lukuisissa eri lajeissa, ollut seuran toiminnanjohtaja ja vaikuttanut pitkään urheilun luottamustoimissa. Pauli on siis elänyt ja hengittänyt liikuntaa ja urheilua monin tavoin.

Elämänkaaren varrella tavoitteellinen urheilu muuttui satunnaiseksi lenkkeilyksi pääasiassa vaativan työn vuoksi. Matkustamista kertyi viikoittain paljon ja työreissuilla liikuntasuorituksena oli kävely hieman kauempana olevaan ravintolaan. Pauli teki tämän tietoisesti, koska halusi työpäivien lomaan askelia ja raitista ilmaa. Nykyisin arki-

sen liikkumisen merkitys on entistä suunnitelmallisempaa: ”Ennen ne matkat, jotka tein lähelle autolla, teen nyt kävellessä. Esimerkiksi kilometrin päähän kauppaan kävelen lähes aina. Joskus myös menen kiertotien kautta kävellessä ja aikaa menee puoli tuntia enemmän.”

Teholtaan Paulin liikunta on kevyttä eikä hän juurikaan hengästy. Omien sanojensa mukaan hän pyrkii ”jopa välttämään hengästymistä”. Itsensä koettelu ei enää kiinnosta: ”Lähipiirissä on liian paljon esimerkkejä siitä, että vanhat ukot lähtevät pelleilemään tenniskentälle tai kilpailemaan toisensa kuvitellen olevansa 20-vuotiaita. Seurauksena on yleensä kolmen viikon liikuntatauko, kun paikat hajoavat. Olen todennut, että tämä nautinnollinen matalatehoinen liikunta on nyt parasta.”

Päivittäinen noin 60–90 minuutin lenkki on joko sauvakävelyä, kävelyä tai talvisin hiihtoa. Myös kunto- ja saliharjoittelu kuuluu ohjelmaan. Kesällä Pauli pelaa paljon golfia. Paulin lajivalikoima onkin varsin perinteinen ja keski-ikäiselle suomalaiselle tyypillinen – oli sitten kyseessä mies tai nainen. Liikkuja-tyyppinä Paulia voi kuvailla systemaattiseksi elämäntapa-liikkujaksi, jolle tärkeintä on pysyä hyvässä kunnossa sekä terveyden että sosiaalisten suhteiden vuoksi.

Makoileva mies

Jukka työskentelee toimitusjohtajana ja hän on myös aktiivinen toimija eri yhteiskunnallisissa tehtävissä. Elämän varrella hän on ehtinyt olla mukana eri yhdistysten luottamus-toimissa ja kunnallispolitiikassa. Jukalla on opistotasoinen koulutus, vakaa talous ja lapset asuvat vielä kotona. Jukalle lapsuus ja nuoruus olivat toimeliasta aikaa kuten muillekin 1960-luvulla syntyneille: virikkeet haettiin lähiympäristöstä ja ulkona puuhailtiin paljon. Varsinaisesti liikunnan tai urheilun harrastajaksi Jukka ei itseään kuitenkaan edes lapsuudessa tunnista.

Liikunta ei herätä Jukassa sen enempää innostusta kuin inhoakaan: ”Ei minua haittaa se, jos en ole liikkunut tai hikoillut viikkoihin. Ei sillä ole väliä.” Jukalle tärkeintä satunnaisessa liikunnan harrastamisessa ovatkin kaverit. Kesäisin hän pelaa golfia noin kerran viikossa. Talveen kuuluu kavereiden kanssa viikon laskettelumatka Eurooppaan. Jos talvella kotipaikkakunnalla on lunta, hän käy silloin tällöin hiihtämässä. Silloinkin yleensä kavereiden kanssa. Vaikka liikuntaa kertyy satunnaisesti, eivät määrät tai tehot täytä kansallisia liikkumissuosituksia. Jukka ei myöskään tee kotitöitä ja hän on palkannut siivoojan.

Ison osan arjestaan Jukka viettää istuen tai maaten. Toisena on paljon kokouksia. Töiden jälkeen Jukka syö ja käy sohvalle katselemaan televisiota. Hänellä on verenpainelääkitys ja ylipainoa. Elämäntapamuutoksista on keskusteltu työterveyslääkärin kanssa: ”Tiedostan liikunnan terveyshyödyt ja niistä puhutaan myös mediassa paljon. Liikkumiseni ei ole kiinni tietämättömyydestä. Liikunta säännöllisesti ei vaan kiinnosta tai huvita. Ei se sen kummallisempaa ole.”

Liikuntapolitiittisesti Jukka onkin ongelmatapaus ja lukuisien seminaarien sekä kehittämistoimenpiteiden kestoaihe.

Se tosin ei Jukkaa itseään saa liikkeelle. Pyykköstä ja Rovio-ta (2011) mukailleen Jukka juoksuutaakin enemmän päättäjiä ja liikuntatutkijoita kuin itseään.

Liikuntasuhde miehen mukaan

Masa, Jukka ja Pauli sijoittuvat melko mukavasti miesten keskimääräistä liikuntaa kuvaaviksi tilastonumeroiksi. Jokaisen suhde liikuntaan on hieman erilainen, mutta kaikki ovat tietoisia liikunnan terveyshyödyistä. Toki näiden kolmen miehen lisäksi omaksi ryhmäkseen muodostuisi vähintäänkin kilpakuntoilijat tai ne, joilla elämäntilanne syystä tai toisesta ei mahdollista liikuntaa innokkuudesta huolimatta. Lisäksi, jos haastattelut olisi kohdentanut esimerkiksi hajautetusti elämäntapaa eri vaiheisiin, olisi miesliikkujien kirjo ollut todennäköisesti hyvin erilainen.

Jukan elämä on tasapainoista ja hyvää ilman hikeä, askelia tai hengästymistä, mikäli sitä kysyy häneltä itseltään. Kauravaaran (2013) väitös-

kirjan otsikkoa lainaten voikin kysyä ”mitä sitten, jos ei liikuta”? Toisaalta Jukan kaltaiset miehet ovat liikunnan edistävien työllistämisen lisäksi liikuntatutkijoiden päättämätön perustelu uusille tutkimuksille. Jukka ei itse kuitenkaan koe, että hän olisi osa yhteiskunnallista miljardiluokan liikkumattomuusongelmaa: elämä on mukavaa, mielenkiintoista ja hän itse kokee olonsa hyväksi.

Vaikka Masa on liikunnan harrastajana varsin tyypillinen hikoileva mies – jopa hivenen macho – hän ei kuitenkaan koe, että on olemassa naisten ja miesten lajeja. Masa on huomioinut palloilua harrastavien naisten kasvavan määrän. Toisaalta Paulikaan ei koe tarvetta lähteä sauvakävelemään pimeille poluille välttääkseen kanssakulkijoiden kummastelevat katseet. Eri sukupuolten mielenkiinnon kohdistumista pääosin naisten tai miesten lajeihin ei heidän mielestään pidä nähdä ongelmana. Nainen voi jumppata tai jalkapalloilla ja mies joogata tai jääkiekkoilla. Jokainen tyylillään ja tavallaan. ♦

LÄHTEET:

- Rovio, E. & Pyykönen, T. 2011. Vähän liikkuvat juoksuuttavat päättäjiä ja tutkijoita. Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi nro 26.
- Kauravaara, K. 2013. Mitä sitten, jos ei liikuta? Etnografinen tutkimus nuorista miehistä. Väitöskirja. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 276.
- Lehtonen, K., Oja, S. & Hakamäki, M. 2022. Liikunnan ja urheilun tasa-arvo Suomessa 2021. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2022:5.
- Mononen, K., Blomqvist, M., Hakamäki, M., Laine, K. & Mäkinen, J. 2019. Liikunnan ja urheilun harrastaminen. Teoksessa J. Mäkinen (toim.) Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018. KIHUn julkaisusarja, nro 67, 8–22.
- Mäkinen, J. 2019. Kyselyn kertomaa aikuisväestön liikunnasta: Naiset voimistelevat, miehet palloilevat. Liikunta ja Tiede 4, 8–12.

MARKO KANANEN, YTT
tutkimuspäällikkö
Suomen urheilun eettinen keskus
marko.kananen@suek.fi

KARI SAARI, YTT
tutkija
Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu XAMK
kari.saari@xamk.fi

Jalkapallossa löytyy myötämieltä maahanmuuttoaustaisille nuorille

Maahanmuutto ja monikulttuurisuus eivät ole mörköjä B-juniori-ikäisten poikien valmentajille. Ongelmia aiheuttavat maahanmuuttajaperheiden tiukka talous ja ohut suhde joukkueeseen sekä kielivaikeudet.



Kuva: Jouko Kokkonen

JALKAPALLO ON YKSI SUOSITUIMMISTA maahanmuuttotaustaisten poikien ja nuorten miesten harrastuksista Suomessa. Vaikka usko jalkapallon – ja ylipäätään liikuntaharrastuksen – hyvinvointia, osallisuutta ja sosiaalisia suhteita edistävään vaikutukseen on vahva, niin maahanmuuttotaustaisten pelaajien asemaa ja kokemuksia suomalaisessa jalkapalloilussa on tutkittu verrattain vähän. Pois paitsiosta -hanke

(2019–2022) on seurannut neljän B-juniori-jalkapallojoukkueen arkea kolmen vuoden aikana ja kiinnittänyt huomiota erityisesti maahanmuuttotaustaisten pelaajien rooliin ja mahdollisuuksiin.

Havainnoinnin lisäksi tilannetta on karotoitettu niin haastattelujen kuin valmentaja- ja tuomarikyselyiden kautta. Tarkastelemme erityisesti sitä, millaisena maahanmuuttotaustaisten nuorten asema

näyttäytyy juniorivalmentajien näkökulmasta. Verkkokyselyn kautta kerättyjä valmentajien näkemyksiä peilataan artikkelin lopuksi vielä tutkijoiden kentän laidalta keräämiin havainnointikokemuksiin.

Valtakunnallinen verkkokysely B-juniorijoukkueiden valmentajille toteutettiin syksyllä 2021. Kyselyyn vastasi yhteensä 113 juniorivalmentajaa eri puolilta Suomea. Vastaajista valtaosa on poikien jalkapallojoukkueiden valmennushenkilöstöä ja heillä kaikilla on ainakin jonkin verran kokemusta maahanmuuttotaustaisten pelaajien valmentamisesta. Ilmoitettujen taustatietojen valossa näyte edustaa varsin monipuolisesti erilaisia valmentajia. Kyselylomake koostui sekä monivaihtoisista avovastauskysymyksistä. Sisällöllisesti kyselylomakkeen kysymykset kartoittivat valmentajien kokemuksia ja näkemyksiä maahanmuuttajataustaisten nuorten jalkapalloharrastuksessa kohtaamisesta hankaluuksista, mahdollisuuksista ja tuesta joukkue- ja seuratason tasolla.

Näkemyksiä monikulttuurisuudesta, yhdenvertaisuudesta ja syrjinnästä

Valmentajien maahanmuuttoon, -muuttajiin ja monikulttuurisuuteen liittyvät asenteet näyttävät kyselyn valossa varsin myönteisinä. Juniorijalkapalloilua pidettiin vastaanottavaisena ympäristönä, jossa pelaajien yhdenvertainen kohtelu on yksi keskeisimmistä arvoista. Valmentajien maahanmuuton ja jalkapallon välistä suhdetta koskevat näkemykset mukailivat julkisessa keskustelussa tyyppillisesti esiin nostettavia positiivisia näkökulmia. Yli 90 prosenttia vastaajista uskoi esimerkiksi jalkapalloharrastuksen helpottavan maahanmuuttajanuorten kotoutumista suomalaiseen yhteiskuntaan. Selkeä enemmistö valmentajista koki suomalaisen jalkapalloilun myös kehittyneen maahanmuuton lisääntymisen myötä.

Vaikka selvä enemmistö vastaajista katsoi maahanmuuttotaustaisiin pelaajiin suhtauduttavan yleisesti ottaen myönteisesti, kolmannes valmentajista oli kuitenkin sitä mieltä, että suomalaisessa jalkapallossa esiintyy myös syrjintää etnisyyden, ihonvärin tai kansalaisuuden vuoksi. Valmentajien havainnoima syrjintä ja rasistinen käytös oli tapahtunut erityisesti joukkueen vieraspeleissä (49 %) tai vapaa-ajalla (30 %), eikä niinkään oman joukkueen harjoitustoiminnassa (17 %).

Harjoituksissa ei tule kommentteja koska pojat tietävät miten käyttäytyä. Pelitilanteessa on vastustajan pelaajilta tai yhdessä tapauksessa valmentajalta tullut avoimen rasistista kommenttia. Valmentajan näin tehdessä pelinohjaaja oli hyvin hereillä. Keskeytti pelin, kävi kysymässä toiselta meidän valmentajalta mitä oli tapahtunut, ja heitti vastustajan valmentajan pois kentältä. Rohkea teko teini-ikäiseltä ohjaajalta.

Syrjintätapausten tarkempi analyysi paljasti myös sen, että syrjintähavaintoja oli keskimääräistä enemmän niissä jouk-

kuissa, joissa maahanmuuttotaustaisten pelaajien juuret olivat Afrikassa tai Lähi-Idässä. Vastaavasti syrjintähavaintojen määrä oli keskimääräistä vähäisempää niissä joukkueissa, joissa maahanmuuttotaustaisten pelaajien taustat olivat esimerkiksi Venäjällä tai Aasiassa.

Jalkapalloharrastukseen liittyvät ongelmat

Kyselyssä kartoitettiin myös valmentajien näkemyksiä maahanmuuttotaustaisten nuorten harrastamiseen liittyvistä ongelmista. Yleisesti ottaen yli puolet vastaajista (58 %) oli sitä mieltä, että maahanmuuttajataustaisten pelaajien valmentaminen on vaikeampaa kuin kantasuomalaisien pelaajien. Selvästi merkittävämmäksi ongelmaksi valmentajat nostivat taloudellisen eriarvoisuuden mukanaan tuomat vaikeudet (73 %).

Urheiluharrastusmaksujen nousu on ylivoimaisesti suurin haaste yleisesti

lasten ja nuorten harrastamiselle, oli kyseessä sitten maahanmuuttaja tai kantasuomalainen.

Olen vastuuvaikeutena itse kustantanut koko kauden maahanmuuttajajoukkueen harrastuksen jäsenmaksuista varusteisiin. Taloudellisesti osalla siis hyvin tiukkaa harrastusten osalta.

Toiseksi merkittävämmäksi ongelmaksi valmentajat nostivat vanhempien vähäisen osallistumisen nuorten harrastukseen (63 %). Valmentajat näkivät isona hankaluutena esimerkiksi sen, ettei seuran ja perheiden välillä ole välttämättä keskusteluyhteyttä, jonka myötä varusteisiin, vakuutuksiin, maksuihin ja kuljetuksiin liittyvät kysymykset jäävät liiaksi nuorten omalle vastuulle.

Haasteena usein on vanhempien poissaolo seuran toiminnasta. Usein pelaaja jätetään yksin harrastuksensa kanssa ja tuki kotoa on heikkoa. Tämä pätee toki kaikkiin taustasta riippumatta. Maahanmuuttajataustaisten kohdalla tämä haaste korostuu, kun pelaajan itsensä pitäisi osata kertoa maksuista, tapahtumista ja tapahtumien maksuista kotona. Usein sama pelaaja joutuu myös itse hoitamaan näihin liittyvät järjestelyt. Melkoinen haaste, kun kyseessä on usein lapsi tai nuori.

Useimmiten minun joukkueessa olleet maahanmuuttajataustaiset pelaajat ovat pärjänneet taidollisesti ja sosiaalisessa kontaktoinnissa muun joukkueen kanssa verrattain hyvin. Hankaluudet tulevat esiin sitten kun aletaan puhumaan rahasta, kyydityksistä, peliasuista, peliajokorjauksista.

Kolmanneksi yleisimpänä hankaluutena esiin nousi mahdollinen kielimuuri (53%). Tämä koski niin valmentajien ja pelaajien välistä kommunikaatiota kuin myös seuran ja pelaajien perheiden välistä yhteydenpitoa. Yleisesti ottaen tiedonkulkuun ja joukkueen asioista tiedottamiseen liittyvien ongelmien katsottiin hankaloittavan tarpeettomasti nuorten harrastamista.

Suurimpana ongelmana maahanmuuttajan valmentamisessa on se mahdollinen yhteisen kielen puute. Enkä tarkoita vain teknisten asioiden ymmärtämistä, kun niitä kerrotaan vaan ihan kaiken kommunikoinnin suhteen. On välttämätöntä saada luotua sellainen suhde pelaajiin, että ne uskaltaa sanoa, tehdä, yrittää kaiken mitä mieleen tulee ilman pelkoa epäonnistumisesta. Jos pelaaja ei koskaan puhu mitään niin optimaaliseen yhteyteen mahdoton päästä. Tai edes tietää mille tasolle asti ollaan päästy ja miten sitä kehittää tai mihin suuntaan.

Osa (40 %) vastaajista oli kokenut myös erilaisista kulttuuritavoista johtuvia vaikeuksia. Kulttuurieroilla viitattiin esimerkiksi aikatauluista ja joukkueen yhteisistä säännöistä kiinnipitämiseen ja joukkueeseen sitoutumiseen. Mielenkiintoista on, että tämän teeman kohdalla vastaukset vaihtelivat merkittävästi riippuen siitä, kuinka paljon maahanmuuttotaustaisia pelaajia joukkueessa on. Niissä joukkueissa, joissa maahanmuuttotaustaisia pelaajia oli alle viisi, eri kulttuuritavoista johtuvat vaikeudet nähtiin selvästi yleisemmiksi kuin niissä joukkueissa, joissa maahanmuuttotaustaisia pelaajia oli yli viisi. Tältä osin ero oli tilastollisesti merkittävä.

Toimintaan monikulttuurisessa ympäristössä kysyy avointa mieltä

Kysely selvitti myös valmentajien tyytyväisyyttä seuran monikulttuurisuustoimintaan. Valtaosa valmentajista oli tyytyväisiä sekä omaan vuorovaikutukseensa maahanmuuttajataustaisten pelaajien kanssa että seuran rasismien ja syrjinnänvastaiseen työhön. Sen sijaan tyytymättömyyttä ja kehitettävää löytyi joka viidennen vastaajan mielestä valmentajien omassa vuorovaikutuksessa maahanmuuttajataustaisten pelaajien vanhempien kanssa. Tämän lisäksi tyytymättömyyttä ilmeni seurojen tarjoaman monikulttuurisuusasioihin liittyvän tiedon, koulutuksen ja tuen kohdalla.

On mahdotonta olla yksittäin yhteydessä vanhempiin. Aikaa ei näihin asioihin vain ole. Useat valmentajat ja joukkueenjohdajat tekevät tätä vapaaehtoistyönä. Seuralla pitäisi olla näissä asioissa suurempi rooli. Muuten riskinä on, että innokkuus vapaaehtoistoimintaan vähenee entisestään (jaksaminen).

Valmentajilta kysyttiin myös sitä, millaisten tekijöiden he näkevät tukevan maahanmuuttotaustaisten jalkapalloilijoiden osallistumista seuratoimintaan. Selvästi tärkeimpinä pidettiin valmentajien ja joukkueen muiden pelaajien asennoitumista monikulttuurisuuteen ja vuorovaikutusta maahanmuuttotaustaisten pelaajien kanssa. Myös seuran toimintakulttuuri ja selkeät syrjinnän vastaiset asenteet nostettiin esille maahanmuuttotaustaisten nuorten osallisuutta tukevin tekijöinä. Osa valmentajista mainitsi avovastauksissa kehittämiskohteeksi myös maahanmuuttotaustaisten pelaajien ja valmentajien entistä tehokkaamman rekrytoinnin mukaan seuratoimintaan.

Joskus olemme jalkautuneet asuinalueille, jossa on paljon maahanmuuttotaustaisia perheitä. Siellä on muksuja hengai-

lemassa ja innostuvat heti kun joku tulee peluuttamaan. He eivät kuitenkaan jostain syystä tule seuratoimintaan mukaan.

Tärkein asia on, että seurassa on maahanmuuttajia toimihenkilöinä, erityisesti tummaa ihonväriä ja erityisesti valmentajina. Olemme huomanneet, että tämä on paras käyntikortti, jolloin tummaihoiset perheet uskaltavat kokeilemaan. Olemme yrittäneet houkutellessa pakolaistaustaisia futaaajia valmentajiksi Punaisen ristin kautta, mutta ainakaan vielä nämä henkilöt eivät ole halunneet sitoutua toimintaan.

Havaintoja kentän laidalta

Pois paitsiosta -hankkeen tutkijat havainnoivat neljän eri juniorijoukkueen arkea eri puolella Suomea kolmen vuoden aikana. Osaltaan havainnot kentän laidalta tukevat valmentajien näkemyksiä maahanmuuttotaustaisten poikien harrastamisen vaikeuksista. Esimerkiksi taloudelliset ongelmat ja vanhempien vähäinen osallistuminen näkyivät selvästi myös havainnoituissa joukkueissa. Havainnot tukivat myös valmentajien näkemyksiä siitä, ettei joukkueissa ilmene avointa syrjintää. Havainnoituissa harjoituksissa tai ottelutapahtumissa ei esimerkiksi esiintynyt kiusaamista tai rasistista kielenkäyttöä.

Havaintopäiväkirjat nostivat kuitenkin esille teeman, jota kyselyaineistossa ei huomioida. Tutkijat havaitsivat nimittäin säännöllisesti toistuvia hetkiä, jolloin maahanmuuttotaustaiset ja ns. kantasuomalaiset pelaajat jakautuvat selvästi eri ryhmiin. Esimerkiksi yhdessä joukkueista maahanmuuttotaustaiset pelaajat jäivät alkuhökässä aina porukan hänille, muutaman metrin päähän pääjoukosta. Toisessa joukkueessa pojat puolestaan jakautuvat juomataukojen aikana kolmeen kieliryhmään. Maahanmuuttotaustaiset pojat jäivät myös usein kentän laidalle juttelemaan harjoitusten päätyttyä. Heidän seurassaan ei ollut kuitenkaan käytännössä koskaan kantasuomalaisia poikia.

Yleisesti ottaen pelaajat siis näyttivät jakautuvan omaehtoisesti ja -toimisesti eri ryhmiin. Esimerkiksi joukkueeseen liittyvät uudet maahanmuuttotaustaiset pelaajat menivät aina automaattisesti ja kenenkään heitä ohjaamatta toisten maahanmuuttotaustaisten pelaajien ryhmään, joka heidät myös tottuneesti otti vastaan. Kaikki tuntuivat siis tietävän oman paikkansa joukkueessa. Tähän vakiintuneeseen järjestykseen ei kiinnitetty erityisemmin huomiota, eikä sitä myöskään kyseenalaistettu tai pyritty muuttamaan. Vaikka ketään ei siis avoimesti tai vihamielisesti suljettu ulos, vallitsi joukkueissa usein hiljainen tai tiedostamaton eriytyminen.

Havainnot herättävätkin laajemman kysymyksen maahanmuuttajien asemasta ja suomalaisessa yhteiskunnassa. Heijasteleeko jalkapallojoukkueissa tapahtuva (ainakin osittain etnisyyteen pohjautuva) eriytyminen laajempaa kehitystä, jossa eri ryhmät oppivat ja sisäistävät oman paikkansa yhteiskunnan sosiaalisessa hierarkiassa? ♦

ARTO TIIHONEN, FT
liikuntasosiologi
arto@arto.tiihonen.fi

Miesten liikuttamiseen tarvitaan uutta otetta

Aktiivinen liikkuminen vähenee huolestuttavasti. On aika havahtua ja aloittaa vaikuttava toiminta, joka kohdistuu myös miehiin.



Kuva: Juha Laitalainen

VÄITÖSKIRJAANI *Ruumiista miestä, tarinasta tulkintaa: Oikeita miehiä – ja urheilijoita?* sisältyi ajatus siitä, että elämäntapamuutos on mahdollista vain, jos uusi ruumiillinen kokemus yhdistyy sisäisen identiteettitarinan muutokseen. Liikkumisen aloittaminen tai lisääminenkin ei siten ole helppoa tai edes mahdollista vain valistuksen, ohjeiden tai mielikuvien avulla, elleivät ne yhdisty merkityksellisiin kokemuksiin, joita tukee oppimisprosessi. (Tiihonen 2002)

Myöhemmin olen TKI-hankkeita varten muotoillut prosessin konkreettisesti nelivaiheiseksi. Ensin analysoidaan nykytilanne ja käydään läpi positiiviset ja negatiiviset kokemukset. Toiseksi hankitaan uusia/korjaavia kokemuksia, kolmanneksi juurrutetaan sopiviksi osoittautuneita liikkumiskokemuksia omaan arkeen ja neljänneksi (koko ajan) pohditaan itselle tärkeitä liikkumisen merkityksiä ja opitaan ne. (Tiihonen 2014).

Ensin pitäisi tunnistaa minkälaisia kokemuksia liikkumisestaan odottaa ja saa. Olen havainnut, että miehet saavat liikkueessaan elämys-, identiteetti-, osallisuus- ja toimijuuskokemuksia (Tiihonen 1996; 2011, 2012; 2013).

Aktiivisesti liikkuvat miehet osaavat löytää liikunta- muotoja, joista saavat näitä erilaisia kokemuksia. He ovat oppineet merkityksellistämään monenlaisia liikkumiskokemuksiaan. Sen sijaan vähemmän liikkuvien ongelmana on, että he hakevat liikkumiseltaan vain jotakin tiettyä kokemusta, eivätkä osaa merkityksellistää muita liikkumiskokemuksiaan.

Käytännössä aktiivisesti liikkuva kävelee, hiihtää, pyöräilee, palloilee, käy kuntosalilla ja tekee monenlaisia ruumiillisia askareita. Vähän liikkuva tekee vain sitä, mistä tykkää siihen asti, kun sekin muuttuu ikäväksi.

Miesten liikuttaminen olisikin helpompaa, jos miehet eläisivät maailmassa, jossa näillä kokemuksilla ei olisi niin voimakkaita kulttuurisia arvolatauksia. Tästä puhumme sanoessamme, että ”ennen oli kaikki paremmin/huonommin”.

Meillä olisikin oltava jokin kokonaiskuva siitä, minkälainen maailma tässä liikkumis- ja toki muidenkin kokemuksellisuuksien merkitysten muutoksessa on ollut viimeisten vuosikymmenten aikana (Pirnes & Tiihonen 2011). Seuraavassa taulukossa on tulkintani näistä muutoksista (taulukko 1, Tiihonen 2021a).

Tulkinta liikkumiskokemusten muutoksesta 1960–2020	1960-luku	1980-luku	2000-luku	2020-luku
Toimijuuskokemus	35	30	15	10
Osallisuuskokemus	20	20	25	30
Identiteettikokemus	40	40	35	30
Elämyskokemus	5	10	25	30

Taulukko 1. Tulkinta liikkumiskokemusten muutoksesta 1960–2020, eri osatekijöiden osuudet prosentteina.

Eri (mies)sukupolvet ovat kasvaneet aikuisiksi kokemuksellisesti melko erilaisina aikakausina. Omassa lapsuudessani 1960-luvulla emme odottaneet, että liikkuminen olisi ollut kivaa tai muuten elämyksellistä. Nythän tämä on hyvin tärkeää.

Identiteettikokemus suoritusurheiluna oli vallitsevana vielä 1980-luvulla, mutta myöhemmin sen merkitys on laskenut ja muuttunut ulkonäkö- ja erikoisuuspainotteiseksi. Yhteisöllisyysteemaan havahduttiin laajasti 2000-luvun alussa. Sen merkitys onkin nykyään joskus jopa liian suuri, sillä nuoriso on hyvin riippuvaista itselleen tärkeistä vertaisista.

Liikkumisen vähenemisen taustatekijöitä

Vaikeinta arki- ja siten kokonaisliikkumisen lisäämisen kannalta on, että toimijuuskokemusten merkitys on vähenenyt huolestuttavasti. Lapset ja nuoret eivät ole esimerkiksi oppineet liikkumaan tehdäkseen hyödyllisiä asioita eli tekemään latuja, hyppyeitä, pallopelikenttiä tai kävelemään ja pyöräilemään harjoituksiin, kauppaan tai kouluun.

En mainitse tässä kengännauhojen sitomista, mutta kyse on ollut vakavasta virheestä myös kasvatuksessa. Ja tämä koskee ikäluokkia 50-vuotiaisiin asti. Se näkyy karusti aktiivisen liikkumisen vähenemisessäkin.

Meneillään oleva 2020-luku tulee vaatimaan venymistä ja resilienssiä. Käytännössä meidän tulisi oppia merkityksellistämään arkiliikkumistemme nykyistä paljon paremmin unohtamatta muita kokemuksellisuuksia, jotka tekevät liikkumisesta ja urheilemisesta monipuolisesti kiinnostavan vaihtoehdon ajankäyttöllemme.

Toinen liikkumisen lisäämisen suuri haaste liittyy kiireeseen. Liikkuminen kilpailee muiden tärkeiden ja vähemmän tärkeiden tekemisten kanssa ajastamme. Jos opimme merkityksellistämään liikkumisen paremmin, niin pärjäämme paremmin tässä kilpailussa. Tämä ei kuitenkaan riitä varsinkaan vähän liikkuvien ryhmissä tai ryhmissä, joissa perhe-elämä, työ tai muut harrastukset, mutta myös yksinäisyys, vaikeuttavat liikkumiseen käytetyn ajan löytämistä.

Kiireen taustalla on kuitenkin syvällisempiä muutoksia sukupuolille rakentuneista rooliodotuksista ja mahdollisuuksista toteuttaa niitä. Naisilla on nykyisin huomattavasti suuremmat mahdollisuudet toteuttaa itseään työelämässä tai urheilussa kuin muutama vuosikymmen sitten. On kuitenkin tärkeää huomata koko ”ajankäytön kokonaisuus” eli se, minkälaisia rooliodotuksia naisilla ja miehillä on ja miten ne ohjaavat ajankäyttöämme (taulukko 2, Tiihonen 2021a).

Miesten rooli- dotusten muutokset 1960–2020	1960- luku	1980- luku	2000- luku	2020- luku
Vanhemmusröoli	15	20	20	30
Parisuhderöoli	10	15	25	30
Työröoli	45	40	35	30
Vapaa-aikaröoli	30	30	30	30

Taulukko 2. Miesten rooli-
dotusten muutokset 1960–2020.
Taulukon yli 100 prosentin osuudet kuvaavat tilannetta
2000-luvulla, kun odotukset ovat ylittäneet ihmisten kyvyn
vastata niihin.

Muutokset ovat miehilläkin olleet todella nopeita, eikä tämä tietenkään ole tapahtunut kivuttomasti. Lievimmillään puhutaan riittämättömyyden tunteesta, kun aikamme ja energiamme ei tunnu riittävän isyyden, parisuhteen, työn ja vapaa-ajan yhä vaativimmilta tuntuissa vaatimuksissa. Urheilevat miehetkin ovat kuitenkin tunnistanee nämä odotukset jo 2000-luvun alkupuolella erinomaisesti (Tiihonen 2007).

Pohjoismaisissa eli maailman onnellisimmissa yhteiskunnissa olemme systemaattisesti tehneet politiikkaa, jossa kummatkin sukupuoli-
olet voivat toteuttaa itseään varsinkin työelämässä suurin piirtein yhtä hyvin. Käytännössä olemme saaneet melko säännöllisin väliajoin mm. perhevapaa-
uudistuksia, joilla työn ja perheen yhteensovittamista on yritetty edistää.

Vapaa-aika- ja parisuhderoolien vaatimisiin muutoksiin perheiden arjessa ja ihmisten identiteeteissäkkin emme ole juurikaan pystyneet keksimään yhteiskuntapoliittisia ratkaisukeinoja. Tämä näkyy varsinkin keski-ikäisten vähenytneessä liikkumisessäkkin. Vuorokaudessa pitäisi olla 36 tuntia ja viikossa kymmenen päivää, jotta kaikki odotukset voisi täyttää.

Keski-ikäiset odotusten ristipaineessa

Liikkumisen lisäämisen näkökulmasta on olemassa joitakin varteenotettavia vaihtoehtoja. Ehdottomasti tärkeintä on liikkumisen yhdistyminen keskeisiin rooli-
dotuksiin. Käytännössä puoliset liikkuisivat keskenään, vanhemmat lastensa ja aikuiset lapset iäkkäiden vanhempiensa kanssa. Äidit voisivat liikkua toisten äitien ja isät toisten isien kanssa saaden näin myös vertaistukea toisiltaan. Tähän on erinomainen aika ja usein paikkakin, kun lapsia kuljetetaan eri harrastuksiin. Pyörällä tai kävellen tehdyt työmatkat kannattaa sisällyttää työröoliin ja kaupassa käynnit osaksi vapaa-
aikaröolia ottamalla kaveri tai naapuri mukaan.

Monta kertaa viikossa yksin harrastettu liikunta on valitettavasti tässä rooli-
dotusten paineessa aika itsekästä toimintaa. Tärkeää tietysti on, että voi ja saa liikkua yksinkin.

Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimuksessa 2017 kysyttiin ensimmäistä kertaa, missä rooleissa ihmiset liikkuvat. Tuloksista näkee hyvin, että eri liikkumisroolit ovat miesten ja naisten kesken nykyään lähellä toisiaan (taulukko 3.).

		Parisuh- deröoli	Vanhem- muus- röoli	Työröoli	Vapaa- aikaröoli	Yksin
Miehet	2017	39,4	31,9	9,4	57	50,9
Naiset	2017	37,2	43	7	61,8	58,9

Taulukko 3. Liikunnan ja urheilun harrastus eri rooleissa viimeisten 12 kuukauden aikana.

Taulukko ei kerro sitä, miten paljon päivässä, viikossa tai kuukaudessa miehet ja naiset käyttävät aikaa liikkumiseen eri rooleissa eikä sitä, minkälaisia muutoksia tässä on mahdollisesti tapahtunut vuosien saatossa.

Oletuksena kuitenkin on, että rooli-
dotusten muutokset ovat heijastuneet myös liikkumisrooleihin. Miehet liikkuvat yllättäen jopa enemmän parisuhderöoleissa kuin naiset. Toisaalta naiset liikkuvat miehiä enemmän vapaa-
aikaröoleissa ja yksin. Miesten ja naisten rooli-
dotukset ovat nykyään aika lähellä toisiaan. Kummankin odotetaan hoitavan parisuhdetta ja lapsia, olevan aktiivisia töissä ja vapaa-ajallaan.

Käsitykset miehisyyksistä päivitettävä

Olisikin syytä päivittää käsityksiä naisista ja miehistä. Oletukset saattavat perustua vanhentuneisiin käsityksiin varsinkin miehisyyksistä. Kun kritisoin väitöskirjassani mielikuvia miehistä eli miehisyyksistä, niin se perustui myös Jorma Sipilän kanssa toimittamaamme Suomen ensimmäiseen miestutkimuskirjaan *Miestä rakennetaan – maskuliinisuuksia puretaan*. Pyrimme raivaamaan teoksella tilaa miesten kasvulle ilman haitallisten miehisyyksielikuvien painolasteja. (Sipilä & Tiihonen 1994).

Nämä miehisyydet, joita voi pitää kulttuurisina uskomuksina siitä, minkälainen miehen pitäisi olla, eivät tietenkään ole hävinneet, vaikka yhtä jyrkkinä ja selvärajaisina ne eivät enää ilmenekään kuin 30 vuotta sitten. Voinemme kuitenkin erottaa toisistaan perinteisen, vallitsevan, neuvottelevan ja vaihtoehtoisen miehisyyden. (Tiihonen 2013; 2004)

Liikkumiseen miehisyydet voivat vaikuttaa sekä aktiivisesti että passivoivasti. Perinteistä miehisyyttä toteuttava mies ei lähde helposti mukaan uusiin tai naisellisiin liikuntamuotoihin. 1990-luvulla tutuksi tullut hegemoninen maskuliinisuus (vallitseva miehisyyys) ei ole enää samassa arvoasemassa, mutta kilpailullisuutta, menestystä ja vertailua korostava mies saattaisi vieroksua puolison ja lasten kanssa liikkumista tai leikinomaisia liikuntamuotoja. Sekä perinteistä että vallitsevaa miehisyyttä korostavat miehet voivat kuitenkin olla hyvin liikunnallisia ja urheilullisia.

Miehisyytarkastelun tärkeys on siinä, että miehet itse tunnistaisivat mahdolliset monipuolista liikkumista estävät uskomuksensa. Yhtä lailla merkittävää on tunnistaa vanhentuneet mielikuvat ja luopua niistä miehille kohdistetusta liikkumista edistävästä viestinnästä. (Tiihonen 2004)

Lyhyesti miesten liikkumisen edistämisestä

Mies itse lopulta päättää, liikkuuko hän ylipäätään – sekä miten ja miksi. Liikkumisen lisäämiseksi viisainta olisi toteuttaa pitkäjänteistä työtä, jotta vähän liikkuvia miehiä saataisiin mukaan riittävän pitkiin kokemuksellisesti merkityksellisiin oppimisprosesseihin. Niiden aikana monipuolinen liikkuminen juurrutettaisiin arjen rooleihin ja ajankäyttöön. (Tiihonen 2021b)

Vaikeinta on muuttaa miehille haitallisia mielikuvia liikkumisesta. Niistä suurinta osaa ei ole koskaan testattu tai ”palvelumuotoiltu” erilaisia miehiä tai miehisyyskiä ajatellen. Liikunta-, terveys- ja hyvinvointimediaa lukiessa on erittäin vaikea löytää mitään miehille suunnattua ja miesten kokemus- ja merkitysmaailmoja ymmärtävää. Ylivoimaisesti suurin osa liikkumisen ja varsinkin terveyden edistämisen asiantuntijoista ja alueen toimittajista on naisia.

Tuntuu kuin miehissä olisi vikaa, jos terveyden tai liikkumisen edistäminen ei onnistu.

Aivan samoin kuin sukupuoli vaikuttanee vaikkapa urheilujohtamiseen jotenkin erityisesti, niin toki liikkumisen edistämiseenkin sukupuolella lienee jotain vaikutusta. Jälkimmäisen suhteen ei kuitenkaan käydä mitään julkista keskustelua asian muuttamiseksi. Kriittistä tutkimusta sukupuolen vaikutuksista terveyden ja liikkumisen edistämiseen ei valitettavasti näy ainakaan julkisessa keskustelussa.

Hiukan yliampuvasti voi todeta, että tuntuu kuin miehissä olisi vikaa, jos terveyden tai liikkumisen edistäminen ei onnistu. Vaan olisiko vikaa pikemminkin terveyden ja liikkumisen edistämisen sisällöissä, menetelmissä tai tekijöissä kuin kohteissa?

Niiden muuttaminen tulisikin aloittaa pikimmiten eikä ainoastaan miehiä koskien (Tiihonen 2021cd). ♦

Tiihosen teesit: eroon haitallisista mielikuvista

Julkisuudessa totuudeksi muuttuneista, etenkin miesten liikkumista jarruttavista mielikuvista on päästävä liikkumista oikeasti edistäviin kokemuksiin, tavoitteisiin ja tulkintoihin. Esitän näistä haitallisista mielikuvista hiukan provokatiivisia tulkintoja, jotka perustuvat tutkimuksiini, kokemuksiini ja aiheesta pitkään erilaisia aineistoja tehneen tulkintoja näistä haitallisista mielikuvista. (Tiihonen 2021e; 2020)

Sohaisen vakiintuneen liikuntavalistuksen ja hyvinvointiajattelun pyhiin totuuksiin, joita tulisi tarkastella kriittisesti. Ainakin pitäisi miettiä, miten niitä voisi muokata paremmin miehille ja 2020-luvulle sopiviksi.

- **Terveysliikunta ei ole ollut toimiva ratkaisu (miesten vähäiseen liikkumiseen).** Terveysliikunta sopii keskiluokkaisille ja koulutetuille ihmisille, joilla on ”varaa olla” kiinnostunut omasta itsestään ja terveydestään. Se on pääosin naisille kohdistettua, naisten ohjaamaa ja ”egoistista”. Tähän on tultava muutos.
- **Liikunnan ei pidä olla (vain) kivaa.** Se ei ole vain kivaa, mikä on jo pelkkänä vääjänä odotushorisonttina erittäin haitallista liikkujille, mutta myös liikunnan edistäjille, opettajille ja ohjaajille. Sen sijaan liikkumisen tulee olla kokemuksellisesti monin tavoin merkityksellistä.
- **Sisäisen motivaation harha pitää oikaista.** Liikkuminen ei voi eikä saa olla vain itsekästä ”omaa aikaa itselle”, kuten sitä kovasti markkinoidaan. Tämä sopinee keskiluokkaisille, koulutetuille naisille, mutta me muut – varsinkin miehet – voimme aivan hyvin liikkua myös epäitsekästä ja ”ulkoisista” syistä, jotka ainakin ennen arvotettiin korkeammalle kuin egoistiset syyt. Sosiologin mielestä puhtaasti ”sisäistä” ei tietysti olekaan, vaan kyse liikkumisessakin on ulkoisten merkitysten (epä) onnistuneesta oppimisprosessista. Me tarvitsemekin tulevaisuudessa liikkumiselle yhä enemmän merkityksiä, joissa yhdistämme liikkumisen oppimiseen, yhteisöllisyyteen sekä toistemme auttamiseen ja tukemiseen.
- **”Matala kynnyks” on ymmärretty väärin.** Liikkumista ei voi tehdä helpoksi (liikkuminen on vaikeaa) eikä saa tehdä ”matalaksi” (merkityksettömäksi). Portaat ovat parempi metafora ja ensimmäiset portaavat voivat toki olla matalampia. ”Portaita” eli väyliä liikkumista tukeviin yhteisöihin ja palveluihin pitääkin rakentaa paikkoihin, joissa niitä ei nyt ole eli sinne, missä vähän liikkuvia ihmisiä kohdataan luontaisesti. Sosiaali- ja terveydenhuoltoon ja eri kansalaisjärjestöihin, mutta myös kouluihin, kauppakeskuksiin, tapahtumiin ja internetiin pitää saada asiansa osavia eri alojen ammattilaisia, jotka osaavat liikuttaa kaikenlaisia ihmisiä. ”Liikuttajiksi” pitää myös saada kokemusasiantuntijoita ja vapaaehtoisia, jotka auttavat ensimmäisillä portailla.
- **Liikkumisen edistäminen kannattaa erottaa elämäntapamuutoksesta ja varsinkin laihduttamisesta.** Liikkumisen lisääminen arkeen on riittävän vaikeaa ilman näitä todella vaativia tavoitteitakin. On ollut tyhmää

vaatia ihmisiltä täydellistä elämäntapamuutosta tai sitoa painonpudotus liikkumisen kanssa yhteen. Liikkuminen on todellakin riittävän tärkeää ilman laihduttamista tai isoa elämäntapojen muutosta.

- **Vähän on vähän ja paljon on paljon – sopiva on löydetävä itse.** Terveysliikuntasuosituksen noudattaminen täydellisesti on aivan liian vaikeaa, kun samalla väitetään, että todella vähäinen liikunta tai jopa tuoliilta nouseminen on tärkeää. Tällainen ristiriitainen asiantuntijatieto ei tue liikkujaa, vaikka tavoite onkin hyvä. Sama ongelma on yksittäisissä tutkimuksissa, jossa korostetaan jonkin todella pienen seikan merkitystä terveyteen tai siihen, miksi joku liikkuu tai ei. Liikkumiseen tai liikkumattomuuteen ei vaikuta mikään yksittäinen tekijä ja aina lopulta ihminen itse päättää liikkuko vai ei.
- **Ristiriitaisten suositusten tai yksittäisten tutkimusten seuraamisen sijasta kannattaa rakentaa itselleen pysyvät tavoitteet ja tavat, joita noudattaa pitkäjänteisesti.** Tässä muutamia toimiviksi todettuja tapoja.
 - Joka vuodenaikaan muutamia sopivia liikkumismuotoja, joita voi toteuttaa oli paikka, keli tai tilanne mikä tahansa.
 - Liikkumismuodoista on hyvä oppia saamaan monipuolisesti merkityksellisiä kokemuksia (elämys-, identiteetti-, osallisuus- ja toimijuuskokemuksia). Liikkuminen kannattaa ajatella kokemuksellisenä oppimisena, jossa oppii asioita liikkumismuodosta, itsestään, kanssaliikkujista tai vaikkapa luonnosta, maantieteestä tai melkein mistä tahansa asiasta.
 - Liikkumista kannattaa harjoittaa eri rooleissa eri ihmisten kanssa (puolison, lasten, eri kaveriryhmien, naapurien jne. kanssa). Siihen kannattaa yhdistää sosiaalisten suhteiden hoitoa ja arjen askareita.
 - Liikkumisesta on hyvä tehdä arjen tapoja ja rutiineja, viikonloppuina ja lomilla kannattaa kokeilla uusiakin asioita.
 - Liikkumiselle kannattaa rakentaa fiksuja ja monenlaisia tavoitteita, joiden tavoittelu lisää liikkumisen mielekkyyttä. Perustavoite voi olla vaikkapa liikkumisen määrä vuodessa tunteina. Jonkin liikkumismuodon opettelu tai siinä kehittyminen on hyvä tavoite sekin. Ihan yksinkertaiset tavoitteet, kuten leuanvetojen, punnerrusten, vatsa- ja selkäliikkeiden tai jalkakyykyjen määrät, ovat nekin mainettaan parempia. Fiksua on asettaa tietyt vähimmäistavoitteet, joihin pitäisi pystyä aina – näitä voi tuki iän myötä muuttaa. Kannattaisi myös asettaa itselleen jokin enimmäispaino, jonka saavuttaminen johtaisi tarpeellisiin, itselle sopiviin toimenpiteisiin. Näin välttät haitalliset ja vaikeat laihduttamiset ja liian suuret, nopeat ja vaativat elämäntapamuutokset.
 - Älä odota terveyshyötyjä tai ulkonäön parantumista. Mieluummin sitä, että opit asioita, teet hyödyllisiä juttuja ja ehkä opit jotain itsestäsi ja muista.
- **Ja – älä lyö läskiksi, jos et pysty saavuttamaan tavoitteitasi tai liikkumaan riittävästi.** Kunnon kohottaminen liikkumalla on yllättävän palkitsevaa. Ei haittaa, että kunto välillä laskee, jos sen saa taas nousemaan. Pahinta on luovuttaminen.

LÄHTEET

- Pirnes E. & Tiihonen A.** 2010. Hyvinvointia liikkunasta ja kulttuurista, Käsitteiden, kokemusten ja vastuiden uusia tulkintoja. *Kasvatus & Aika* 4(2) 2010, 203-235. (http://www.kasvatus-ja-aika.fi/site/?lan=1&page_id=275) (<https://journal.fi/kasvatusjaika/article/view/68211/29140>).
- Sipilä J. & Tiihonen A. (toim.).** 1994. Miestä rakennetaan – maskuliinisuuksia puretaan. Tampere, Vastapaino.
- Tiihonen A.** 2021a. Miksi liikutaan, miksi ei ja mitä pitäisi tehdä? Pohjoismaisen mallin historia, nykyisyys ja tulevaisuus liikuntapolitiikan tavoitteiden sekä ihmisten liikuntakokemusten ja liikuntaroolien avaamista näkökulmista. Teoksessa Hanifi, R.; Haaramo, J.; Saarenmaa, K. (toim.). *Mitä kuuluu vapaa-aikaan? Tutkimus, tieto ja tulkinnat*. Helsinki, Tilastokeskus 2021. (https://www.stat.fi/tup/julkaisut/tiedostot/julkaisuluettelo/eli_vapm_202100_2021_23894_net.pdf).
- Tiihonen A.** 2021b. Kuka tai mikä päättää, liikunko minä vai en? (<https://www.lts.fi/liikunta-tiede/artikkelit/kuka-tai-mika-paattaa-liikunko-mina-vai-en>). LTS-blogi, 15.06.2021.
- Tiihonen A.** 2021c. Miten rakenteet vaikuttavat ihmisten liikkumiseen? (<https://www.lts.fi/liikunta-tiede/artikkelit/miten-rakenteet-vaikuttavat-ihmisten-liikkumiseen>). LTS-blogi, 23.06.2021.
- Tiihonen A.** 2021d. Mitä pitää tehdä liikuntapolitiittisen keskustelun herättämiseksi horroksestaan? (<https://www.lts.fi/liikunta-tiede/artikkelit/pohdittua-mita-pitaa-tekda-liikuntapolitiittisen-keskustelun-herattamiseksi-horroksestaan>). *Liikunta & Tiede*, 58, 3/21, 74-75.
- Tiihonen A.** 2022e. Vuosikatsaus 2021: Lisää – ja merkityksellisempää – liikettä! (<https://www.miksiliikun.fi/2022/01/11/vuosikatsaus-2021-lisaa-ja-merkityksellisempaa-liiketta/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 11.1.2022.
- Tiihonen A.** 2020. Liikuttavan ikämiehen vuosikymmenkatsaus 2010-2019. (<https://www.miksiliikun.fi/2020/01/03/liikuttavan-ikamiehen-vuosikymmenkatsaus-2010-2019/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 3.1.2020.
- Tiihonen A.** 2014. Kokemuksellinen toimintakyky ja ikäihmisten voimaannuttaminen. Teoksessa Pohjolainen P. (2014, toim.) *Toimintakyvyn arviointi ja tukeminen 2. Laato-ohjelman loppuraportti*. Ikäinstituutti, Oraita 1/2014, Helsinki, 76-90. (http://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/Oraita_1-2014-pdf.pdf)
- Tiihonen A.** 2013. Miksi ikämies liikkuu – liikunnan harrastaminen on merkityksellistä. Teoksessa Pietilä I. & Ojala H. (toim.) *Miehistä puhetta – Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit*. Tampere University Press, 167–196.
- Tiihonen A.** 2012. Kokemuksia, suorituksia, terveyttä – aktiivisen ikämiehen liikkunalla on monta moottoria. *Liikunta & tiede* 49 (5) 74–78.
- Tiihonen A.** 2011. Erilaisia ikämiehiä. Teoksessa Viiru K., Manninen J., Nieminen M., Suominen H., Christer Sundqvist, Tiihonen A. & Taponen R., (toim.) *Erilainen tapa vanheta*. Suomen Veteraaniruuheluliitto, Kajaani, 19–44.
- Tiihonen A.** 2007. Miehisyyvalinnat jalkapalloilijan elämässä. Teoksessa Itkonen H. & Nevala A. *Kuningaspelin kentät – Jalkapalloilu paikallisena ja globaalina ilmiönä*. Helsinki. Gaudeamus 2007, 210–225.
- Tiihonen A.** 2004. ”Mikään ei ole rumempaa kuin kaunis mies!?” *Liikunta & tiede* 4/2004, 21–26.
- Tiihonen A.** 2002. Ruumiista miestä, tarinasta tulkintaa: oikeita miehiä – ja urheilijoita? Jyväskylä, LIKES-tutkimuskeskus, 134. Väitöskirja.
- Tiihonen A.** 1996. Ikuisesti urheileva poika eli mistä on ’kunnon miehet’ tehty? Teoksessa Hoikkala, Tommi (toim.) *Miehen kuvia*. Helsinki. Gaudeamus.

ARTO J. HAUTALA

fysioterapian ja kuntoutuksen apulaisprofessori
liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
arto.j.hautala@jyu.fi

JARI PARKKARI

liikuntalääketieteen erikoislääkäri ja professori
liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
jari.p.parkkari@jyu.fi

Naisten ja miesten liikunnan biologiset yhtäläisyydet ja erot

Liikunta on hyväksi sukupuoleen katsomatta. Hyödyt ovat samanlaisia niin miehille kuin naisille.



Kuva: Antero Aaltonen

PRESIDENTTI Urho Kekkonen totesi dokumentissa Presidentin päivä vuonna 1977: ”Minä olen pikkupojasta lähtien harrastanut tämäntapaista kuntoilua ja en minä kuntoillen takia, että minä eläisin pitemmän aikaa kuin vastaavasti minun ikäiseni tapaavat elää, mutta minä kuntoilen sen mielihyvän ja virkistysen vuoksi, jonka juokseminen ja juoksentelu metsässä ja hiihto minulle antavat.”

Ajatuksessa on paljon viisautta ja totuutta, jonka kattava tiedenäyttö on vahvistanut. Nykyään yleisesti tiedossa on, että säännöllinen ja turvallinen liikunta ehkäisee monia sairauksia ja vaikuttaa positiivisesti mielialaan (Warburton et al., 2006). Sairauden tai vamman kohdatessa liikunta ja terapeuttinen harjoittelu toimivat osana kokonaisvaltaista hoitoa ja kuntoutusta olipa kyseessä sitten huippu-urheilija, kuntoilija tai sohvaperuna.

Monissa sairauksissa terapeuttinen harjoittelu on korvaamassa leikkaus- ja lääkehoitoja. Tällaisia ovat selän, olkapään, kyynärpään, ranteen, lonkan, polven ja nilkan kivut (Sihvonen et al., 2013, Karelson et al., 2021, Femoroacetabular Impingement Randomized Controlled Trial et

al., 2021, Ponkilainen et al., 2021). Myös sepelvaltimotaudin hoidossa ja kuntoutuksessa liikunnan asema on keskeinen (Hautala et al., 2017, Dibben et al., 2021, Taylor et al., 2022), jota lisää liikuntaharjoittelun tueksi saatu teknologinen apu yksilölliseen ohjaukseen ja seurantaan (Vasankari et al., 2021).

Liikunnan ohjelmoinnissa keskeistä on aluksi täsmentää mitä tavoitellaan. Urheilija tavoittelee maksimaalisen suorituskyvyn parantamista omassa lajissaan, kun taas sydänpotilaalla liikuntaharjoittelu kuuluu viikoittaiseen elämänrytmiin lääke- ja muun hoidon osana. Eikä unohtaa voi myöskään liikunnan merkitystä paremman mielialan, vireystilan ja arjessa jaksamisen työkaluna.

Tässä katsauksessa pohdimme liikunnan myönteisten vaikutusten ja riskien eroja sukupuolten välillä. Onko naisten ja miesten liikunnassa tiedenäytön perusteella erityispiirteitä, jotka tulisi huomioida tavoitteellisen liikunnan ohjelmoinnissa? Pyrimme avaamaan näkökulmia miesten ja naisten liikuntaharjoitteluun sekä terveyden edistämisen että urheilijan harjoittelun ja vammojen ehkäisyn kannalta.

Sukupuolen merkitys liikuntaharjoittelun ohjelmoinnissa

Olemme oppineet yksilöllistämään liikuntaharjoittelun ohjelmointia aiempaa paremmin. Taustalla on vahva tutkimusnäyttö siitä, että liikuntavasteet ovat yksilöllisiä sukupuolesta ja iästä riippumatta (Bouchard and Rankinen, 2001, Hautala et al., 2006, Lehtonen et al., 2022, Joyner and Lundby, 2018, Ahtiainen et al., 2020).

Sekä tutkijoita että liikunnan harrastajia kiinnostaa myös se, tulisiko liikunnan ohjelmoinnin olla lähtökohtaisesti erilaista naisilla ja miehillä. Esimerkiksi kun kestävysharjoittelun etenemistä on ohjattu autonomisen hermoston toimintaa mittaamalla (sykevaihtelu), liikuntaa harrastavien naisten on havaittu hyötyvän sykevaihteluohjauksesta, naiset ovat saavuttaneet merkittäviä parannuksia kestävyyskuntoon pienemmällä harjoituskuormituksella miehiin verrattuna. (Kiviniemi et al., 2010).

Erilaisen liikunnan ohjelmoinnin yksinkertaisena perusteluna voitaisiin pitää eroja sukupuolten välillä kehon koostumuksessa. Miehillä on esimerkiksi enemmän lihasmassaa, mikä tarkoittaa suurempaa maksimaalista voimaa naisiin verrattuna (Ansdell et al., 2020). Tietysti absoluuttinen maksimaalinen voimataso tai kestävyyskunto huomioidaan lähtötilanteessa ja harjoittelun edetessä yksilöllisesti sukupuolesta riippumatta. Tulisiko sukupuolten välistä liikuntaharjoittelua yksilöllistää myös huomioiden muita tunnettuja fysiologisia eroja?

Mielenkiintoista on esimerkiksi se, että naisilla vallitsevaksi lihassolutyypiksi on havaittu väsymistä hyvin kestävä tyypin I lihassolu. Miehillä nopeaa voimantuottoa edustava tyypin II lihassolu on suhteellisesti vallitsevampi (Witvrouw et al., 2019). Muitakin eroja on. Esimerkiksi naisilla verenpaine nousee kuormituksessa hitaammin ja syke nopeammin miehiin verrattuna (Wheatley et al., 2014).

Hormonaaliset tekijät vaikuttavat myös liikuntaharjoittelun taustalla. Testosteronin korkeampi taso miehillä kasvattaa lihasmassaa ja -voimaa naisia tehokkaammin. (Witvrouw et al., 2019). Myös kuukautiskierron vaiheiden ja hormonaalisen ehkäisyn merkitystä on tutkittu suorituskykyyn liittyen, mutta selkeää tutkimusnäyttöä ei toistaiseksi ole siitä, vaikuttaako kierron vaihe tai ehkäisy suorituskykyyn (Ansdell et al., 2020).

Hyötyvätkö naiset ja miehet liikunnasta samalla tavalla?

Liikunnan terveyshyötyjen näyttö on kiistaton sukupuolesta riippumatta. Eräs tuoreimmista keskustelun ja tieteenkielenkiinnon kohteista on ollut vaikuttaako sydän- ja verenkiertoelimistön terveydentila liikunnan terveysvaikutusten annos-vastesuhteeseen. Hiljattain raportoidussa hollantilaisessa kohortissa (n= 142 493, puolet naisia) seurattiin epäedullisten sydäntapahtuminen ilmaantuvuutta noin seitsemän vuoden ajan.

Kohtuukuormitteinen säännöllinen liikunta henkilöillä, joilla oli sydän- ja/tai verisuonisairaus hyötyivät liikunnasta ”enemmän on parempi” – periaatteella. Terveillä ja sydän- ja verenkiertoelimistön riskitekijöitä (tupakointi, ylipaino, korkea kolesteroli, korkea verenpaine) omaavilla henkilöillä riski pieneni jyrkästi jo vähäisellä kohtuukuor-

mitteisella liikunnalla. Riskin pieneneminen sen sijaan hidastui, kun liikunnan määrää edelleen lisättiin. (Bakker et al., 2021). Ehkäpä tämän tutkimukset tulokset ovat hyödyllisiä nimenomaan silloin, kun tavoitteellista liikuntaharjoittelun yksilöllistä optimointia pohditaan sydän- ja verisuoni-terveys huomioiden.

Liikunnan hyötyjen voisi ehkä olettaa jossain määrin eroavan miesten ja naisten välillä johtuen pelkästään koerosta. Kuitenkin esimerkiksi sepelvaltimotautipotilaille, naiset hyötyivät sydänkuntoutuksesta kestävyyskunnan noususta samalla tavoin kuin miehet, vaikka kestävyyskunnan lähtötaso on heillä matalampi (Mosca et al., 2007). Sekä miehillä että naisilla maksimaalinen hapenottookyky voi nousta keskimäärin 17–19 prosenttia (Gee et al., 2014, Menezes et al., 2014).

Sydänpotilaan liikunnan ohjelmoinnissa kovatehoinen intervallityyppinen kestävysharjoittelu on siirtynyt myös suosituksiin, koska harjoittelun on todettu olevan useimmilla turvallista (Rognmo et al., 2012). Lisäksi kestävyyskunto kasvaa sen tuloksena nopeammin kuin kohtuukuormitteisen pidempikestoisen tasavauhtisen kestävysharjoittelun tuloksena (Moholdt et al., 2014). Hiljattain julkaistussa meta-analyysissä tarkasteltiin, eroaako kestävyyskunnan nousu miesten ja naisten välillä. Harjoittelujakso kesti vähintään kolme viikkoa ja kovien vetojen piti olla linjassa intervalliharjoittelun suositusten kanssa. Tulokset osoittivat, ettei sukupuolieroja kestävyyskunnan nousussa ollut, kun tarkasteltiin kunnan suhteellista muutosta. Tutkijat huomauttivat, että analysoiduissa 14 tutkimuksessa naisten määrä tutkittavista oli vähäinen (miehiä 836 ja naisia 103). (Way et al., 2021).

Liikunnan myönteisten vaikutusten ja riskien suhde

Vaikka liikunnan tiedetään olevan yhteydessä epäedullisiin sydäntapahtumiin ja liikuntavammoihin, ovat hyödyt moninkertaisia vaaroihin verrattuna (Parkkari et al., 2004b, Mittleman et al., 1993, Siscovick et al., 1984). Säännöllinen liikunta suojaa esimerkiksi tyypin kaksi diabetekselta ja sydänperäiseltä äkkikuolemalta (Laukkanen et al., 2010, Tuomilehto et al., 2001).

Riippumatta siitä, että liikunnan terveyttä edistävät vaikutusmekanismit tunnetaan hyvin, on syytä huomioida tapauskohtaisesti erityisesti määrällisesti ja kuormittavuudeltaan paljon liikuntaa harrastavien terveysriskit. Paljon liikkuvilla veteraaniurheilijoilla on kasvanut riski rytmihäiriöille ja rakenteellisille muutoksille sydän- ja verenkiertoelimistössä (Eijsvogels et al., 2018). Ruotsalaisen maastohiihtokilpailun Skiloppetin yhteydessä kerätty aineisto (52 755 hiihtäjää, 5278 naista) osoitti erityisesti useita kertoja osallistuneilla (> 5 kertaa) ja nopean loppuajan 90 kilometrillä saavuttaneilla miehillä olevan suurempi riski sydämen eteisvärinälle verrattuna hitaampaan hiihtoaikaan ja yhtein osallistumiskertaan (Andersen et al., 2013).

Liikunta on hyvä lääke, mutta hyvälläkin lääkkeellä on haittavaikutuksensa ja mahdollisia vasta-aiheita. Lääketeollisuus käyttää runsaasti resursseja lääkkeidensä haittavaikutusten tutkimukseen ja torjuntaan. Tämän havaitsimme mm. koronarokotusten yhteydessä. Samaa toimintatapaa tulisi myös liikunta-alalla pyrkiä, jotta liikuntalääk-

keen käyttö saataisiin sille kuuluvalla tasolla. Erityisesti lääkärin kohtaavat työssään liikunnan yhteydessä ilmenneitä haittoja, mikä saattaa aiheuttaa epävarmuutta liikuntahoitajien käytössä (Parkkari et al., 2004a, Mattila et al., 2009).

Suomessa liikunta on tapaturmien ja rasitusvammojen yleisin syy (Haikonen et al., 2017) Vammat voivat aiheuttaa pitkäaikaista haittaa, kuten varhaista nivelrikkoa, ja johtaa fyysisen aktiivisuuden vähenemiseen ja jopa loppumiseen (Caine and Golightly, 2011, Whittaker et al., 2019). Vammat altistavat myös ahdistuneisuuteen ja masennukseen. Urheilijoiden henkistä hyvinvointia on tutkittu Suomessa ja kansainvälisesti. Eniten henkistä pahoinvointia on todettu nuorten urheilijoiden ja naisten keskuudessa (DiFiori et al., 2014, Kaski et al., 2022)

Intensiivisyys ja kontaktit lisäävät liikuntavammoja

Vammariski kasvaa liikunnan intensiivisyyden ja kontaktien lisääntyessä (Parkkari et al., 2004a, Parkkari et al., 2004b, Tuominen et al., 2015, Tuominen et al., 2016). Miehille sattuu naisia enemmän liikuntavammoja, koska he harrastavat enemmän lajeja, joissa on korkea vammarriski. Näitä ovat joukkuepallot ja kontaktilajit (Parkkari et al., 2004a, Parkkari et al., 2004b, Ristolainen et al., 2019) Toisaalta naisten riski saada liikunnan aikana vakava polven eturistisidevamma on 4–7-kertainen miehiin verrattuna (Hewett et al., 2005, Krosshaug et al., 2007, Hietamo et al., 2020, Pasanen et al., 2017, Pasanen et al., 2018).

Polven eturistiside (ACL) on polven toimintakyvyn säilymisen kannalta tärkeä rakenne. Jos se vaurioituu, niin monien liikuntalajien harrastaminen vaikeutuu ja nivelrikon kehittymisen riski nousee 4–6-kertaiseksi (Poulsen et al., 2019). ACL-vamman riski on suurimmillaan, kun polvi on melko suorana (15–30 asteen fleksio), jos siihen kohdistuu samanaikainen reisiluun ulkokierto ja sääriluun sisäkierto-liike, ja jos suunnan muutoksessa tai alastulossa polvi pyrkii painumaan sisäänpäin (valgukseen) (Hewett et al., 2005, Leppänen et al., 2017).

Naisten suurentuneen polvivammariskin ajatellaan johtuvan siitä, että heidän etureitensä on suhteellisesti merkittävästi vahvempi kuin takareisi. Tämän takia etureisi dominoi ja polvi pyrkii suoristumaan käänöksissä ja hypyistä alas tullessa. Naisten lantion on myös suhteellisesti leveämpi kuin miehillä. Tämä lisää polven sisäänpäin taipumista. Lisäksi kuukautiskierron keskivaiheilla tapahtuva estrogeenitason nousu löysentää nivelsiteitä ja saattaa altistaa vammoille (Krosshaug et al., 2007, Hietamo, 2021). Polvivammojen ehkäisy on erityisen tärkeää suunnanmuutoslajeissa kuten jalkapallossa, koripallossa, salibandyssä ja käsipallossa.

Polvivammojen lisäksi selkä- ja päävammat aiheuttavat usein pitkäkestoisia ongelmia liikunnan harrastajalle (Tuominen et al., 2017, Ristolainen et al., 2019). Näiden osalta liikunnan ja kontaktien määrä selittävät vammojen sattumista enemmän kuin sukupuoli. Selkävaivoja on runsaasti työillä voimistelulajeissa ja taitoluistelussa ja pojilla jalkapallossa ja jääkiekossa. Päävammoja sattuu sekä miehille että naisille erityisesti jalkapallossa ja jääkiekossa. Naisten jääkiekossa taklaaminen on kielletty ja päävammojen ilmaantuvuus on naisilla puolet alhaisempi kuin miehillä (Tuominen et al., 2017).

Läikkäille naisliikkuville sattuu enemmän murtumia kuin miehille (Kannus et al., 1999). Tämän ajatellaan johtuvan naisten heikommasta lihaskunnosta, mikä altistaa suurien energisille kaatumisille. Myös luun lujuus on naisilla miehiä matalampi (Uusi-Rasi et al., 2020).

Uudet suositukset vammojen ehkäisyyn eri liikuntaympäristöissä

Liikunnan haittojen kuten koetun epämukavuuden, kivun ja vammojen ehkäisyyn tulisi alkaa alakouluiässä, jolloin taitojen, tietojen ja toimintamallien oppiminen on tehokasta ja kattaa koko väestön (Emery et al., 2015, Emery et al., 2020). Ehkäisy pyrkii parantamaan yksilön kykyä reagoida turvallisella tavalla vammoja aiheuttaviin yllättäviin tilanteisiin.

Tutkitusti tehokkaimpia keinoja lisätä liikunnan turvallisuutta ovat *passiiviset menetelmät*. Näitä ovat kunnolliset suojaimet ja varusteet kuten kypärä ja suojalasit. Vanhukilla laadukkaat lonkkasuojaimet ovat tehokas tapa ehkäistä liikunnan yhteydessä sattuvia lonkkamurtumia (Kannus et al., 2000). *Aktiiviset menetelmät* ovat vähemmän tehokkaita, koska ne vaativat liikkujan oman käyttäytymisen tai toimintavan muutosta. Tutkitusti tehokkain aktiivinen menetelmä torjua liikuntavammoja ja ikäihmisten kaatumisvammoja on säännöllinen hermo-lihasjärjestelmää kehittävä harjoittelu (Kannus et al., 2005, Pasanen et al., 2008, Leppänen et al., 2014, Emery et al., 2015, Uusi-Rasi et al., 2020).

Suomessa on vuonna 2022 laadittu tämänhetkisen tutkimusnäytön mukaiset suositukset vammojen ehkäisyyn eri liikuntaympäristöissä (Leppänen and Parkkari, 2022). Ikäihmisten murtumariskia voi arvioida ja murtumien ehkäisyä suunnitella Kaatumisseula -työkalun avulla (Uusi-Rasi et al., 2020).

Tulisiko yksilöllisen liikunnan oman pääoman olla suunnanantajana yksilölliselle liikuntapolulle?

Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden nimissä on perusteltua tarkastella liikuntaa ja sen yksilöllisen ohjelmoinnin perusteluja iästä ja sukupuolesta riippumatta. Tiedenäyttö tukee tätä lähestymistapaa erityisesti, kun tarkastellaan liikunnan hyötyjä. Liikunnan yksilölliset erityispiirteet muokkautuvat enemmänkin terveydentilan, aikaisemman liikuntataustan ja liikunnan tavoitteiden näkökulmista.

Kansallisia ja kansainvälisiä liikuntasuosituksia voidaan perustellusti käyttää viikoittaisen liikunnan ohjelmoinnissa ja säännöllisen fyysisesti aktiivisen elämäntavan rakentamisessa (WHO, 2020). On syytä muistaa, että motivaatio ja sen kautta muodostuvat elintavat konkretisoituvat perintötekijöiden, sairauksien, henkilökohtaisen liikuntasuhteen ja psykososiaalisen pääoman pohjalta iästä ja sukupuolesta riippumatta. Liikunnan ja terveydenhuollon ammattilaiset voivat toimia tässä turvallisen suunnan näyttäjinä. ♦

➔ Suositukset lasten ja nuorten liikuntavammojen ehkäisyyn. <https://ukkinstituutti.fi/aineistot/suosituksien-lasten-ja-nuorten-liikuntavammojen-ehkaisyyn/>

Artikkelissa käytetyt lähteet löytyvät tekstin verkkoversiosta.

SARI KIVIMÄKI

Kehittämispäällikkö
Liikkuva aikuinen -ohjelma
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
sari.kivimaki@jamk.fi

HEIDI LEPPÄ

Ohjelmakoordinaattori
Liikkuva aikuinen -ohjelma
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
heidi.leppa@jamk.fi

Soveltava liikunta uusissa soterakenteissa

Sote-uudistus muokkaa soveltavan liikunnan toimintakenttää. Muutos tuo mahdollisuuksia, mutta herättää myös kysymyksiä. Miten esimerkiksi käy liikuntaneuvonnan palveluketjujen?



Kuva: Antero Aaltonen

SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLON JÄRJESTÄMISVASTUU siirtyy kunnilta hyvinvointialueille, mutta kunnat vastaavat jatkossakin liikuntapalveluiden järjestämisestä. Osa tutuista toimintamalleista ei enää toimi ja ammattilaisten roolit muokkautuvat uudelleen. Toisaalta muutos voi mahdollistaa moniammatillisen palveluketjujen vahvistamisen ja uuden aktiivisemmän kehittämissyhteistyön ammattilaisten välillä.

Soveltavan liikunnan asiakkaat tarvitsevat tavalla tai toisella liikunnan mukauttamista tai tukea osallistuakseen liikuntaan. Yleisimmin soveltavan liikunnan kohderyhmiin luetaan toimintarajoitteiset tai pitkäaikaissairaat henkilöt sekä ikääntyvät, joiden toimintakyky on heikentynyt. Tulevien hyvinvointialueiden ja kuntien tulee viedä soveltavaa liikuntaa vahvasti yhdessä eteenpäin tukeutuen jo olemassa oleviin, toimiviin rakenteisiin. Jos yhteistyö onnistuu, niin

koko hyvinvointialueen terveyden edistämisen käytännöt yhtenäistyvät.

Sote-uudistus ja liikunnan edistäminen

Sote-uudistuksen tavoitteena on yhtenäistää ja turvata yhdenvertaiset ja laadukkaat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut hyvinvointialueella asuville (sosiaali- ja terveysministeriö). Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä (6§ ja 7§) linjaa, että hyvinvointialueen on toimittava hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä yhteistyössä alueensa kuntien kanssa. Lisäksi hyvinvointialueiden ja kuntien on tehtävä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä yhteistyötä muiden terveyttä edistävien julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.

Kunnat vastaavat jatkossakin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä liikunnan keinoin. Kunta tekee hyvinvointialueen kanssa kumppanuussopimuksen, jossa olennaista on sopia liikkumisen edistämisen vastuut ja roolit selkeiksi organisaatioiden välillä. Lisäksi suositellaan, että kunta nimeää poikkihallinnollisen liikunnan edistämistä työryhmän. Kunnan on strategisessa suunnittelussaan asetettava hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi tavoitteet ja määriteltävä tavoitteita tukevat toimenpiteet. Yksi näistä on kuntalaisten liikunta-aktiivisuus tai liikuntaneuvonnan toteutuminen.

Liikuntaneuvontaa soveltavan liikunnan asiakkaille

Liikuntaneuvonnan nykytila -selvityksen (Liikkuva aikuinen -ohjelma 2022) mukaan 58 kuntaa tarjoaa liikuntaneuvontaa toimintarajoitteisille ja pitkäaikaissairaille. Neuvontaa järjestäviä kuntia oli kyselyä tehtäessä 158 ja kyselyyn vastasi 114 kuntaa. Liikuntaneuvonnassa keskitytään liikkumisen edistämiseen ja se on suunnattu kuntalaisille, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän. Toimintarajoitteiset ja pitkäaikaissairaat voivat osallistua kuntalaisille tarkoitettuun liikuntaneuvontaprosessiin, jos täyttävät tavallisimmat kriteerit, joita ovat esimerkiksi liikkumattomuus, ylipaino tai kansansairauksien riski. Osa kunnista tarjoaa neuvontaa myös kohdennetusti soveltavan liikunnan asiakkaille.

Soveltavan liikunnan asiakkaille liikuntaneuvontaa annetaan palveluketjussa, kuten muillekin kohderyhmille. Se sisältää useita tapaamisia ja keskustelua sekä asiakkaan niin halutessa myös liikkumista. Tavoitteena on edistää elämänlaatua ja terveyttä lisäämällä liikuntaa. Neuvonta on yksilöllistä, tavoitteellista sekä etenevää ja siihen sisältyy arviointia. (Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset.)

Soveltavan liikunnan liikuntaneuvonta on vahvistumassa, ja yhä useampi kunta on kiinnostunut käynnistämään palvelun. Sitä hyödynnetään matalan kynnyksen toimintana, jossa asiakkaalla on mahdollisuus löytää liikunnallinen elämäntapa. Erityisliikunnanohjaajat kokevat heille suunnatun kyselyn perusteella liikuntaneuvonnan hyödylliseksi ja merkitykselliseksi. Tällä hetkellä kuitenkin vain muutama erityisliikunnanohjaaja käyttää työaikaansa liikuntaneuvontaan. (Roitto 2021.)

Toimiva palveluketju liikuttaa

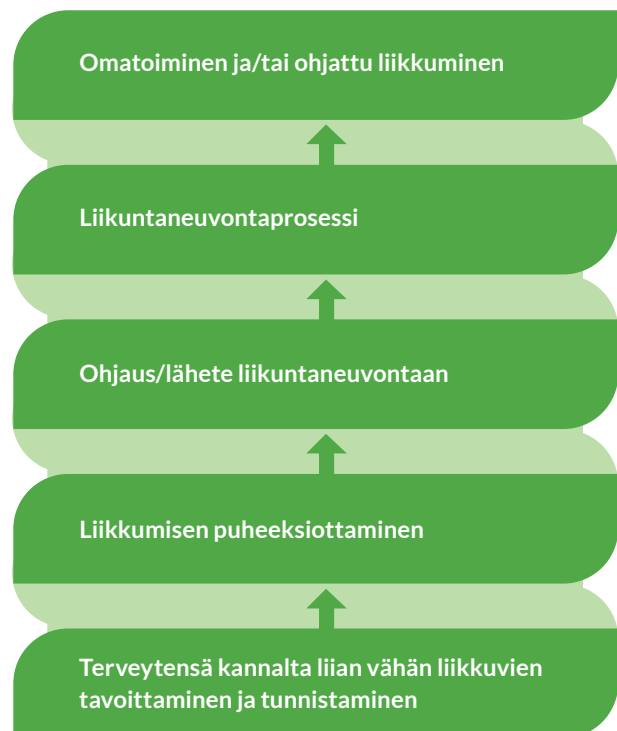
Yksilöllisellä ja tavoitteellisella liikuntaneuvonnalla olisi vielä paljon enemmän potentiaalia ja annettavaa sovel-

tavan liikunnan asiakkaalle. Sote-uudistuksen yhteydessä varmistetaan, että saumaton liikuntaneuvonnan palveluketju syntyy kunnan, hyvinvointialueen ja järjestöjen välillä. Neuvontaan on sovitava vastuuhenkilöt (vastinparit) hyvinvointialueella ja kunnassa.

Liikuntaneuvonnan palveluketjun toimivuus vaatii vahvaa yhteistyötä ja selkeää työnjakoa. Tärkeää on tietää, mitä kukin tekee. Yhteisesti sovittavia asioita ovat muun muassa avustajapalvelut, kuljetukset sekä kuntoutus- ja liikuntapalveluiden toiminnallinen yhteistyö. Soveltavan liikunnan toimintakenttä on hyvin laaja ja asiakkaat käyttävät samanaikaisesti useita palveluja. Ammattilaisten onkin erityisen tärkeää tietää, mistä eri palvelut löytyvät. Näin palveluita muodostuu asiakkaalle jouheva kokonaisuus. Esimerkiksi liikuntaneuvonnan tulisi olla paremmin sotehenkilöstön tiedossa, jotta he ohjaisivat neuvontaan enemmän myös soveltavan liikunnan asiakkaita. Kun liikuntaneuvonnasta viestitään aktiivisesti ja tuloksia tehdään näkyväksi, neuvontaan ohjautuminen lisääntyy ja palvelu tulee tutuksi.

Soveltavan liikunnan asiakkaat voivat hyödyntää liikuntaneuvontaa esimerkiksi kuntoutuksen jälkeen tai itsenäisenä palveluna kuntoutuksen tukena. Liikuntaneuvonnan palveluketjussa asiakas ohjautuu lähes aina terveydenhuollosta liikuntapalveluiden kautta järjestöjen, kansalais- ja työväenopistojen tai yritysten liikuntatoimintaan. Yhdistyksillä on tärkeä tehtävä liikuntaryhmien järjestäjinä ja paikallistuntemuksen osajoina. Tavoitteena on, että hyvinvointialueiden aloittaessa riittävän matalan kynnyksen liikuntatarjontaa suunnitellaan yhdessä palveluketjun toimijoiden kanssa entistä vahvemmin.

Palveluketjun onnistuneita esimerkkejä ovat asiakkaan ohjautuminen erikoissairaanhoidosta kunnan liikuntapal-



Kuvio 1. Liikuntaneuvonnan palveluketju. Lähde: Liikuntaneuvonnan suositukset

veluihin tai yhdistystoimintaan sekä kuntoutusasiakkaiden jatkoreiitit soveltavaan liikuntaan. Hyvällä menestyksellä on kokeiltu myös liikuntaneuvonnan vastinparitoimintaa sotessa ja liikuntapalveluissa.

Erilaiset erityisliikuntakortit ovat lujittaneet palveluketjuja ja ammattilaisten välistä tiedonsiirtoa. Liikunnasta keskustelemisen kynnyks madaltuu, kun asiakkaalle on konkreettista tarjottavaa. Tuorein esimerkki on liikuntaneuvontakortti asiakkaille, jotka sioutuvat neuvontaprosessiin. Kortin kriteereinä ovat riittämätön liikkuminen, ylipaino tai riski sairastua kansansairauteen. Alennuskortti kuuluu kaikille, myös toimintarajoitteisille ja pitkäaikaissairaille.

Kuntien liikuntapalveluiden ja hyvinvointialueen yhteistyön lisäksi tarvitaan myös laaja-alaista, sektorirajoja ylittävää yhteistyötä. Kumppaneita ovat muun muassa muut vapaa-aika- ja sivistyspalvelut sekä teknisessä toimessa maankäyttö ja kaupunkisuunnittelu.

Ohjeistuksista apua

Opetus- ja kulttuuriministeriön tuore *Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla* -ohjeistus nostaa esille soveltavan liikunnan, josta hyvinvointialueet ja kuntien liikuntapalvelut kantavat tulevaisuudessa yhdessä vastuun. Kuntien tulee ohjeistuksen mukaan tarjota liikuntaneuvontaa terveytensä kannalta liian vähän liikkuville soveltavan liikunnan asiakkaille.

Kansanterveyden neuvottelukunnan työryhmä laati tuleville hyvinvointialueille *Elintapaohjauksen tarkistuslistan*, jossa liikkuminen ja erityisesti palveluketjut ovat vahvasti esillä. Laadukas elintapaohjauksen palveluketju edellyttää hyvinvointialueiden suuntaavan riittävästi voimavaroja ohjauksen (ml. liikuntaneuvonta) osaamiseen ja henkilöstöön.

Muutamissa kunnissa on reagoitu ennakoivasti ja perustettu muun muassa *Elintapaohjaus yhdyspintapalveluna* -verkosto sekä maakunnallisia liikuntaneuvonnan verkostoja. Kuntiin on palkattu liikunnan ja elintapaohjauksen yhdyspintasuunnittelijoita ja soteen elintapaohjaajia.

Tukipalveluiden vastuu vaihtuu

Sote-uudistuksessa soveltavan liikunnan liikuntaryhmien järjestäminen jää edelleen kuntien liikuntapalveluiden vastuulle. Useimmat soveltavan liikunnan tukipalvelut sen sijaan siirtyvät kunnista hyvinvointialueiden hoitoon. Näiden palveluiden tuoma apu on joillekin ihmisille ainoa keino päästä liikkumaan. Tukitarpeet vaihtelevat laajasti riippuen henkilön toimintakyvystä. Osa ihmisistä tarvitsee useita tukipalveluita, kuten kuljetuspalvelun liikuntapaikalle, avustajan ja apuvälineitä. Joillekin riittää, että liikuntaa on sovellettu liikkujan tarpeisiin nähden sopivammaksi.

Suuri muutos on tulossa myös toimintarajoitteisten tai pitkäaikaissairaiden kuntoutusketjuun, kun kuntoutus- ja liikuntapalvelut järjestetään tulevaisuudessa eri organisaatioissa. Hämmennystä aiheuttavat myös apuvälineiden saatavuus ja avustajapalvelut, jotka siirtyvät hyvinvointialueen vastuulle.

Soveltavan liikunnan tukipalveluihin liittyvät suunnitelmat kunnan ja hyvinvointialueiden välillä eivät ole vielä val-

miita. Tärkeä asia kannattaa kuitenkin tehdä näkyväksi, jotta tarvittavat toimet eivät viivästyisi.

Vaikuttavaa viestintää yhteistyöllä

Ministeriöiden työryhmien ohjeistukset korostavat viestinnän merkitystä liikuntaneuvonnan järjestämisessä, kun toimintaympäristö muuttuu. On tärkeää, että viestinnän suunnitteluun osallistuvat kaikki palveluketjuun kuuluvat asiantuntijat. He luovat luottamuksellisen verkoston ja sopivat säännöllisestä yhteydenpidosta ja tiedottamisen tavoista.

Liikuntatarjonnan on näyttävä kuntien ja yhdistysten verkkosivuilla sekä hyvinvointialueiden palvelutarjottimella. Terveysten edistämisen elintapaohjauksen palvelutarjotin on otollinen paikka matalan kynnyksen liikuntatarjonnalle ja liikuntaneuvontapalvelulle.

Verkkosivujen merkitys viestinnässä on suuri. Sivujen tulee palvella niin kohderyhmää kuin ammattilaista. Sivuilta tulee näkyä vähintään sisältö, palveluiden kohderyhmä ja ohjautumisinformaatio sekä yhteystiedot. Verkkosivuilla on tärkeää mainita myös, mitkä ovat liikuntaneuvonnan aloittamisen kriteerit, kuten onko palvelu suunnattu toimintarajoitteisille ja pitkäaikaissairaille.

Mitä lähitulevaisuus tuo tullessaan?

Jää nähtäväksi, saammeko hyvinvointialueille sellaiset rakenteet, että palveluketjut vahvistuvat entisestään. Vai muuttuuko käytännössä kuitenkin mikään – paitsi organisaatioiden nimet.

Olisiko mahdollista, että saamme jokaiselle hyvinvointialueelle liikkumisen edistämisen ammattilaisen, jonka työnkuvassa on liikkumisen koordinointi? Tuleeko liikkumisen edistämisestä vähitellen todellinen väline sote-alan työkalupakkiin? ♦

LÄHTEET:

Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveydenhuollon ja pelastustoimen uudistus. Viitattu 21.8.2022. <https://soteuudistus.fi/uudistus-lyhyesti>

Liikunta osana elintapaohjausta tulevissa sote-rakenteissa -työryhmä. 2022. Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla – ohjeistus sote-uudistuksen valmisteluun ja toimeenpanoon. <https://okm.fi/hanke?tunnus=OKM031:00/2022>

Kansanterveyden neuvottelukunta, Rakenteet ja menetelmät -jaosto/Elintapaohjauksen työryhmä. 2022. Elintapaohjauksen tarkistuslista – työkalu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun. Linkin voi toimittaa, lisätään vedosvaiheessa.

Roitto R. 2021. Erityisliikunnanohjaajien tulevaisuuden työtehtävät kunnissa. Erityisliikunnanohjaaja – kohti soveltavan liikunnan kehityskumppanuutta -hankkeen ensimmäinen vuosi. Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 20.

Liikkuva aikuinen -ohjelma. 2022. Liikuntaneuvonnan nykytila -selvitys. (Käsikirjoitus, julkaistaan syyskuussa.)

Liikuntaneuvonnan asiantuntijafoorumi. 2021. Tuunanen, K. & Kivimäki, S. (toim.). Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset – toteuttaminen, yhteistyö ja arviointi. Liikkuva aikuinen -ohjelma / Likes -tutkimuskeskus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 389.

MARI KÄÄPÄ, LitT
yliopistonopettaja
Opettajankoulutuslaitos
Jyväskylän yliopisto
mari.p.kaapa@jyu.fi

Liikuntaläksyt tukevat yläkoululaisten vapaa-ajan liikkumista

Liikunnasta ei ole ollut tapana antaa kotitehtäviä.
Vapaaehtoisia liikuntaläksyjä tehdään kuitenkin ahkerasti
ja ne lisäävät yläkouluikäisten tyttöjen liikkumista.

LASTEN JA NUORTEN FYYSSINEN AKTIIVISUUS ei saavuta liikuntasuosittelun määrää, liikkuminen vähenee ja paikallaanolo lisääntyy jo alakouluikässä, ja erityisesti tyttöjen liikkumisen määrä vähenee murrosiässä (mm. ACSM, 2018; Currie ym. 2008; Husu ym. 2019; Justice ym. 2017). Teini-ikässä oma päätösvalta lisääntyy myös liikkumisen osalta. Elinpiiri laajenee lapsuudesta ja samalla kasvaa nuorten huomiosta ja ajasta kilpailevien tekijöiden määrä. Kuitenkin lapsuuden ja nuoruuden liikkumistottumukset vaikuttavat liikkumismääriin aikuisena, joten nuorten liikkumisen tukeminen on erityisen tärkeää (mm. Atkins ym. 2015; Lounasalo ym. 2021). Vaikka vanhempien rooli on nuorten elämässä edelleen merkittävä, lisääntyy vertaisryhmän merkitys päätöksenteossa murrosiässä (mm. Heitzler ym. 2010).

Koulun mahdollisuudet vaikuttaa koko ikäluokan liikkumiseen ovat erinomaiset (Abdelghaffar ym. 2019; Siekkinen ym. 2019). Liikkumista on pyritty lisäämään koulupäivän aikana esimerkiksi välituntiliikkumista tukemalla, oppituntien liikunnallistamisella, aamujen ja iltapäivien fyysisen aktiivisuuden kasvattamisella sekä koulumatkaliikkumista kannustamalla. Koulupäivinä kertyvä liike ei kuitenkaan useimmilla vie liikkumisen suositusten mukaiseen (tunti päivässä) liikkumisen tavoitteeseen. (mm. Kokko ym. 2019; Pfitzner et al., 2013).

Liikuntaharrastuksetkaan eivät tavoita kaikkia lapsia ja nuoria. Esteinä voivat olla esimerkiksi sosioekonomisen aseman, liikuntapaikoille siirtymisen vaikeus sekä lapsen tai nuoren motivaation, pätevyden tunteen tai taitojen puute. Koululiikunta tarjoaa liikkumisen mahdollisuuksia, mutta ei riittävästi kokonaisaktiivisuuden kannalta, joten vapaa-ajan sisällön merkitys on ratkaiseva (Marttinen ym. 2018; McMullen ym. 2014; Siekkinen ym. 2019).

Liikunnalliset kotitehtävät voivat olla yksi tapa vähentää nuorten paikallaanoloa ja lisätä liikkumista. ”Eihän liikunnasta voi olla läksyjä!” oli yleinen aikuisten kommentti liikuntaläksyihin. Yläkouluikäiset tytöt vastasivat sen sijaan ”Miksi ei?” kysymykseen liikuntaläksyistä. ”Onhan kaikista muistakin oppiaineista läksyjä, miksei sitten liikunnasta?”

Liikuntaläksyt kuormittavat vain vähän koulua

Liikuntaläksykokeilu ei vaatinut koululta lisäresursseja tai uudelleenorganisointia. Liikunnanopettajan tuli käyttää hieman aikaa suunnitteluun sekä tunneilla noin 15 minuuttia liikuntaläksyjen antamiseen ja tarkistamiseen. Fyysisen aktiivisuuden lisääminen liikunnallisten kotitehtävien avulla ei siten tyssä resurssipuutteeseen. Toteutus oli helposti lähestyttävä opettajalle, oppilaille, heidän vanhemmilleen ja koko kouluyhteisölle. Liikuntaläksyjä antamalla kor-



Kuva: Antero Aaltonen

keasti koulutettujen liikunnanopettajien osaaminen voi levittäytyä rikastuttamaan myös oppilaiden vapaa-aikaa. Tutkimukseni perusteella voin suositella liikunnallisten kotitehtävien liittämistä osaksi liikunnanopetusta.

Liikuntäläksyt noudattivat opetussuunnitelmaa ja koulu liikunnan vuosisuunnitelmaa. Oppilaat saivat kuitenkin itse osallistua tehtävien suunnitteluun. Eri liikuntaryhmät valitsivat erilaisia osallistumisen asteita. Osa päätti liikuntäläksyistä pareittain, ja osa valitsi ryhmälle teeman, jonka mukaisesti opettaja antoi läksyt. Jotkut luottivat arpaonnan ja toiset halusivat opettajan päättävän läksyn. Myös liikuntäläksyn kuormittavuuden tason oppilas saattoi skaalata itselleen sopivaksi, vatsalihaliikkeiden määrä vaihteli viidestäkymmenestä viiteen sataan viikossa, lenkkien pituudet puolesta kilometristä kymmeneen kilometriin. Liikuntäläksyillä pyrittiin usein myös aktivoimaan kotiväkeä. Läksynä saattoi esimerkiksi olla opettaa kyykkYTEKNIikka jollekin kotiväestä tai viedä joku lenkille.

Oppilaat pitivät erityisesti hauskoista kotitehtävistä, kuten tasapainoilusta yhdellä jalalla hampaita pestessä tai väärän käden viikosta, jolloin piti tehdä kaikki muut paitsi koulutehtävät ”huonommalla kädellä” viikon ajan. Liikuntäläksyt pystyi tekemään kotona tai kodin lähiympäristössä ilman erityisiä välineitä. Tehtävät olivat vapaaehtoisia, ne eivät vaikuttaneet liikuntanumeroon, mutta oppilaiden toiveesta ne tarkastettiin aina seuraavalla tunnilla.

Vanhemmat olivat kiinnostuneita liikuntäläksyistä, huomioivat läksyjen tekemisen sekä toisinaan osallistuivat niiden tekemiseen. Kotitehtävistä kerrottiin kotona ja yhdessä tehtävistä liikuntäläksyistä pidettiin, niitä toivottiin annettavan tulevaisuudessakin.

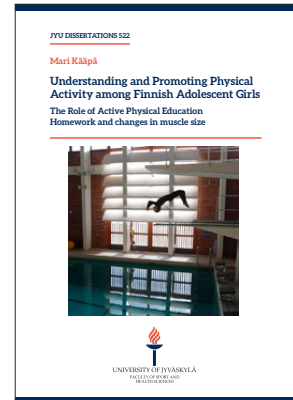
Teini-iässä itsenäinen toiminta ja vertaisten merkitys kasvaa myös liikkumisessa. Liikuntäläksyissä oli mahdollisuus valita, tekeekö tehtävät yksin vai yhdessä jonkun kanssa. Osallistamalla vanhempia voidaan myös päivittää heidän tietämystään liikunnanopetuksen sisällöistä. Van-

Näin tutkittiin

Tutkimukseni syntyi käytännön koulutyöstä syntyneestä tarpeesta löytää toteuttamiskelpoinen kouluarkeen sopiva ja liikkumista lisäävä menetelmä. Liikuntäläksyprojektin tavoitteena oli tarkastella nuorten tyttöjen fyysistä aktiivisuutta. Keskityin erityisesti liikkumiseen koulupäivän jälkeen sekä liikunnallisiin kotitehtäviin koulu liikunnan osana. Selvitin yläkouluikäisten tyttöjen iltapäivä- ja ilta-aktiiviteetteja ja sitä, miten he liikkuvat koulupäivän jälkeen. Lisäksi tutkin oppilaiden ja heidän vanhempiansa käsityksiä liikunnallisista kotitehtävistä.

Liikuntäläksykokeilu toteutettiin tavallisessa keskusomalaisessa yhtenäiskoulussa (300–350 oppilasta) normaalin koulutyön lomassa lukuvuosina 2016–2020. Kaikki koulun 12–15-vuotiaat tyttöoppilaat saivat liikunnallisia kotitehtäviä liikuntatunneilla. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja 84,7 prosenttia tytöistä osallistui siihen.

Kattavan tutkimusaineiston saamiseksi aineistoa kerättiin kyselylomakkeilla, kiihtyvyyssanturimittauksilla, puolistrukturoiduilla päiväkirjoilla, haastattelulla sekä tutkija-opettajan päiväkirjamerkinnöillä. Näin saatiin toisiaan täydentävää



tietoa nuorten liikkumisesta, kun sekä oppilaat, vanhemmat sekä tutkija-opettaja antoivat omat näkemyksensä aiheeseen. Koska tiedonkeruumenetelmiä oli useita, myös tiedon käsittelyn ja analysoinnin menetelmät vaihtelivat. Tutkimuksessa käytettiin sekä määrällisiä että laadullisia menetelmiä, ja kokoavana teoriakehyksenä toimi Bronfenbrennerin (1979; 2006) sosioekologinen malli.

aineistonkeruumenetelmät	kyselylomake + tutkija-opettajan päiväkirja	kiihtyvyyssanturit + puolistrukturoitu päiväkirjakyselylomake	haastattelut
tutkimuksen osallistujat	N = 117 6.-9.lk tyttöä (6.lk 20, 7.lk 32, 8.lk 29, 9.lk 36)	N = 88 kiihtyvyyssanturidata (yhteensä 513 mittauspäivää) n = 81 päiväkirjaa toistotestaus toisella koululla n = 48	N = 43 (38 oppilasta, 5 vanhempaa)
analysointimenetelmät	frekvenssit, ristiintaulukointi, keskiarvovertailut (t-testi, varianssianalyysi) avoimien vastausten luokittelu, tyypistäminen ja käsitteellistäminen	keskiarvot + SD MET-arvojen ja askelmäärien vertailu varianssianalyysi (ANOVA + Tamhane) kahden läksyryhmän vertailu t-testi ja Cohenin d	sisällönanalyysi (qualitative content analysis strategy =QCA) + tilastolliset yhtäläisyyksien ja eroavaisuuksien vertailut
		suhteellisten MET-arvojen vertailu aktiivisuusryhmien välillä varianssianalyysi (ANOVA + Tukey ja Tamhane) pienien otoskokojen ryhmien vertailu Kruskal-Wallis + Bonferroni	

Taulukko 1. Yhteenveto aineistonkeruusta ja tutkimusmenetelmistä.

hemmat toivoivat liikunnallisten kotitehtävien olevan monipuolisia, vaihtelevia, ilman erityisiä välineitä kotona tai kodin lähipiirissä tehtäviä. Myös liikuntäläksyjen huomioiminen liikunnan arvioinnissa tuli esiin sekä oppilaiden että vanhempien haastatteluissa. Liikuntäläksyjen tekemisen esteiksi oppilaat kertoivat unohtamisen, sairauden tai siitä toipumisen, kiireen ja motivaation puutteen.

Läksyt tulivat tehtyä

Tytöt tekivät vapaaehtoisia liikunnallisia kotitehtäviä ahkerasti, tytöistä 80 prosenttia teki annetut läksyt aina ja aina tai lähes aina 90 prosenttia. Yli puolet vastanneista teki läksyt mieluiten yksin ja neljäsosa kaverin kanssa. Oppilaiden mielestä heidän tulisi saada osallistua liikuntäläksyjen suunnitteluun. Liikunnalliset kotitehtävät lisäsivät opettajan ja oppilaiden välitöntä vuorovaikutusta oppitunneilla sekä kasvattivat opettajan oppilaantuntemusta. Oppilaiden autonomiaa tuettiin antamalla heille päätäntävaltaa tehtävien sisällöstä, toteutustavasta, tasosta ja määrästä.

Oppilaiden osallistuminen suunnitteluun vaihteli, mutta he arvostivat oman sopivan tekemisen tason määrittämistä ja valinnanmahdollisuuksia. Osallisuuden katsotaan lisäävän oppilaiden myönteisiä kokemuksia tehtävästä, autonomian kokemusta sekä sitoutumista tehtävään (Deci & Ryan, 2000). Opettajan kannustava vuorovaikutus vaikuttaa olevan merkittävä tekijä fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä (Behrens ym. 2015). Oppilaat arvostivat sitä, että opettaja tarkisti tehdyt tehtävät. Erityisesti eniten liikunnallisia kotitehtäviä tehneet oppilaat pitivät niitä hyödyllisinä ja liikkumistaan lisäävinä. Oppilaat toivoivat liikuntäläksyjen olevan tasoltaan sopivan haastavia ja vapaaehtoisia jatkossakin.

Keskimääräinen liikkumisaika oli tytöillä 4 tuntia ja 18 minuuttia valveillaoloajasta. Tästä suurin osa oli kevyttä liikkumista, rasittavaa ja reipasta liikkumista kertyi keskimäärin tunti ja 11 minuuttia ja rasittavaa liikkumista 8 minuuttia. Keskimäärin 38 prosenttia tytöistä saavutti suositusten mukaisen tunnin fyysisen aktiivisuuden päivittäin. Paikallaanoloa (= makaamista ja istumista) oli keskimäärin 7 tuntia 37 minuuttia valveillaoloajasta, mikä oli 52 prosenttia kokonaismittausajasta. Tästä suurin osa kertyi istu-

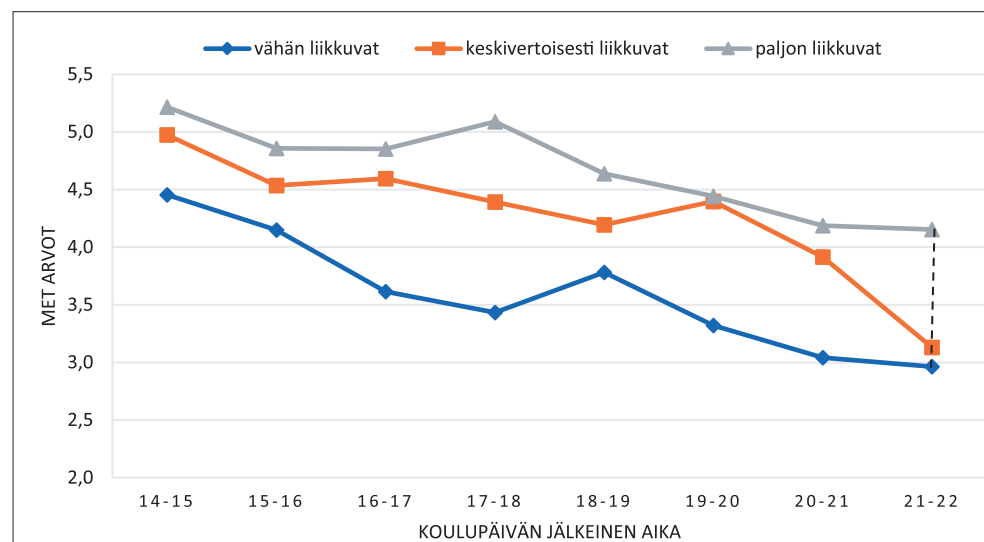
misesta (noin 6,5 h). Keskimääräisiä tuloksia vertailtaessa tulee myös huomioda tulosten laaja skaala yksilöiden kohdalla, esimerkiksi päivittäisten askelmäärien vaihteluväli oli 4 645–14 089.

Liikunnallisia kotitehtäviä tehtiin keskimäärin kaksi kertaa viikossa. Aikaa liikuntäläksyihin käytettiin keskimäärin 34 minuuttia viikossa, aktiivisuusryhmien välinen vaihteluväli oli 20–51 minuuttia. Verrattaessa osallistujien fyysistä aktiivisuutta liikunnallisten tehtävien tekemismäärien mukaisesti, enemmän läksyjä tehneillä oli merkitsevästi enemmän juoksuaskelia ja rasittavaa liikkumista kuin vähemmän läksyjä tehneellä ryhmällä. Vaikka liikunnallisiin kotitehtäviin käytetty aika ei ollut suuri, jo kymmenen minuutin paikallaanoloajan korvaamisella liikkumisella näyttäisi olevan merkitystä (Corder ym. 2015).

Osallistujien kokonaisaktiivisuudesta 46 prosenttia kertyi koulupäivän jälkeen. Osallistujat jaettiin mitatun fyysisen aktiivisuuden mukaisesti vähän liikkuvien, keskivertoisesti liikkuvien sekä paljon liikkuvien ryhmiin. Kaikkien ryhmien osalta ensimmäiset tunnit heti koulupäivän jälkeen olivat aktiivisimpia. Paljon liikkuvien tyttöjen fyysisen aktiivisuuden taso säilyi korkealla koko päivän iltaan asti, kun taas vähän liikkuvilla fyysinen aktiivisuus putosi alhaiselle tasolle jo neljältä iltapäivällä. Paljon liikkuvat tytöt osallistuivat eniten liikuntaharrastuksiin, kun taas vähän liikkuvat tytöt tekivät eniten kotitöitä. Harrastuksista suosituimpia olivat jalkapallo, tanssi, voimistelu sekä muut pallopelit (salibandy, koripallo, lentopallo, pesäpallo).

Vaikka organisoitu liikunta lisää ja myös ylläpitää fyysistä aktiivisuutta (Bélanger ym. 2009; Pate ym. 2010), saattaa omaehtoinen liikkuminen tuntua vähän liikkuvasta nuoresta helpommalta lähestyä (Lawler ym. 2017). Tässä tutkimuksessa suosituimmat omaehtoisen liikkumisen tavat olivat kävely, lenkkeily, kehonhuolto, venyttely, ulkopelit ja tanssipelit. Tämän tyyppinen liikkuminen ei vaadi erityistä osaamista tai kilpailemista. Se on spontaania, järjestäytymätöntä ja usein kevyttä, mikä saattaa vedota tyttöihin, jotka eivät kaipaa kilpailua tai rasittavaa liikkumista. On myös havaittu, että kevyt liikkuminen pysyy helpommin arjessa mukana läpi nuoruuden (Koorts ym. 2011; Pate ym. 2010).

Kuvio 1. Aktiivisuusryhmien (vähän, keskivertoisesti ja paljon liikkuvat) mukaiset keskimääräiset liikkumismäärät MET-arvoina koulupäivän jälkeen.



Paljon liikkuvien tyttöjen omaehtoisen liikkumisen lajiskaala oli muita tyttöjä suurempi. Vähän liikkuvia nuoria voisi aktivoida se, että heille tarjottaisiin monipuolinen valikoima mahdollisia omaehtoisen liikkumisen muotoja esimerkiksi liikuntaläksyinä. Kun tunnetaan tytöille mieluisat tavat liikkua, voidaan heille opettaa liikuntamuotoja, joista he pitävät. Näin omaksuttu liikkuminen voi kantaa myös aikuisuuteen (Corr ym. 2019). ♦

LÄHTEET

- Abdelghaffar, E. A., El Kazdoui, H., Bouftini, S., El Fakir, S., & El Achhab, Y. 2019. Perspectives of adolescents, parents, and teachers on barriers and facilitators of physical activity among school-age adolescents: A qualitative analysis. *Environmental Health and Preventative Medicine*, 24, 21. <https://doi.org/10.1186/s12199-019-0775-y>
- American College of Sports Medicine Position Standard. 2018. *Physical Activity Guidelines for Americans*. 2nd edition. <https://health.gov/our-work/physical-activity/current-guidelines>
- Atkin, A., Corder, K., Goodyer, I., Bamber, D., Ekelund, U., Brage, S., Dunn, V., & Van Sluijs, E. M. F. 2015. Perceived family functioning and friendship quality: Cross-sectional associations with physical activity and sedentary behaviours. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12, 23. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0180-x>
- Behrens, T. K., Miller, D. J., Schuna, J. M., & Liebert, M. L. 2015. Physical Activity Intensity, Lesson Context, and Teacher Interactions during an Unstructured Afterschool Physical Activity Program. *Journal of School Health*, 85, 880–885. <https://doi.org/10.1111/josh.12345>
- Bélanger, M., Gray-Donald, K., O'Loughlin, J., Gilles, P., & Hanley, J. 2009. When adolescents drop the ball: Sustainability of physical activity in youth. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(1), 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2009.04.002>
- Bronfenbrenner, U. 1979. *The ecology of human development. Experiments by Nature and Design*. Cambridge, Massachusetts and London, England: Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. 2006. The bioecological model of human development. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology, Vol. 1: Theoretical models of human development* (6, pp. 793–828). New York: John Wiley.
- De Baere, S., Lefevre, J., De Martelaer, K., Philippaerts, R., & Seghers, J. 2015. Temporal patterns of physical activity and sedentary behavior in 10–14-year-old children on weekdays. *BMC Public Health*, 15, 791. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2093-7>
- Corder, K., Atkin, A. J., Ekelund, U., & Van Sluijs, E. M. F. 2013. What do adolescents want in order to become more active? *BMC Public Health*, 13, 718. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-718>
- Corr, M., McSharry, J., & Murtagh, E. M. 2019. Adolescent girls' perceptions of physical activity: A systematic review of qualitative studies. *American Journal of Health Promotion*, 33(5), 806–819. <https://doi.org/10.1177/0890117118818747>
- Currie, C., Gabhainn, S. N., Godeau, E., Roberts, C., Smith, R., Currie, D., Pickett, W., Richter, M., Morgan, A., & Barnekow, V. 2008. Inequalities in young people's health: HBSC international report from the 2005/06 survey. In *Health Policy for Children and Adolescents*, 105–107.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. 2000. The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Heitzler, C., Lytle, L., Erickson, D., Barr-Anderson, D., Sirard, J., & Story, M. 2010. Evaluating a model of youth physical activity. *American Health Behavior*, 34(5), 593–606.
- Husu, P., Jussila, A. M., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H., & Vasankari, T. 2019. Objektiiivisointi mitatun paikallaanolon, liikkumisen ja unen määrä. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (Toim.), *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa; LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018* (1, pp. 26–40). Helsinki, Finland: State Sport Council Publication.
- Júdice, P. B., Silva, A. M., Berria, J., Petroski, E., Ekelund, U., & Sardinha, L. 2017. Sedentary patterns, physical activity and health-related physical fitness in youth: cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14, 25. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0481-3>
- Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Ng, K., & Mehtälä, A. 2019. Itsearviointi liikunta-aktiivisuus, ruutuaika ja sosiaalinen media sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (Toim.), *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa; LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018* (1, pp. 15–26). Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto.
- Koorts, H., Mattocks, C., Ness, A. R., Deere, K., Blair, S. N., Pate, R. R., & Riddoch, C. 2011. The association between the type, context, and levels of physical activity amongst adolescents. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(8), 1057–1065. <https://doi.org/10.1123/jpah.8.8.1057>
- Kääpä, M., Hirvensalo, M. H., Palomäki, S., & Valleala, U. M. 2017. Liikuntatehtäviä kotiläksyinä: Koulun ulkopuolella tapahtuva oppiminen opetuksen tukena tyttöjen liikunnassa. *Liikunta & Tiede*, 54, 74–82.
- Kääpä, M., Palomäki, S., Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., & Hirvensalo, M. 2019. The role of physical education homework to adolescent girls' physical activity in Finland. *Advances in Physical Education*, 9(4), 223–239. <https://doi.org/10.4236/ape.2019.94016>
- Kääpä, M., Palomäki, S., Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., Hirvensalo, M., & Fedewa, A. 2021. Finnish Adolescent Girls' Activity Patterns and The Effects of an Activity-Based Homework Intervention on Their Physical Activity. *Physical Activity and Health*, 5(1), 1–14. <http://doi.org/10.5334/paah.73>
- Lawler, M. C., Heary, C., & Nixon, E. 2017. Variation in adolescents' motivational characteristics across gender and physical activity patterns: A latent class analysis approach. *BMC Public Health*, 17, 661. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4677-x>
- Lounassalo, I., Hirvensalo, M., Palomäki, S., Salin, K., Tolvanen, A., Pakkala, K., Rovio, S., Fogelholm, M., Yang, X., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O. T., & Tammelin, T. H. 2021. Life-course leisure-time physical activity trajectories in relation to health-related behaviors in adulthood: the Cardiovascular Risk in Young Finns study. *BMC Public Health*, 21(1), 533. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10554-w>
- Martinen, R., Fredrick III, R. N., & Silverman, S. S. 2018. Middle school students' free-living physical activity on physical education days, non-physical education days, and weekends. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 7(1), 5–12. DOI:10.26773/mjssm.180301
- McMullen, J., Kulinna, P., & Cothran, D. 2014. Physical activity opportunities during the school day: Classroom teachers' perceptions of using activity breaks in the classroom. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(4), 511–527. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2014-0062>
- Pate, R. R., Sallis, J. F., Ward, D. S., Stevens, J., Dowda, M., Welk, G. J., Young, D. R., Jobe, J. B., & Strikmiller, P. K. 2010. Age-related changes in types and contexts of physical activity in moderate schoolgirls. *American Journal of Preventive Medicine*, 39(5), 433–439.
- Pfizer, R., Gorzelnik, L., Heinrich, J., von Berg, A., Klümper, C., Bauer, C. P., Koletzko, S., Berdel, D., Horsch, A., & Schulz, H. 2013. Physical Activity in German Adolescents Measured by Accelerometry and Activity Diary: Introducing a Comprehensive Approach for Data Management and Preliminary Results. *PLoS ONE*, 8, e65192. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0065192>
- Siekkinen, K., Tammelin, T., Aira, A., Turpeinen, S., & Laine, K. 2019. Vähän liikkuva nuori yläkoulussa. Jyväskylä, LIKES-tutkimuskeskus. www.liikkuvakoulu.fi
- Trilk, J. L., Pate, R. R., Pfeiffer, K. A., Dowda, M., Addy, C. L., Ribisl, K. M., Neumark-Sztainer, D., & Lytle, L. A. 2012. Cluster analysis of physical activity and sedentary behavior patterns in moderate schoolgirls. *Journal of Adolescent Health*, 51(3), 292–298. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.12.021>

VEERA EHRLÉN

tutkijatohtori
Kieli- ja viestintätieteiden laitos,
Jyväskylän yliopisto
veera.ehrlen@jyu.fi



Digitalisaatio eriyttää, yksilöllistää ja kaupallistaa liikuntakulttuuria, tukee kevyiden yhteisöjen muodostumista ja vauhdittaa liikunnan institutionaalista muutosta.

Kuva: Antero Aaltonen

LIIKUNTAA JOSSAKIN MÄÄRIN HARRASTAVIEN 20–64-vuotiaiden suomalaisten määrä on kahdessa vuosikymmenessä noussut 70 prosentista 80 prosenttiin (Tilastokeskus 2018). Suomessa on noin 2,7 miljoonaa aikuista vapaa-ajan liikkujaa. Liikunnan suosio on kasvanut Suomessa ja muissa Pohjoismaissa rinnakkain digimedian ja teknologioiden kehityksen kanssa (ks. Frandsen 2020). Digimediakäytännöistä on tullut yhä tiiviimpi osa fyysisestä aktiivisuudesta. Älypuhelimet ja -kellot, aktiivisuusrannekkeet ja puettava teknologia tarjoavat mahdollisuuksia urheilumediatuotteiden tallentamiseen ja jakamiseen liikuntasuoritusten yhteydessä.

Digitalisaatio on luonut uusia mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja kiinnostuspohjaisten verkostojen ja yhteisöjen muodostumiseen. Huomattava osa sosiaalisesta vuorovaikutuksesta toteutuu 2020-luvun alussa verkossa keskusteluna, kuvina, videoina, tykkäyksinä ja kommentteina. Liikunnan verkkosivustot luovat niin liikuntajärjestöt kuin yksityishenkilöt valtamediasta, kattojärjestöistä ja seuroista aina yksittäisiin palveluntarjoajiin, toimittajiin, huippu-urheilijoihin ja vapaa-ajan liikkujiin.

Koronapandemian myötä liikuntapalvelujen tarjonta verkossa on monipuolistunut ja vertaistukea harrastamiseen on saatavilla enemmän. Vapaa-ajan liikuntaharrastukseen voikin liittyä monia sosiaalisia elementtejä, vaikka liikuntasuoritus itsessään ei olisi sosiaalinen tapahtuma.

Digitalisaatio eriyttää, kaupallistaa ja yksilöllistää

Liikunnan järjestäytyminen on viimeisimmän 30 vuoden aikana kokenut murroksen, kun Suomesta on tullut urbaanimpi, moniarvoisempi, yksilöllisempi ja markkinavetoisempi yhteiskunta. Liikuntajärjestöt ovat joutuneet siirtämään toimintaansa kysyntään perustuvasta tarjonnan kehittämiseen, ja samanaikaisesti lajit joutuvat kilpailemaan entistä enemmän mediahuomiosta (Koski 2012). Digitalisaatio on vahvistanut muutosta pakottaen järjestöjä monipuolistumaan. Organisaation koko, resurssit, prioriteetit ja ulkoiset toimijat ovat muokanneet liikuntajärjestöjen sisäisiä rakenteita ja vieneet järjestöjä eriäviin suuntiin (Frandsen 2020).

Eriytyminen tarkoittaa paitsi liikuntajärjestöjen myös yksittäisten liikkujien tavoitteiden, motivaatioiden ja toi-

mintojen monipuolistumista ja haarautumista (Itkonen 1996; Pfister 2006). Tämä näkyy uusissa toiminnan ja järjestäytymisen muodoissa, kuten myös lajikirjossa ja medioiden uudenaikaisena hyödyntämisinä. Eriytyminen ilmenee myös uusissa aktiviteeteissa, jotka poikivat erilaisia ryhmittymiä ja alakulttuureita eri lajeissa. Suomessa valtionapua saavien lajiliittojen jäsenseurojen määrä on viimeisimmän 30 vuoden aikana kaksinkertaistunut, ja valtaosa vuoden 2010 jälkeen rekisteröidyistä liikunta- ja urheiluseuroista on erikoistunut yhteen lajiin (Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus 2021). Tämä kertoo osaltaan liikunnan alakulttuurien sisäisestä eriytymisestä.

Digitalisaatio kiihdyttää liikuntakulttuurin eriytymistä. Ennen liikunnan harrastajat suhteuttivat toimintansa ympäristön ja kulttuurin asettamiin mahdollisuuksiin ja rajoituksiin. 2020-luvun liikkujat kuluttavat, tuottavat ja jakavat liikuntaan liittyvää tietoa, viihdettä ja kokemuksia eri medioiden ja teknologioiden avulla. Digialustoilla saman lajin harrastajat voivat löytää toisensa ja vaihtaa tietoa ja elämyksiä ilman alueellisia rajoituksia. Liikkujat kuluttavat globaaleja mediasisältöjä ja soveltavat niitä paikallisesti jokapäiväisessä harjoittelussaan. Samaan aikaan he jakavat paikallisia esimerkkejä ja variaatiota liikunnallisista käytännöistä maailmanlaajuisesti ja edistävät siten koko liikuntakulttuurin eriytymistä.

Liikuntakulttuurin eriytyminen liittyy läheisesti kaupallistumiseen ja yksilöllistymiseen. Kaupalliset digialustat ja teknologiat auttavat yksittäisiä liikkujia jäsentämään ja järjestämään päivittäisiä harjoitusrutiineja yksilöllisten tarpeidensa ja toiveidensa mukaisesti. Digialustoilla käyttäjät maksavat näennäisesti ilmaisista palvelusta heistä kerättävällä datalla, jota alustat voivat myydä eteenpäin toisten yritysten hyödynnettäväksi. Digialustat noudattavat siten kytkettyneisyyden logiikkaa (logic of connectivity), joka yhtäältä yhdistää käyttäjiä toisiinsa ja toisaalta käyttäjiä toisiin kaupallisiin tahoihin (van Dijck & Poell 2013).

Digimedia tarjoaa käyttömahdollisuuksia, jotka ohjaavat liikunnan harrastajien toimintaa. Liikuntakulttuuri, tilannetekijät sekä yksilölliset tarpeet ja tavoitteet muokkaavat kuitenkin sitä, missä määrin ja miten liikkujat käyttävät niitä osana liikuntaharrastustaan. Vapaa-ajan liikkujat etsivät osallistumisen tapoja, jotka sopivat heidän sosiaaliseen ja taloudelliseen tilanteeseensa ja käsitykseensä mielekkästä vapaa-ajasta (McGrath 2019). Yhdistämällä erilaisia vapaa-ajan aktiviteetteja ja palveluita yksilöt voivat luoda oman liikunnallisen elämäntyylinsä ja jakaa sen verkossa. Digialustat toimivatkin paitsi vapaa-ajan liikkujia yhdistävänä solmukohtina myös yksilöllisen identiteetin rakentamisen ja viestinnän paikkoina.

Digitalisaatio tukee kevyitä liikuntayhteisöjä

Vaikka liikunta- ja urheiluseurojen määrä on viime vuosikymmenten aikana lisääntynyt tasaisesti, seuroissa harrastavien aikuisten osuus ei ole kasvanut. Kansallisen liikuntatutkimuksen (Mononen 2018) mukaan vapaa-ajan

aikuisliikkujista vain 13 prosenttia liikkuu seuroissa. Yksityisten yritysten palveluita käyttäneiden osuus on 15 prosenttia. Pääosa aikuisväestöstä harrastaa liikuntaa omatoimisesti yksin (66 %) tai ryhmässä (34 %).

Liikunnan kontekstissa Borgers kollegoinee (2018) on nostanut esiin käsitteen kevyistä liikuntayhteisöistä. Näen kevyet liikuntayhteisöt yläkäsitteenä, joka kattaa sekä fyysiset että digitaaliset epävirallisesti järjestäytyneet liikunnalliset ryhmittymät, kuten Facebook-ryhmät tai kimpapalokit. Kevyet liikuntayhteisöt eivät ole kokonaan uusi ilmiö, mutta niiden suosio on noussut viime vuosikymmeninä sekä perinteisten liikuntajärjestöjen rinnalla että niiden sisällä (Borgers ym. 2018). Toisin kuin sääntöjä ja sitoutumista painottavat liikunta- ja urheiluseurat, kevyet liikuntayhteisöt ovat olemukseltaan joustavia. Kevyet yhteisöt eivät välttämättä ole sinänsä vahvasti yhteisöllisiä, mutta ne tarjoavat kohtaamispisteitä yksittäisille liikkujille ja taustarakenteen liikunnallisten verkostojen ja alakulttuurien muodostumiselle.

Kevyet liikuntayhteisöt voidaan nähdä jälkimoderneina yhteisöinä, joita kuvataan usein heimomaisiksi (*tribal*, Maffesoli 1995) tai notkeiksi (*liquid*, Bauman 2012). Jälkimodernit yhteisöt ovat tilapäisiä, löyhästi järjestäytyneitä kokonaisuuksia, joiden toiminta perustuu jaettuihin tunteisiin, elämäntapoihin tai kulutuskäytäntöihin (Blackshaw 2010). Yksilö voi kuulua useisiin yhteisöihin olematta erityisen kiintynyt mihinkään niistä. Kiintymyksen useisiin, jopa ristiriitaisiin yhteisöihin mahdollistavat eri roolit; muodostaessaan yhteyden ihmiset tuovat usein esiin tietyn arvon, kyvyn tai osan itsestään, mutta eivät koko henkilöä (Wellman 2001.) Jälkimodernit yhteisöt antavat yksilölle mahdollisuuden rakentaa väliaikainen identiteetti, joka saattaa hälvetä, kun hän lähtee yhteisöstä (Bauman 2004; Maffesoli 1995).

Digitalisaatio tukee kevyiden liikuntayhteisöjen muodostumista. Vapaa-ajallaan liikkuvat hyödyntävät digimediaa sosiaalisessa kanssakäymisessä ja liikunta-aktiviteettien organisoimisessa. Digimedian käyttömahdollisuuksin kuuluvat ajan ja paikan rajojen ylittävien yhteisöjen rakentamisen lisäksi jatkuva kontakti toisiin ihmisiin (*persistent contact*) ja kaikkialle leviävälle sosiaalinen tietoisuus (*pervasive social awareness*) (Hampton, 2016). Yksilöt voivat täten olla tiheämmin yhteydessä toisiin yhteisöjen jäseniin ja useisiin eri yhteisöihin.

Järjestäytymisen keveys digialustoilla liittyy 2020-luvun liikuntalajien ja käytäntöjen kirjoon, sillä väljien sosiaalisten ryhmittymien tuoma yksilöllinen vapaus mahdollistaa entistä yksilöllisemmän tavan ilmentää liikuntaa. Digimedia avaa kiinnittymisen mahdollisuuksia etenkin vapaa-ajan harrastajille, jotka liikkuvat pääsääntöisesti yksin. Liikunta-aiheisen kuvan tai reitin jakaminen, tiedon ja vinkkien vaihto tai toisten liikkujien saavutusten kommentointi ovat kaikki digimedian mahdollistamia yhteisöllisiä aktiviteetteja. Hetkelliset kokemukset intressipohjaisen sisällön jakamisesta digialustoilla sulautuvat yhteisöllisesti merkitykselliseksi toiminnaksi, joka tukee ja ylläpitää vapaa-ajan liikkujien kiinnostusta lajiin.

Digitalisaatio tukee kevyiden liikuntayhteisöjen muodostumista.

Digitalisaatio vauhdittaa institutionaalista muutosta

Borgers kollegooneen (2018) kuvaa vapaa-ajan liikunnan institutionaalista muutosta kaksisuuntaisena kehänä. Kehän yhdellä puolella on liikunnan de-institutionalisoituminen, jolla he viittaavat perinteisten järjestäytyminen normien ja logiikan heikkenemiseen tai katoamiseen. Kehän toisella puolella on liikunnan re-institutionalisoituminen, joka tarkoittaa uusien korvaavien logiikoiden muodostumista. Digitalisoituminen vaikuttaa kehän molemmilla puolilla sekä purkaen että jälleenrakentaen liikunnan instituutioita.

Digimedia toimii pääosin kaupallisilla ehdoilla ja palvelee yksilöllisiä tarpeita. Palvelulähtöinen joustava osallistumismalli heijastuu uusien liikuntayhteisöjen toimintaan ja ajaa perinteisiä liikuntayhteisöjä mukauttamaan tarjontaansa vastaavasti. Yhteisöjen on tänä päivänä otettava huomioon ihmisten halu toteuttaa itseään yksilöllisesti sekä osaltaan pystyttävä myötäilemään yksilöiden erilaisia elämäntyyliä (ks. Konttinen & Peltokoski 2010). Jotkut liikunta- ja urheiluseurat ovat vastanneet esiin tulleisiin tarpeisiin ja alkaneet esimerkiksi järjestää niin kutsuttua drive-in-ohjelmia, jotka mahdollistavat kevyemmän ja joustavamman tavan osallistua seuran toimintaan (ks. Bennike ym. 2014; Stenling, 2013). Muutokset perinteisten liikuntayhteisöjen osallistumisen ja järjestäytymisen normeissa uudistavat liikunnan instituutioita. Myös kevyet liikuntayhteisöt voivat muovata liikuntajärjestelmää esimerkiksi vakiinnutamalla toimintaansa rekisteröitymällä seuraksi.

Digimedian vaikutus vapaa-ajan liikuntaan ei ole yksisuuntaista. Media toimii vuorovaikutuksessa muiden paikallisten ja globaalien instituutioiden kanssa, jotka yhtä lailla vaikuttavat median toimintalogiikkaan (Hjarvard 2018). Tämä tarkoittaa sitä, että vapaa-ajan liikunnan järjestäytymisen normit ja logiikka muuttuvat vuorovaikutuksessa medialogiikan kanssa. Jos digialustat eivät täytä yksittäisten liikkujien tai alakulttuurien tarpeita ne hylätään. Siinä missä yksittäiset lajit joutuvat kilpailemaan joukkomedian huomiosta (ks. Koski 2012), digimedian on kilpailtava entistä voimakkaammin liikunnan alakulttuurien ja yksittäisten käyttäjien huomiosta. Tämä pakottaa digialustoja luomaan yksilöllisempiä vuorovaikutuksen mahdollisuuksia. Kaupalliset alustat pyrkivät tarjoamaan kohtuuhintaisia palveluita, jotka vastaavat yksittäisten liikkujien ja eri alakulttuurien tarpeita. Tämä puolestaan edelleen vahvistaa niiden kytkettyneisyyden logiikkaa (ks. van Dijck & Poell 2013).

Näen, että suomalaisen liikunta- ja urheilujärjestelmän on yhä näkyvämmiin tunnustettava omaehtoisen järjestäytymisen kasvava merkitys osana liikuntakulttuuria. Monille vapaa-ajan liikkujille kevyemmät järjestäytymisen muodot täyttävät liikuntaharrastukseen liittyvät sosiaaliset tarpeet. Digialustat eivät korvaa perinteisiä urheilujärjestöjä, mutta ne tarjoavat uudenlaisen tavan järjestäytyä ja ottaa osaa yhteisöllisesti. On aiheellista pohtia, voisiko esimerkiksi nuorten fyysistä aktiivisuutta tukea paremmin tarjoamalla kevyempiä järjestäytymisen muotoja, joiden toiminta kytketty tiiviisti digimediaan. Samanaikaisesti on pohdittava, kuinka voimme hyödyntää digitalisaation tarjoamia mahdollisuuksia kaupallistamatta vapaa-aikaa ja tinkimättä yksityisyydestä. Jos perinteiset liikuntajärjestöt haluavat he-

rättää vapaa-ajan liikkujien kiinnostuksen, on niiden oltava avoimia vaihtoehtoisille osallistumisen malleille. Käytännössä tämä voisi tarkoittaa kevyempää liikuntatarjontaa, ei-sitovia jäsenyysvaihtoehtoja ja muutoksia vapaaehtoisuuteen liittyviä odotuksia kohtaan. ♦

⇒ Ehrén, V. 2022. Mediatization and self-organized leisure sports: A Finnish perspective. *Communication & Sport*, 1–18. <https://doi.org/10.1177/21674795221095042>

LÄHTEET

- Bauman, Z. 2012. *Liquid modernity*, 2nd ed. Polity Press.
- Bennike, S., Wikman, J., & Ottesen, L. 2014. Football fitness: A new version of football? A concept for adult players in Danish football clubs. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(Suppl 1), 138–146.
- Blackshaw, T. 2010. *Key concepts in community studies*. SAGE.
- Borgers, J., Pilgaard, M., Vanreusel, B., & Scheerder, J. 2018. Can we consider changes in sports participation as institutional change? A conceptual framework. *International Review for the Sociology of Sport*, 53(1), 84–100.
- Frandsen, K. 2020. *Sport and mediatization*. Routledge.
- Hampton, K. 2016. Persistent and pervasive community: New communication technologies and the future of community. *American Behavioral Scientist*, 60(1), 101–124.
- Hjarvard, S. 2018. The logics of the media and the mediatized conditions of social interaction. Teoksessa: C. Thimm, M. Anastasiadis, & J. Einspänner-Pflock (toim.) *Media logic (s) revisited: Modelling the interplay between media institutions, media technology and societal change*. Palgrave Macmillan, 63–84.
- Itkonen, H. 1996. *Kenttien kutsu: Tutkimus liikuntakulttuurin muutoksesta*. Gaudeamus.
- Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. 2021. *Seuratietokanta*. <https://seuratietokanta.fi>
- Konttinen, E. & Peltokoski, J. 2010. Liikkeet liikkeessä. Teoksessa: E. Konttinen & J. Peltokoski (toim.) *Verkostojen liikettä*. Jyväskylän yliopisto. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaalii, 2–23.
- Koski, P. 2012. Finnish sports club as a mirror of society. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 4(2), 257–275.
- Maffesoli, M. 1995. *The time of the tribes: The decline of individualism in mass society*. SAGE.
- McGrath, G. 2019. *The changing nature of sport: The complexities of informal sports participation*. Monash university. Väitöskirja.
- Mononen, K., Blomqvist, M., Hakamäki, M., Laine, K., & Mäkinen, J. 2019. Liikunnan ja urheilun harrastaminen. Teoksessa: J. Mäkinen (toim.), *Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018*. KIHU:n julkaisusarja nro 67, 8–27.
- Pfister, G. 2006. Differentiation. Teoksessa: R. Bartlett, C. Gratton, & C. Rolf (toim.), *Encyclopedia of international sports studies*. Routledge, 354–356.
- Stenling, C. 2013. The introduction of drive-in sport in community sport organization as an example of organizational non-change. *Journal of Sport Management*, 27(6), 497–509.
- Tilastokeskus 2018. *Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus (%) 20–64-vuotiaista vuosina 1998–2018*. https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter__avtk/statfin_avtk_pxt_002.px/
- van Dijck, J., & Poell, T. 2013. Understanding social media logic. *Media and Communication*, 1(1), 2–14.
- Wellman, B. 2001. *The persistence and transformation of community: From neighbourhood groups to social networks*. Law Commission of Canada.

TARU LINTUNEN, LiT

liikuntapsykologian professori (emerita)

Liikuntatieteellisen Seuran puheenjohtaja 2014–2017

Tuokiokuvia liikuntapsykologiasta viideltä vuosikymmenellä

Liikuntapsykologia kehittyi, laajentui ja ammattimaistui voimakkaasti työurani aikana. Urheilupsykologian lisäksi keskeiseksi nousi terveytensä kannalta vähän liikkuvien aktivointi.



Taru Lintunen.

Kuva: Petteri Kivimäki/Jyväskylän yliopisto

ALOITIN LIIKUNNANOPETTAJAOPINNOT Jyväskylän yliopistossa vuonna 1976. Opintoihin kuului apulaisprofessori Pentti Pitkäsén pitämä liikuntapsykologian peruskurssi. Opiskelin myöhemmin myös psykologiksi, koska koin tarvitsevani lisätietoja aloitettuani väitöskirjaopinnot vuonna 1982 *Lapsiurheilututkimuksessa*, jossa seurasimme samojen lasten kasvua ja kehitystä viisi vuotta. Tutkimuksen ideoi Likesin Urheilu- ja kunto- tutkimusosaston johtaja liikuntafysiologi Paavo Rahkila. Hän kutsui mukaan myös liikuntapedagogi-kulttuurintutkija Martti Silvennoisen ja lääkäri Leo Österbackin. Myöhemmin mukaan liittyi tilastotieteilijä Esko Leskinen.

Ryhmään ei kuulunut senioritutkijoita. Olimme nuoria, innokkaita ja opiskelimme tutkijoiksi vanhan eurooppalaisen tradition mukaisesti hyvin itseohjautuvasti, mikä oli tuohon aikaan tavallista. Vasta myöhemmin yleistyi väitöskirjojen tavoitteellinen ja aikataulutettu ohjaus. Itselleni tämä tyyli sopi, koska se mahdollisti laaja-alaisuuden ja monenlaiset sivupolut esimerkiksi mittausmenetelmien kehittämiseen ja metodikokeiluihin.

Likes oli innostava paikka kehittyvälle tutkijalle. Tutkimuslaitoksen vuodenkiertoa rytmittivät vahvasti syyskuun lopussa opetusministeriölle jätetyt rahoitushakemukset. Kun hakemukset oli saatu monistettua suuriksi pinoiksi ja toimi-

tettua posttiin juotiin kahvit ja syötiin **Marjatta Louhelaisen** tuomista omenista tehtyjä uuniomenoita. Opetus- ja kulttuuriministeriö on rahoittanut merkittävästi liikunnan käyttäytymis- ja yhteiskuntatieteellistä tutkimusta. Omia ja yhteistyöryhmiensä hankkeita ministeriö on rahoittanut lähes katkeamatta vuodesta 1982. Olen myös kuulunut useisiin rahoitusta puolustaneisiin työryhmiin erityisesti toimiessani Liikuntatieteellisen Seuran puheenjohtajana. Taukoa rahoituksiin tuli, kun olin itse käsittelemässä rahoitushakemuksia opetusministeriön liikuntatieteellisen jaoston jäsenenä.

Likesillä saman kahvipöydän äärelle kokoontui tutkijoita solubiologista filosofiaan. Omassa eri alojen osajista koostuneessa tutkimusryhmässä oli luontevaa tehdä monitieteistä tutkimusta, jossa ei ainoastaan tarkastella samaa ilmiötä eri tieteenalojen näkökulmasta vaan tuotetaan teoriaan nojautuen uutta tietoa. Lapsiurheilututkimuksesta onnistuimme julkaisemaan aidosti yhteistieteistä tutkimusta esimerkiksi biologisen kehityksen ajoittumisesta suhteessa ikätovereihin ja siihen liittyvistä fyysisistä pätevyyskokemuksista (Lintunen ym. 1988). Kehitin myös koetun fyysisen pätevyuden mittarin, jollaista ei ollut saatavilla (Lintunen 1987), ja toimitin aiheesta teemanumeron *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports* -lehteen. Tutkimustuloksemme kiinnostivat kansainvälisesti ja monet yhteistyökumppanuudet saivat alkunsa tuona aikana.

Likesiltä Liikunnalle

Lapsiurheilututkimuksen aikana kiersimme paljon eri puolilla Suomea puhumassa valmentajille. Tutustuin tuolloin urheiluvalmennuksen maailmaan ja valmentajien haasteisiin. Kohtaamisissa ja keskusteluissa kävi ilmi suuri tiedon tarve. Liikunnan kehityspsykologian opettamisesta tulikin keskeinen osa opetus- ja tiedonvälitystyötäni siirryttyäni Likesiltä liikuntatieteelliseen tiedekuntaan vuonna 1987. Tiedekunnassa opiskelee suurin osa maamme yliopistokoulutuksen saavista liikunta-alan ammattilaisista. Mahdollisuus vaikuttaa heidän tietoihinsa, taitoihinsa ja asenteisiinsa on tutkijalle etuoikeus.

Sain hyödyntää lapsiurheilututkimuksessa kertyneitä tietoja ja taitoja luodessani opintojakson *Kasvu, kehitys ja vanheneminen*. Lasten urheiluharrastusta määrittivät tuolloin usein aikuisten kilpaurheilun toimintaperiaatteet, säännöt, suorituspaikat ja autoritääriinen valmennusilma- piiri. Kurssi muun muassa valmisti tulevia opettajia ja valmentajia perustelemaan helposti kuumenevassa etulinjassa lapsilähtöisen opetuksen ja valmennuksen etuja autoritäärisesti toimiville, sinänsä hyvää tarkoittaville kouluttamattomille ohjaajille. On ollut ilo huomata kuinka vuosien kuluessa liikunnalta valmistuneet ammattilaiset ovat kehittäneet esimerkiksi eri lajien kilpailujärjestelmiä lasten kehitystä tukevaan suuntaan.

Saatuani valmiiksi väitöskirjani vuonna 1996 saatoin laajentaa tutkimustyötäni tunne-, vuorovaikutus- ja ryhmäilmiöihin. Aihealue oli kiinnostanut aivan omien opintojeni alusta alkaen. Kumppaneinani ovat olleet pääasias-

sa ohjaamani jatko-opiskelijat ja tutkijatohtorit, erityisesti **Marjo Kuusela**, **Esa Rovio**, **Markus Talvio**, **Kim Forsblom** ja **Hanna-Mari Toivonen**. Keskeisiä yhteistyökumppaneita ovat professori **Kirsti Lonka** Helsingin yliopistosta, **Paul Wright** Northern Illinois -yliopistosta ja **Daniel Gould** Michigan State -yliopistosta. Suuri osa teoreettisesti ja metodisesti haastavista tutkimuksista on toteutettu interventioina.

Toimintatutkimuksen pariin

Lapsiurheilututkimuksen kuluessa aloin kaivata määrällisten aineistonkeruu- ja analyysimenetelmien rinnalle uusia keinoja tutkia kasvua. Muuttujien tason ja korrelatiivisen pysyvyyden mittaamisen lisäksi etsin menetelmiä, joilla voisi tarkastella tutkittavan ominaisuuden laadullista muuttumista. Myös interventiotutkimus kiinnosti. Pedagoginen toimintatutkimus osoittautui käyttökelpoiseksi menetelmäksi ja olenkin ohjannut lukuisia eritasoisia opinnäytteitä, joissa menetelmää sovelletaan (esimerkiksi Haara, 1995; Rovio, 2002; Kuusela, 2005). 1990-luvulla päädyimme väitöskirjaopiskelijani **Esa Rovion** kanssa kouluttamaan kasvatustieteilijöitä toimintatutkimuksessa. Järjestin myös liikuntatieteellisen tiedekunnan ensimmäisen laadullisten tutkimusmenetelmien kurssin.

Ohjasin **Esa Rovion** maisteriopintoja, väitöskirjan ja myöhemmin teimme yhteistyötä ryhmäilmiötutkimuksessa. Yhdessä **Esan** ja **Olli Salmen** kanssa kokosimme toimittamaamme kirjaan *Ryhmäilmiöt liikunnassa* ryhmätason näkökulmia liikuntaan. Esittelimme lisäksi tutkimukseen, kehittämistyöhön ja käytännön kokemuksiin perustuvia työkaluja ryhmien ohjaukseen ja joukkuevalmennukseen (Rovio ym. 2009). Oman työurani aikana joukkuevalmennus kehittyi niin, että pelaajien tarpeiden kuuntelu, osallistaminen päätöksentekoon ja psyykkisesti turvallisen valmennusilmapiirin luominen nähdään entistä tärkeämpänä.

Perinteisestä, valmentajan määräysvaltaa korostavasta valmennustyylistä luopuminen ei ole aina ollut helppoa. Keskustelu kävi ajoittain kiivaana esimerkiksi jääkiekkolehdistä, joista **Esa** kiikutti minulle säännöllisesti otteita. Urheilussa kuitenkin ollaan valmiita ottamaan käyttöön toimivaksi osoittautuneet menetelmät. Tulokset ratkaisevat, joten keskustelu on huomattavasti hiljentynyt. Nykyään huippuvalmentajat korostavat haastatteluissa pelaajien kuuntelun ja vuorovaikutustaitojen merkitystä (esim. Dettman 2022)

Opetuksen kenttä laajenee

Minut valittiin 2002 samassa kokouksessa sekä liikuntapsykologian että liikuntapedagogiikan professoriksi, joista valitsin liikuntapsykologian. Sitä ennen toimin Liikuntatieteellisessä tiedekunnassa vuosina 1987–2002 assistenttina, yliassistenttina, liikuntapsykologian ensimmäisenä lehtorina ja vs. liikuntapsykologian professorina, kun edeltäjäni **Juhani Kirjonen** oli usein tutkimusvapaalla. Tuona aikana liikuntapsykologian opetus laajeni kurssi kerrallaan. Koulutin itseäni alalle pääasiassa lukemalla liikuntapsykologiasta kaiken mitä sain käsiini. Pyysin lisäksi kokeneen Muuramen kunnan johtavan psykologin ja pesäpalloilijoiden

Kohtaamisissa ja keskusteluissa kävi ilmi suuri tiedon tarve.

psykkisenä valmentajana toimineen **Matti Oravan** työnohjaajakseni. Psykologian laitoksella osallistuin esimerkiksi lukuisille antoisille **Antero Toskalan** kognitiivisen psykoterapian ja **Jukka Aaltosen** systeemisen perheterapian kursseille. Oppimaani olen hyödyntänyt erityisesti valmennuksen psykologian, ryhmäilmiöiden, vuorovaikutustaitojen ja liikuntakäyttäytymisen muutoksen tutkimuksessa ja opetuksessa. Näin kehittyivät liikuntapsykologian perus- ja aineopinnot ja vihdoin myös syventävät opinnot opintosihiteeri **Juha Rantakarin** kannustamana.

Opetus oli alusta asti toiminnallista, opiskelijälähtöistä ja promotiivista eli psykologisten taitojen opettamiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen liittyvää, mikä oli harvinaista 1990–2000-luvuilla. Suosio sivuaineena kasvoi liikuntatieteen ja psykologian opiskelijoiden joukossa. Näistä ”ensimmäisen aallon” liikuntapsykologian opiskelijoista useat haikutuivat tehtäviin, joissa saattoivat hyödyntää oppimaansa ammattimaisesti esimerkiksi urheiluopistoissa tai psykkisinä valmentajina.

Yliopiston rahoitusmallin muutokset pienensivät sivuainesuorituksista saatua rahoitusta ja liikuntapsykologian opetus jouduttiin muuttamaan kurssia lukuun ottamatta pettymykseksi lopettamaan. Oli kuitenkin selvää, että alan koulutusta oli kehitettävä. Niinpä aloin suunnitella rehtori **Aino Sallisen** tuella liikuntapsykologian kansainvälistä maisteriohjelmää.

Kansainvälisiä kontakteja

Olen ollut aktiivisesti mukana eurooppalaisessa liikuntapsykologian opetuksenkehitysverkostossa. Pienellä tieteenalalla oli hyödyllistä tehdä yhteistyötä, koska siten kykenimme tarjoamaan 60 ECTS-pisteen erikoistumisopinnot, jollaisia mikään maa ei kyennyt yksin järjestämään. Erasmus-ohjelman aamuhämärissä syntynyt idea laajeni siten, että mukana on ollut 18 yliopistoa 13 maasta. Tämän verkoston johtamiskokemus auttoi, kun perustimme liikuntatieteelliseen tiedekuntaan liikuntapsykologian kansainvälisen maisteriohjelman Master’s Programme in Sport and Exercise Psychology (SEPPRO) vuonna 2007. Johdin kotimaista ohjelmaa ja kansainvälisen verkoston toimintaa sekä näiden pohjalta syntynyttä Erasmus Mundus -maisteriohjelmää. Euroopan komission toteuttama erittäin kilpailtu Erasmus Mundus -ohjelma rahoittaa anteliaasti opiskelijoiden apurahoja ja Euroopan ulkopuolelta kutsuttavien vieraillevien asiantuntijoiden kuluja (ks Lintunen, ym. 2019).

Kansainvälinen maisteriohjelmamme lopetettiin useita kertoja. Sitkeästi perustimme sen liikuntapsykologian lehtori **Montse Ruizin** kanssa yhä uudelleen. Ohjelma onkin ehtinyt toimia vuosina 2008–2022 usealla nimellä ja lyhenteellä: SEPPRO, EMSEP, SEPPRO II, Sportpro ja PsyAct. Koulutusta tarvitaan. Liikuntapsykologisissa julkisissa tehtävissä päätoimisia henkilöitä oli Suomessa vielä vuonna 2010 vain kolme: liikuntatieteellisessä tiedekunnassa toimineet professori ja lehtori sekä KIHUn palveluksessa ollut erikoistutkija.

Lisäksi oli psykkisen valmennuksen palveluja tarjoavia yrittäjiä. Yksityinen palvelutarjonta oli villiä. Usealla ammatinharjoittajalla ei ollut mitään koulutusta alalle. Tilanne on tyypillinen monessa liikunta-alan ammatissa, joihin ei ole määritelty vaadittua pätevyyttä. Siksi toimivien poh-

jakoulutus vaihtelee tai alalle päädytään pätevyitymällä työelämässä. Kun toiminta ammattimaistuu ja laajenee, niin osaamisvaatimukset kasvavat. Silloin tarvitaan pätevyys- ja koulutusvaatimuksia osoittavia sertifikaatteja.

Liikuntapsykologian arvostus nousut

Liikuntapsykologian maailmanjärjestön ISSP:n johtokunnassa olin perehtynyt eri maiden sertifiointijärjestelmiin. Olikin luontevaa perustaa Suomen psykologiliiton alaisuuteen urheilu- ja liikuntapsykologian sertifiointilautakunta yhdessä urheilupsykologian huippuammattilaisten ja pitkäaikaisten yhteistyökumppaneiden **Satu Kasken**, **Päivi Frantsin**, **Niilo Konttisen**, **Leena Matikan** ja **Montse Ruizin** kanssa ja liiton puheenjohtajan **Tuomo Tikkasen** aktiivisella tuella. Opetusministeriö antoi pian suosituksen käyttää ensisijaisesti urheilu- ja liikuntapsykologian sertifioituja asiantuntijoita ammattimaisissa alan tehtävissä.

Sertifiointijärjestelmä ryhdisti välittömästi urheilupsykologista toimintaa. Sertifikaatista tuli tavoiteltu ja arvostettu, ja alan ammattilaiset ovat innolla hankkineet sen. Samaan aikaan on alalle syntynyt päätoimisia työpaikkoja, esimerkiksi lähes kaikille urheiluakatemiaverkoston paikkakunnille. Liikuntapsykologia on tullut näkyväksi ja siitä on kehittyneet arvostettu ammatti. Esimerkiksi urheilijat mainitsevat usein työskentelevänsä urheilupsykologin kanssa. Työurani alussa 1980-luvulla näin ei tapahtunut, koska psykologisten palvelujen käyttö koettiin jopa stigmatisoivaksi.

Opinnäytteiden ohjaus on ollut minulle erityisen mieleistä. Tullessani tiedekuntaan oli juuri tehty tutkinnonuudistus, jonka seurauksena kaikki liikuntatieteen opiskelijat tekivät maisteritutkinnon. Tiedekunnassa ei ollut kovin montaa graduohjaajaa, joten pääsin heti tositoimiin, vaikka olin itsekin vielä maisteri. Graduja kertyi tasaisesti ja sadan jälkeen lakkasin laskemasta kokonaismäärää. Parasta ovat olleet yhteiset ponnistelut, maailmanparannuskeskustelut pyöreän pöytäni ääressä, yhteinen ilo saavutuksista ja murhe vastoinkäymisistä: mahdollisuus kulkea tovi rinnalla. Ja myös kohtaamiset kongresseissa, kun ympärille kertyvä entisten opiskelijoiden piiri kertoo kuulumisiaan – tarjolla on yliopistoelämän jälkiruokaa.

Tietopohjaa liikunnan ja terveyden edistämiseen

Olen jatkanut väitöskirjasta alkanutta tutkimuslinjaa koko työuran ajan. Tiedämme paljon liikunnan myönteisistä terveysvaikutuksista. Lisäksi tarvitaan tietoa, miten saadaan terveytensä kannalta liian vähän fyysisesti aktiiviset ihmiset liikkumaan. Tärkeä pitkäaikainen yhteistyökumppani on professori **Martin Hagger** (University of California, Merced ja Jyväskylän yliopisto). Tätä ennen teimme yhteistyötä Business Finlandin rahoittamassa Finland Distinguished Professor -hankkeessa (www.fdiiproimpact.com/). Tavoitteena oli kehittää motivaatioteoriaa ja edistää fyysisistä aktiivisuutta teoriaan ja käytäntöön perustuvilla interventiotutkimuksilla. Yhteistyökumppaneina toimivat useat sosiaali- ja terveyspsykologit ja käyttäytymislääketieteen edustajat, erityisesti professori **Nelli Hankosen** tutkimusryhmä. Lukuisten tutkimusartikkelien lisäksi merkittävä tuotos oli *Handbook of Behavior Change* -kirja (Hagger ym. 2020), jossa mm. esitelmme uuden käyttäytymisen muutos-tieteenalan.

FiDiPro-hankkeesta versoi yhdessä psykologian laitoksen tutkijoiden kanssa *Behaviour Change, Health, and Well-being Across the Lifespan – From Basic Research to Implementation (BC-Well)* -profilointihanke. Jyväskylän yliopisto valitsi BC-Wellin profilointialueeksi, jota se pitää erityisen tärkeänä koko yliopiston tutkimus- ja kehittämisalueena, ja jolle suunnataan resursseja. Saimme Suomen Akatemialta merkittävän rahoituksen, jolla on palkattu alueelle kolme apulaisprofessoria pätevyitysmispolulle. On merkittävää, että yliopisto haluaa nostaa fyysisen aktiivisuuden ja terveyden edistämisen sekä käyttäytymisen muuttamisen tutkimuksen toiminnassaan näin vahvasti esille.

Harkitsin eläköitymisajankohtaa huolella. Koin hetken hyväksi, kun suomenkielinen perus- ja aineopintotasoinen koulutus oli saatu toimimaan, kansainvälinen maisteriohjelma taas kerran perustettua kouluttamaan alan ammattilaisia ja keskeinen tutkimusalue valittu yliopiston profilointialueeksi. Tunnen itseni onnekaaksi, koska olen saanut toimia tällä innostavalla alueella hienojen työtovereiden ja opiskelijoiden kanssa. ♦

LÄHTEET

Dettmann, H. 2022. Vääpelöinnin loppu. Helsingin Sanomat, visio. Viitattu 20.8.2022.

Hagger, M., Cameron, L., Hamilton, K., Hankonen, N. & Lintunen, T. (toim.). 2020. *The Handbook of Behavior Change*. Cambridge University Press, 708 s.

Haarala, S. 1995. Psykkisen valmennuksen mallin kehittäminen: esimerkkinä taitoluistelu. Liikuntapedagogiikan pro gradu. Jyväskylän yliopisto.

Kuusela, M. 2005. Sosioemotionaalisten taitojen harjaannuttaminen, oppiminen ja käyttäminen perusopetuksen kahdeksannen luokan tyttöjen liikuntatunneilla. Doctoral dissertation. Likes research Center for Sport and Health Sciences. N:o 165. Jyväskylä: Likes

Lintunen, T. 1987. Perceived Physical Competence Scale for Children. *Scandinavian Journal of Sport Sciences* 9, 57–64.

Lintunen, T., Rahkila, P., Silvennoinen, M. & Österback, L. 1988. Psychological and physical correlates of early and late biological maturation in 9- to 11-year-old girls and boys. teoksessa: R. M. Malina (Toim.), *Young Athletes. Biological, Psychological, and Educational Perspectives*. Champaign, IL: Human Kinetics. s. 85–91.

Lintunen, T. 1999. European perspectives in sport motivation research: introduction to the special issue. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 9, (6), 313-314.

Lintunen, T., Apitzsch, E., Papaioannou, A., & Vanden Auweele, Y. 2019. *Sport Psychology and Education – History of the European Masters in Sport and Exercise Psychology*. Teoksessa: A-M. Elbe & R. Seiler (toim.) *50 years of FEPSAC – Recent developments in European sport psychology*. FEPSAC Monograph n:o 3. Brussels: FEPSAC.

Lintunen, T. 2019. Liikunnan psykologiaa. Teoksessa: S. Sinikallio (toim.) *Terveyden psykologia*. Jyväskylä: PS-kustannus, s. 305-316.

Rovio, E. 2002. Joukkueellinen yksilöitä. Toimintatutkimus psykkisen valmennuksen ohjelman suunnittelusta, toteuttamisesta ja arvioinnista poikien jääkiekkjoukkueessa. Likes research reports on sport and health, 133. Jyväskylä: LIKES.

Rovio, E., Lintunen, T., & Salmi, O. (toim.). 2009. *Ryhmäilmiöt liikunnassa*. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.



Tiedekirja

KÄY SISÄÄN TIETEEN OMAAN VERKKOKAUPPAAN

WWW.TIEDEKIRJA.FI

Tutkimusta ja tietoa
Tiedekirjasta!

Löydät myös Liikuntatieteellisen Seuran julkaisut meiltä.

Tieteen puolesta.

PAULI RINTALA

erityisliikunnan professori (emeritus)
Jyväskylän yliopisto
pauli.rintala@jyu.fi

Yhdenvertaisuuden todellisuus ja harhat

Minulla oli mahdollisuus osallistua *Soveltavan liikunnan päiville* elokuun lopussa. Päivät olivat järjestyksessään kymmenennet. Ensimmäinen alan ”katselmus” vuonna 1986 kulki nimellä *Erytisliikunnan neuvottelupäivät*. Ajan hengen mukaisesti asiantuntijat pohtivat, miten ja millaista liikuntaa vammaisille henkilöille voitaisiin järjestää.

Vuonna 2022 päivien teema ”*Ei mitään meistä ilman meitä*” kertoo muutoksesta asenteissa ja toimintatavoissa. Vaikka asenteiden muutos on hidasta, niin ne ovat muuttaneet suuresti. Vammaiset ja muut liikunnassa toimintarajoitteita kokevat henkilöt voidaan 2020-luvulla ottaa mukaan ei vaan toiminnan kohteeksi, vaan kump-paneiksi suunnittelemaan, osallistumaan ja arvioimaan. ”*Ei mitään meistä ilman meitä*” kuvaa erittäin hyvin tätä asenteellista muutosta. Mutta onko tämä sittenkään todellisuutta tänään?

Soveltavan liikunnan päivillä käsiteltiin vammaisuuteen liittyvää terminologiaa, sillä uudistettu alan sanasto on lausuntokierroksella. Erytisliikunnasta on siirrytty soveltavaan liikuntaan, koska liikunta ei ole sen erityisempää vammaisille kuin vammattomille henkilöille, vaan liikuntaa pitää monesti soveltaa itse kullekin. Nopeasti yleistynyt para-alkuinen termistö kuvaa erityisesti vammaisten huippu-urheilua, mutta sen käyttö on laajentunut myös kansallisen kilpailutason urheiluun, kun esimerkiksi puhutaan paraurheilijasta tai parayleisurheilusta. Kielen muutokset vaikuttavat ajan mittaan myös toiminnan tasa-arvoisempiin käytänteisiin.

Yksi *Soveltavan liikunnan päivien* teemoista oli liikunnan ja urheilun inklusio eri tasoineen fyysisestä sosiaalseen. En voi tässä avata käsitettä tarpeeksi, jotta voisimme kaikkien samalla tavalla ymmärtää. Tavoite on hankala saavuttaa, mutta ei sitä ei pidä hylätä vain siksi, että se on vaikea, ellei suorastaan mahdoton. Kuten Paralympiakomitean tutkimuspäällikkö **Aija Saari** totesi esityksessään, että paradoksaalista kyllä inklusion ihanteen toteutuessa siitä tulee näkymätöntä.

Meillä pitää olla ihanteita, jopa saavuttamattomia tavoitteita. WeThe15-liike (www.wethe15.org) laitettiin liikkeelle vuosi sitten Tokion Paralympialaisten aikaan kertomaan maailmalle, että vammaisia henkilöitä on 15 prosenttia koko maapallon väestöstä. Suuri määrä ihmisiä on vammaisuuden vuoksi edelleen yhteiskuntien marginaalissa. Suomen väestöstä 15 prosenttia on noin 800 000 ihmistä – ei tätä määrää voi enää kutsua vähemmistöksi! Miten näin suuri

joukko huomioidaan liikuntakentällämme, jotta tasa-arvo toteutuisi?

Suomi ratifioi vuonna 2016 YK:n yleissopimuksen vammaisten henkilöiden oikeuksista (Convention on the Rights of Persons with Disabilities, CRPD). Sopimuksen keskeisiä periaatteita ovat yksilön itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, syrjimättömyys ja yhdenvertaisuus, vammaisten henkilöiden osallistuminen ja osallisuus yhteiskuntaan sekä esteettömyys ja saavutettavuus. Meillä ei vielä todellakaan toteudu vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuus virkistys-, vapaa-ajan ja urheilutoiminnassa, vaikka tämä on selvästi sanottu yleissopimuksessa. Liikunta-asioissa valtaa käyttä-

vien tulisi herkällä korvalla kuunnella vammaisia henkilöitä ja heidän liikunnallisia tarpeitaan. Meiltä myös puuttuu edelleen tutkimusta, jossa kartoitettaisiin toimintarajoitteita kokevan väestön liikkumistarpeet. Tiedon pohjalle olisi helpompaa rakentaa erilaisia käytännön malleja, yhdessä. Siis ”*ei mitään meistä ilman meitä*”.

Liikunnalla ja urheilulla, jos sitä harastaa, on iso merkitys ihmisen kaikenpuolisessa hyvinvoinnissa. Parhaimmillaan se on merkityksellistä vapaa-aikaa, lisää itseluottamusta, antaa sosiaalisia kontakteja, aktivoi aivoja, voi helpottaa työssä jaksamisessa tai sen saamisessa. Liikunnan terveyshyödyt ovat kiistatottomat, ja se voi olla vammaisille jopa tärkeämpää kuin vammattomille henkilöille.

Toinen puoli asiaa on se, että kaikki eivät liiku eivätkä halua liikkua, vaikka se voi meitä ”liikuntaihmiisiä” ihmyyttää tai jopa raivostuttaa. Tähänkin valintaan jokaisella on oikeus ja se kuuluu itsemääräämisoikeuden piiriin. Meidän liikuntaihmiisten haaste onkin tehdä liikunnasta ja liikkumisesta laajassa merkityksessä niin houkuttelevaa, että yhä useampi haluaa aktivoitua, itselle sopivalla tavalla ja ajalla.

Liikunnan tekemisessä houkuttelevaksi auttaa se, että vammaiset henkilöt pääsevät itse vaikuttamaan itseään koskettaviin päätöksiin. Ja ajatus pitää ottaa tosissaan, eikä jättää vain juhlapuheisiin. Tämä ei tarkoita olemista vain tutkimuksen kohteina tai osallistujina, vaan myös toimimista jopa tutkimustiimeissä täysivaltaisina jäseninä. Ei tarvitse olla tutkijakoulutuksen saanut tohtori, että voi kokemusasiantuntijana auttaa meitä vammattomia tekemään parempaa liikuntaa ja urheiluun liittyvää tutkimusta, kun se käsittelee vammaisten henkilöiden liikuntaa. Pohtikaamme siis vielä kerran mitä tarkoittaa: ”*Ei mitään meistä ilman meitä*”.

Suuri määrä ihmisiä on vammaisuuden vuoksi yhä yhteiskuntien marginaalissa.



Ajattelun avausheittoja

Antti Heinonen, Seppo Paavola & Markku Pullinen: Kolmen konkarin kopittelua.

Suomen Pesäpalloliitto 2022. 340 s.

TÄTÄ KIRJAA LUKIESSA ei oikein tiedä mihin lokeroon teoksen mielessään pistäisi. Toisaalta tunnelmoidaan syvällä oman henkilöhistorian yksityisissä maailmoissa. Toisaalta kuvataan urheilutoiminnan yhteiskunnallista yhteyttä ja kehittämistyön reuna-ehtoja niin kirkkaasti, että kirjan voisi määrätä urheilujohtajuuden pakolliseksi oppikirjaksi.

Kolmen konkarin kopittelua on avoimen subjektiivinen, mutta kun **Antti Heinosella, Seppo Paavolalla ja Markku Pullisella** on ollut erityinen näköalapaikka, ”kopittelu” ei sitenkään ole höpisevää nostalgiaa. Sisältö on yhä edelleen relevanttia pohdintaa ja kuvausta urheiluelämän johtamisessa tärkeistä asenteista ja näkökulmista.

Teoksen toteutus on vaativa, mutta jos lukija ymmärtää jättää kronologisen etenemisen sikseen ja maistella sivuilla olevia jutunpätkiä sieltä täältä noukkien, ikään kuin buffet -pöydästä napostellen, ansiot pääsevät esiin. Kirjan vahvuus on yksittäisissä oivaltavissa lauseissa, vähän irrallisissakin kuvauksissa, joista aukeaa harvoin nähtyjä näkökulmia urheilujohtamisen arkitilanteisiin.

Tämä ei ole elämänekerta, ei muistelmia, ei tietokirja, ei pöytäkirja, ei oppikirja. Tämä on sekoitus kaikkea. Tämä on paitsi kirjoittajien keskinäistä kopittelua, myös avausheittoja lukijan ajatustoiminnalle – ja jatkokeskustelulle itse kunkin ympäristöissä.

Erityisesti yhden kirjoittajan – tosin kirjassa sairastumisensa vuoksi haamukirjoittajan ja lähipiiriläisten oivaltavien kommenttien kautta esiintyvän – **Markku Pullisen** toiminnassa olisi pohdinnan paikka myös tämän päivän urheilujohtajuudelle.

Pesis ajautui 1970-luvulla suomalaisuuden kaupungistumisen ja urheiluviihteen kansainvälistymisen myötä kriisiin. Laji käänsi kuitenkin tarinansa nousuun, jonka veroista ei Suomen urheilussa löydy kuin jääkiekosta.



Tämä tapahtui johtamiskulttuurilla, jonka keskiössä oli koko ajan ympäröivän yhteiskuntakehityksen tarpeiden huomiointi. Pesis ymmärsi lajina poikkeuksellisen hyvin mitä digitalisaatio, kaupungistuminen, markkinaehtoistuminen, tasa-arvoistuminen ja mediallistuminen vaati urheilulta, seuratyöltä, urheiluviihteeltä ja johtamiselta.

Tämä kokonaisuus hallittiin pesiksessä omaa luokkaansa olevalla otteella, mikä teki kansallisen ja pääkaupungin ulkopuolella toimineen lajin medialuvuista käsittämättömän kovat. Yleisömäärät nousivat lähes jalkapallon veroisiksi, ja yhteiskuntasuhteet kehittyivät urheilun mittakaavassa poikkeukselliseksi.

Se, miten pesiksen 1990-luku tehtiin, ansaitsi saman huomion kuin jääkiekon nousutarina on saanut. Tätä historiallista prosessia kopittelukirja avaa tervetulleella tavalla.

Hieman häiritsee toki se, että kirjoittajat eivät malttaneet keskittyä siihen, mikä aiheessa ja tekijöissä itsessään olisi olennainen ja tärkein viesti. Se tekee tuloksesta hieman sekavan. Näistä miehistä ja heidän tekemisistään olisi saanut enemmänkin irti.

Mutta on arvo sinänsä, että on saatu aikaiseksi edes yksi teos, jossa 1970-luvun jälkeisen pesisjohtamisen – ja siinä koko urheilulle piilevän opeustarinan – päälinjat on saatu kansien väliin.

Sekin arvo sinänsä, että on saatu aikaan urheilukirja, jonka keskiössä on johtaminen.

Oman tietopääoman jakaminen ei ole urheilukulttuurimme vahvuus. Valmennuksen ja urheilemisen tasolla traditio välittyy edes jotenkin, mutta johtamisen ja ylipäänsä taustatoiminnan kohdalla turhan moni aiempi tärkeä oivallus jää jakamatta seuraaville sukupolville.

Pesisherrojen kopittelun toivoisi inspiroivan muitakin urheilussa vai-

kuttaneita julkiseen pohdiskeluun. Olkoonkin, että tästä kirjasta kannattaisi ottaa se koppi, että astetta terävämpi kustannustoimittaminen ei lopputulosta pahenna.

Toki, juuri tässä kirjassa lienee tehty tietoinen ratkaisu siitä, että annetaan rönsyjen rönsyillä.

Urheiluväellä tahtoo olla taipumus turhankin nopeaan rönsyjen katkontaan sekä virtaviivaisten ja selkeiden kaavioiden piirtämiseen. Emme uskalla kopitella puolivalmiilla ajatuspallolla. Sekin taisi olla yksi pesiksen nousuvaiheen vahvuuksista. Ymmärrettiin, että mikäli aidosti halutaan jotakin uutta, pitäisi toisinaan malttaa antaa rönsyjen elää, vaikka se hetkeksi tekisikin työpöydästä sekavan.

Joten, ei häiriinnytä kopittelun rönsyihin ja ohiheittoihin. Keskitytään niihin tarkkoihin ja räpylän pohjaan nappahtaviin nappiheittoihin, joita teoksessa kuitenkin on.

JARI KUPILA



Kaksi näkökulmaa (naisten) jalkapalloon

Johanna Ruohonen: Naisten laji, kirja jalkapallosta.

Kustantamo S&S. 2022. 248 s.

Vesa Vares: Enemmän kuin peliä. Naisten jalkapallo tasa-arvon tiellä maailmalla ja Suomessa.

Suomen urheiluhistoriallisen seuran julkaisusarja nro 3. 2022. 340 s.

PITKÄÄN ODOTETUT ja jo kertaalleen siirretyt EM-kisat, Helmareiden paluu arvokisoihin sekä liikunnan ja urheilun yhdenvertaisuuden edistäminen. Oiva aihio tuottaa suomeksi tietokirjallisuutta jalkapallosta niin, että pääosassa ovat naiset.

Olen pelannut jalkapalloa yli kaksi vuosikymmentä, mutta vasta viime vuosina naisten jalkapallosta on tullut valtamedioita kiinnostava urheilulaji eikä vain tyttöjen harrastustoimintaa. Palloliiton Kansallisen liigan brändi-uudistus sekä strategia naisten jalkapallon kehittämiseksi ovat tapahtuneet verrattain myöhään.

Molemmissa teoksissa pureudutaan maailmanlaajuisesti naisten jalkapallon kehittämisen tiellä ollei-



siin syihin. Aluksi esteenä olivat väärät uskomukset naisten fysiologiasta, myöhemmin median vähättely ja näkyvyyden puute.

Sekä FT **Johanna Ruohonen** että professori **Vesa Vares** nostavat hyvin esille urheilu-uutisoimien miesvaltaisuuden ja naispelaajien ominaisuuksien vähättelyn, jonka esimerkit ulottuvat omiin nuorisopalloiluvuosiini saakka. Vielä 2000-luvun lopulla paikallislehti nosti otsikoksi meidän B-ikäisten pelaajien mielenkiinnon brassipoikiin ja kisdiskoon pääsyn tärkeämmäksi kuin menestyksen Helsinki-cupin finaaleissa.

Molemmat teokset herättivät paljon muistoja, mutta myös ajatuksia siitä, miten paljon jalkapallo on muuttunut pelkästään oman peliurani aikana. Ruohosen ansioksi voi lukea kirjoittajan omakohtaisen intohimon jalkapalloa kohtaan. Hän on kerännyt naisten jalkapallon historiasta olennaisimmat taitekohdat, mutta keskittyy erityisesti kuvaamaan jalkapallon nykytilannetta ja tulevaisuutta laajojen haastatteluiden kautta. Vares on luottanut perinteisempään historian esittämistyylisiin. Tietokirjana Varesen teos palvelee hyvin, sen etuja ovat selkeä runko ja lähteiden ansiokas määrä.

Ruohosen teos on henkilökohtaisempi kuvaus naisurheilun haasteista. Hän on selvästi tavoittanut pelaaja-haastatteluissa tyvään yhteyden maajoukkueen huippuihin. Naisiin kohdistuva väheksyntä urheilun eri osa-alueilla ei ole poistunut ja Ruohonen on osuvasti ajassa kiinni kuvatessaan naisjalkapalloilijoiden ongelmia kotija ulkomaan kentiltä.

Vares on käyttänyt kansainvälisen huippujen muistelmia kuvaamaan naisten jalkapallon historiallisia peli-

hetkiä. Hänen teostaan olisi voinut toimittaa enemmän, sillä lukukokemusta häiritsivät toisinaan ylipitkät lainaukset ja erikoiset käännökset sanavalintoihin. Eräs osa teoksesta aiheutti myös hämmennystä; naisten urheilun seksualisointia käsittelevän luvun osa, jossa paneudutaan naisurheilijoiden seksuaaliseen suuntautuneisuuteen. En ymmärrä, miten pelaajien yksityiselämän piirteet kuuluvat jalkapalloaiheiseen tietokirjaan. Tai toisinpäin, kuinka monessa urheiluhistorian teoksessa käsitellään miesjoukkueiden pelaajien seksuaalista suuntautuneisuutta?

Mielenkiintoiset yksityiskohdat jalkapallon mahtimaiden historiasta, aikaisemmasta menestyksestä arvokisoissa sekä naisten pääsarjoista lisäsivät ymmärrystä siitä, kuinka ainutlaatuiset EM-kisat Englannissa pelattiin. Naisten jalkapallokulttuurin kehittymisen esteenä ovat olleet käytännössä kaikki mahdolliset tahot ennen asenneilmapiirin muutosta UEFA:n ja FIFA:n suunnalta. Yhdenvertaisuuden ensiaskeleet aloitettiin sääntöjen tarkistamisella, jolloin naiset saivat täydet peliminuutit ja viitoskoon pallon.

Naisten ammattiurheilussa pelataan vieläkin eri säännöin, vaikka suurseurojen panostuksella euroopalaiseen jalkapallokulttuuriin on ollut viime vuosina suuri vaikutus. Jalkapallon harrastajamäärien potentiaalinen kasvu on työssä. He tarvitsevat idoleita ja mahdollisuuden unelmoida jalkapalloammattilaisuudesta, jossa sukupuoli ei vaikuta työolosuhteisiin, -tehtäviin tai palkkoihin.

RIIKKA ROITTO, KM

hankekoordinaattori
Liikuntatieteellinen Seura
riikka.roitto@lts.fi

.....



Pyöräilen, olen siis vapaa

J.P.Pulkkinen: Mitä polkupyörä tarkoittaa – kertomuksia täydellisestä keksinnöstä.

Kymmenosainen audiosarja, Yle Areena, julkaistu 9.6.2022.

PYÖRÄILY ON HIDASTA, likaista ja turvatonta. Ja mikä pahinta: se rajoittaa autoilua. Tällainen ajattelu hallitsi keskustelua Suomessakin muutama vuosikymmen sitten. Nyt on toisin. Yhä useampi kokee pyöräilyn helpoksi, hyödylliseksi ja terveelliseksi sekä keinoksi selvitä ruuhkista.

Pyöräilyn puolesta halutaan puhua niin hallintopapereissa kuin kansalaiskeskusteluissa. Silmiinpistävää on kuitenkin se miten eri argumentein pyöräilyä lähestytään. Valtiovallan edistämistoimet nojaavat hallitusohjelman tavoitteeseen puolittaa liikenteen päästöt parissa vuosikymmenessä. Pyöräilyn itseisarvoa kansalaisille ei niinkään noteerata. Tärkeämpää on yhteiskunnalliset päästö- ja säästöavoitteet, joita polkemalla tulisi edistää.

Kansalaisille itse pyöräily on ”se juttu”. Tätä avaa notkein sanakäantein **J.P. Pulkkinen** Ylelle tekemä audiosarja *Mitä polkupyörä tarkoittaa*. Arki- ja retkipyöräilyyn keskittyvässä sarjassa ohitetaan yhteiskunnan tarpeet ja keskitytään yksilötason kokemuksiin ja elämyksiin, joita voi saada vain pyöräilemällä.

Pulkkinen filosofiaan kallellaan oleva sarja on kuin jatkoa **Erno Paasilinnan** esseelle *Pyöräilyn ylistys* (1997). Paasilinnan tavoin Pulkkinen uskoo polkupyörän olevan yksi ihmiskunnan jaloimmista, hyödyllisimmistä ja yksinkertaisimmista keksinnöistä. Pulkkinen polkupyörä ei tarjoa vain ponnistamisen autuutta ja hikoilun hurmaa, vaan tavan kokea ja ymmärtää ympäristöä ja kulttuuria – elämää. Sanomansa todisteeksi Pulkkinen lainaa pätkeä niin kirjallisuudesta kuin elokuvista.

Sarja muistuttaa kuinka polkupyörä on laajentanut ja laajentaa yhä kokemusmaailmaamme. Aikanaan polkupyörä kasvatti suomalaisten naimaympyrää, kun pyörällä pääsi lavatansseihin vähän etämmällekin. Lapselle pyöräilemään oppiminen vertautuu edelleen lukemisen ja uimisen oppimiseen.

Pulkkisen sarja vannoo hitaan matkanteon nimeen. Toisin kuin junamatkustaja, joka muuttuu tavaraksi lähtö- ja saapumisasemien välille, pyöräilijä voi koko ajan kuulla, nähdä, haistaa ja muutenkin kokea vaihtuvaa ympäristöä. ”Nopeus vie aisteilta mahdollisuuden”, tiivistää Pulkkinen. Lentomatkustaminen ei ole Pulkkiselle lainkaan matkustamista, vaan odottamista.

Hitaan matkanteon ohella sarja korostaa – tosin yliampuvin sanakään- tein – päämääräämättömyyttä: ”Turha lähteä, jos tietää mihin päätyy”, ”Eksyminen on täydellistä läsnäoloa”. Vaikka ei allekirjoittaisikaan Pulkkisen heittoa siitä, että eksyminenkin saa olla päämäärä, voi yhtyä ajatukseen, että pyöräillessä löytää jotain mitä ei osannut etsiä.

Sarjaa kuunnellessa huomaa vertaavansa pyöräilyä purjehtimiseen: ”Purjehtija on perillä jo astuessaan veneeseen.”

Itsekin retkipyöräilyä harrastaneena nostan Pulkkisen sarjan tärkeimmäksi huomioksi pyöräilyn yksilöllisyyden ja riippumattomuuden – pyöräilyn vapauden. Pulkkinen havainnollistaa: ”Kun poljen, *minä* menen; kun matkustan junalla tai bussilla, *minua* viedään”. Vapaus itse päättää reitistä ja vauhdista on pyöräilyn keskeinen elementti. Samoin koki Paasilinna: ”Kahta samanlaista päivää, hetkeä tai maisemaa ei koskaan tapaa. Ei samoja maiseman perusmuotoja, ei värejä, ääniä eikä tuoksua. Ne vaihtuvat lakkaamatta, ne ovat aina yhtä uusia, yllättäviä ja vai- kuttavia.”

KUN PYÖRÄILYN EDISTÄMISEEN suhtaudutaan aiempaa myönteisemmin, ja kiinnostus pyörämatkailuun on nousussa, niin eikö myös kansalaiskokemusten varaan kannattaisi rakentaa pyöräilyn edistämistoimia: yhdistää kansalaisten näkemykset ja hallinnon tavoitteet? Vähän niin kuin vanhassa lastenlaulussa: ”Minä poljen, sinä ohjaat, niin kuin tanssi matka käy.”

Vahinko vain, etteivät kansalaiset taida kaivata ohjausta pyöräilylleen, jos sitä yritetään vain yhteiskunnan tarpeiden näkökulmasta. Toistaiseksi yksilötason pyöräilykokemukset ja -elämykset ovat kovin niukalti ylänneet pyöräilyn edistämislinjausten perusteiksi.

Valtioneuvosto julkaisi – päätökseen tueksi – syyskuussa 2021 laajan tutkimuksen ”*Kävelyn ja pyöräilyn edis-*



tämisen mahdollisuudet ja esteet” (155 sivua). Siinä kansalaisten suhdetta pyöräilyyn kyllä sivutaan, mutta varsinainen huomio kohdistuu hallintotoimiin, joilla lisätä kävelyn ja pyöräilyn matkamääriä 30 prosentilla. Näin saavutettaisiin ilmastomuutosten hillintään ja kansanterveyden parantamiseen liitetyt tavoitteet. Tutkimusta varten haastateltiin iso joukko hallinnon eri tasojen ja eri sidosryhmien edustajia – ei pyöräilyä tai kävelyä harrastavia.

Toki työtä omassa kuplassaan tekee myös J.P. Pulkkinen eli haastattelee ohjelmassaan 12 innokasta pyöräilijää (tuttuaan?), mutta ei yhtään alan virkamiestä tai tutkijaa. Siltaa kansalaisten ja hallinnon välille ei rakenneta kummastakaan suunnasta.

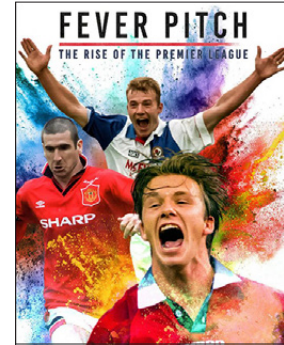
Olemme edelleen tilanteessa, jossa virallinen Suomi liittyy liikunnan ja liikkumiseen vain säästöjen maksimointiin ja päästöjen minimointiin. Kansalaisnäkökulma puolestaan rakentuu sille, että liikunta on harrastajalleen elämää kannatteleva harrastus, jolla on myös siinä sivussa yhteiskunnallista arvoa.

Kun keskitytään vain mitattaviin hyötyihin, hukataan näkemys inhimilliseen kokemukseen. Ja miksei myös toisin päin. Hienoa olisi, jos vielä joskus mainitut näkökulmat voisi yhdistää. Ihmisten nautintahakuisuus on vajavaisesti hyödynnetty voimavara hallinnon kehittämispapereissa.

Edellä esitetty kaksinaisuuden ongelma ei kuitenkaan tarkoita, ettei J.P. Pulkkisen audiosarjalla olisi pyöräilyä – ja miksei muutakin liikuntaa – edistävä vaikutus. Uskallan jopa veikata, että sarjalla on hallinnon linjauksia suurempi merkitys, sillä liikunta on harrastajalleen ensi sijassa tunteen – ei järjen – asia.

TEIJO PYYKKÖNEN

teijo.pyykkonen@gmail.com



 **Televisio**

Kun Englannin jalkapallo muuttui viihdebisnekseksi

Valioliigan tarina: Pelistä bisnestä. (Fever Pitch: The Rise of the Premier League.)

Tuotanto: Story Films ja Studio 99. 4 osaa, Britannia, 2021. yhteensä 232 minuuttia.

VALIOLIIGAN TARINA lähtee liikkeelle ajasta, jolloin jalkapallo oli menettänyt rajusti suosiotaan ja mainettaan. Jalkapallohuliganismi oli Englannissa laajamittaista 1980-luvulla. Katsojat ryntäsivät usein kentälle ja stadionien ulkopuolella tapeltiin rajusti. Peli oli myös kovaotteista. Jalkapallon julkisuuskuva oli huono. Liigan katsojaluvut putosivat vuoden 1966 yli 30 miljoonasta parissa vuosikymmenessä 16 miljoonaan. Ensimmäisen divisioonan luku laski 16 miljoonasta 9 miljoonaan.

Englannin pääsy välieriin 1990 palautti osittain kiinnostuksen jalkapalloon. Ottelua seurasi 25 miljoonaa englantilaista. Tämä tarjosi vuonna 1992 osaltaan 22 pääsarjajoukkueelle mahdollisuuden perustaa Valioliiga. Hanketta vetivät Liverpool, Everton, Arsenal, Tottenham ja Manchester United. Seurat halusivat määrätä liigan raha-asioista itse ja saada tuotoista suuremman osan.

Dokumentti tuo hyvin esille media- maailman nopean murroksen vaikutuksen Valioliigan syntyyn ja alkuvaiheisiin. Maksulliset satelliittikanavat alkoivat kilpailla perinteisten kanavien kanssa. Sky-Televisionin omistaja **Rupert Murdoch** osti televisio-oikeudet 300 miljoonalla punnalla. Otte- luiden seuraamiseen tarvittiin satelliittiantenni, joka maksoi 200 puntaa (466 euroa/2022).

Perinteinen ottelutapahtuma koki myös mullistuksen. Otteluita sijoitettiin maanantai-iltaan ja torvisoittokuntien tilalle tuotiin Amerikan malliin tanssittyttöjä. Kumpikaan ei herättänyt ihastusta, mutta maanantaipelit jäivät, cheerleaderit eivät. Kausikorttien kallistuivat niin paljon, että jalkapallo muuttui keskiluokkallaiseksi. Fanituotteiden myynti kasvoi ja kärkseuroista tuli maailmanlaajuisesti tunnettuja.

Otteluväläykset rytmittävät hyvin dokumenttia. Samalla selviää muun muassa mikä joukkue teki ensimmäisen valioliigamaalin. Sheffield Unitedin **Jake Dean** ohitti 1990-luvun tanskalaisen tähtimaalivahdin **Peter Schmeichelin** (ManU) ajassa 4,36. Huonosta alusta huolimatta ManU voitti Valioliigan ensimmäisen mestaruuden.

Kiinnostavia haastateltavia riittää, vaikka puhuvien päiden määrää olisi voinut hiukan rajata. Käytännönläheisen näkökulman tuo Blackburn Roverin pitkäaikainen toimistonhoitaja **Juliana Preugschat**. Teräsbisneksellä rikastunut **Jack Walker** osti Blackburnin ja alkoi hankkia nuoria nousevia tähtiä seuraan. Hän käytti silloisia ennätyssummia rahaa pelaajahankeihin ja palkkasi **Kenny Dalglishin** manageriksi. Tuloksena oli mestaruus kaudella 1994–95. Blackburnin menestys hiipui kuitenkin nopeasti.

Valioliigan ensimmäisiä superjulkiksia olivat ranskalainen **Eric Cantona** (ManU) ja **Alan Shearer** (Newcastle). Cantonan hyökkäys rasistisesti huudelleen katsojan kimppuun tammikuussa 1995 tarjosi paljon aineksia lehdistölle, kun jalkapallokatsomoiden todellisuuteen kuulunut muukalaisviha nousi pintaan. Urheiluvälinevalmistaja Nike käynnisti rasismivastainen kampanjan, jonka yhtenä kärkinimenä oli Cantona.

Monista valioliigapelaajista tuli 1990-luvulla rocktähtien tapaisia julkiksia. Murdochin lehti-imperiumi hyödynsi surutta erilaisia kohuja. Aiheita riitti siirtosummista seura- ja piirijuoriin. Pelaajat juhlivat paljon kauniiden pohtähtien ja mallien kanssa. Useista Valioliigan pelaajista tuli miehille suunnattujen elämäntapalehtien kansikuvamalleja ja jutukohteita. Tunnetuimmaksi trendikasvoksi nousi **David Beckham**, joka omistaa osan dokumentin tuot-

taneesta tuotantoyhtiöstä, mikä ei onneksi juurikaan näy dokumentin sisällössä. Beckham sai 1990-luvulla rinnalleen huippusuositun Spice Girlsin jäsenen **Victoria Adamsin**. Pari avioitui vuonna 1999 ja ”Posh Spice” otti miehensä sukunimen. Hyperjulkispari oli syntynyt.

Pelaajien tulot kohosivat nopeasti Valioliigan ensimmäisellä vuosikymmenellä. Kaikki eivät kyenneet käyttämään järkevästi nopeasti kasvaneita palkkarojoja. ManU:n lupaava **Keith Gillispie** joutui siirtymään Newcastleen, kun Alex Ferguson halusi **Andy Colen** joukkueeseensa. Ura kääntyi pian laskuun ja paha peliriippuvuus jyrkensi syöksykierrettä. Rahaa tuli paljon, mutta sitä paloi vielä paljon enemmän.

Myös urheilullinen kilpailu koveni. Englantilaisten omat opit eivät enää taanneet menestystä. Ranskalainen **Arsene Wenger** toi Arsenaliin uusia harjoittelumenetelmiä ja mulisti pelaajien juoma- ja ruokavalion. Pelaajat olivat tottuneet kittaamaan olutta viikolla. Wenger pani homman kuriin Arsenalissa. Muut seurat joutuivat seuraamaan esimerkkiä, kun Arsenal alkoi menestyä.

Valioliigan tarina antaa hyvän yleiskuvan markkinoiden, median ja urheilun sulautumisesta. Valioliigan 1990-luku oli kuitenkin vasta esimakua tulevasta. Teräsmiljonäärien rahoilla ei enää ole pystynyt 2000-luvulla valioliigajoukkueita pyrittämään, kun miljardöörit maailman eri kulmilta ovat ostaneet seuran toisensa jälkeen.

JOUKO KOKKONEN

Elokuva

Lätkäjannun kiirastuli

Laitapuolen hyökkääjä.

Ohjaus: Aleks Mäkelä. Käsikirjoitus: Mikko Kouki & Petja Lähde. Kuvaus: Pini Hellstedt. Pääosissa: Severi Saarinen, Katariina Havukainen, Jorma Tommila. Solar Films 2022. 98 minuuttia.

LAITAPUOLEN HYÖKKÄÄJÄ ei ole urheiluelokuva, vaan vapaasti jääkiekkoilija Marko ”Jarna” Jantusen elämään perustuva elokuva. Kehyskertomuksena toimii kuvitteellinen vuorokausi, jonka aikana Jantusella on aikaa kerätä 10 000 euroa kovaotteisille



huumevelkojen perijöille. Kellon tikittäessä päähenkilön mieleen palautuu asioita elämän ja kiekouran varrelta. Kiekkoilijan yhä nopeampaa luisua kuvaavat takaumat toimivat hyvin.

Entisen jääkiekkoilijan elokuvassa muovikasseissa myytäväksi raahaamat palkinnot kertovat, että unelmat urheilijana toteutuvat lähes kokonaan. Jantunen menestyi sekä SM-liigassa että Ruotsin Elitserienissä. NHL-jäitän hän pääsi kokeilemaan kolmen ottelun verran. Ura Calgaryssä ei lähtenyt liitoon ja farmijoukkue kutsui. Maajoukkueessa Jantusen saavutukset jäivät laihoiksi.

Tähtipelaajien palkat lähtivät jääkiekossa Jantusen uran aikana nousuun. Hyväpalkkainen kiekkoilija eli pintapuolisen makeaa elämää. Alkoholin käyttömäärät kasvoivat ja vähitellen kuvaan tulivat huumeet. Jantunen sai potkut Jokereista kaudella 2005–2006. Hänen uransa päättyi kolmeen kauteen Lahden Pelicansissa.

Jantunen pelasi humalassa ja krapulassa. Uran jälkeen amfetamiinienokset, suun kautta käytetyt ”pommit”, pitävät miehen liikkeessä. Alamaiki oli lukuisten lahtelaisten tiedossa, mutta paikallisjulkiksen pudotus jatkui. Pohjalle vajottuaan Jantunen aloitti päihitteettömän elämän vuonna 2015.

Kerronta etenee sujuvasti ja pääosin uskottavaksi. Narkkarikaverin ryöstö leikkipistoolilla on elokuvan heikoin kohta, eikä tavoiteltu musta huumori toimi. Itse tarina on ahdistava ja tekee katsojan olon toistuvasti epämukavaksi. Muutamat jääkiekko-kohtaukset ovat vaatimattomia, mikä ei häiritse, sillä niiden osuus kokonaisuudesta on pieni.

Severi Salminen näyttlee väkevästi pääroolissa. Hän näyttää nar-

komaanilta eleiltään ja olemukseltaan. Roolia varten Saarinen pudotti painoaan lähes 20 kiloa. Kati-vaimo näyttelä onnistuneesti **Katriina Havukainen**. Puoliso ei halua suostua pelkän lätkävaimon rooliin. Hän kantaa huolta miehensä lisäantyneesta juomisesta. Mies saa lähteä, vaikka sitä ei suoraan elokuvassa näytetäkään.

Elokuva poikkeaa merkittävästi **Jere Karalahden** edesottamuksista kertovasta myös Solar Filmsin tuottamasta dokumentista, jossa päällimmäiseksi jää äijä-Jere. Vaikka *Laitapuolen hyökkääjä* on osin fiktio, niin se on sisällöllisesti uskottavampi. Elokuva ei anna valheellisen ruusuista kuvaa päihderiippuvaisen elämästä tai maalaile rentturomantiikkaa.

Harmittavan pieni joukko on nähnyt *Laitapuolen hyökkääjän*. Elokuun viimeisenä viikonloppuna ensi-iltansa saanut elokuva keräsi ensimmäisen esitysviikon aikana 6 000 katsojaa. Iltapäivänäytöksessä Itiksessä oli 30. elokuuta kolme muuta katsojaa, jotka kaikki olivat ulkokuoreltaan elämän silmin nähden kolhimia.

JOUKO KOKKONEN

VASTINE

Kirjasta ja sen ulkopuolelta

EHDIN ILAHTUA HUOMATTUANI, että *Lii-kunta & Tiede* -lehti (3/2022) oli antanut tietokirjailijavuosiensa pääteoksen *Lauri Pihkala – koko kansan Tahko* (Docendo 2022) arvostelulle runsaasti tilaa. Arvostelijaksi valittiin Erkki Vettenniemi oli kuitenkin keskittynyt kriitikkissään esittelemään sellaisia omia näkemyksiään, joita yli 300-sivuisessa kirjassa olisi vielä pitänyt käsitellä. Kirjan varsinaisen arvioimisen hän jätti vähemmälle.

Erkki antaa väärän todistuksen siitä, että kirja olisi tehty kiireessä. Häntä tuntuu häiritsevän tuottelaisuuteni, mutta hän ei voi tietää kuinka monta vuotta olen jokaista kirjaani kirjoittanut.

Jotta kritiikki olisi edes jollain tavalla kohdistunut tähän teokseen, hän julisti olevansa samaa mieltä viimeisestä virkkeestäni, että Tahkossa riittää tutkittavaa vastakin. Voimekin jäädä odottamaan Erkin kirjaa, jossa hän vastaa itse keksimiinsä ”olennaisiin” kysymyksiin.

Koska kritiikki kohdistuu enemmän kirjoittajaan kuin kirjaan, voinen muutamalla rivillä esitellä Suomen urheilun merkittävimmistä kehittäjistä kertovan teoksen rakennetta sekä ainutlaatuisista lähde- ja kuvamateriaali. Erkin arvio nonsaleeraa täydellisesti nämä kirjan arvokkaimmat asiat.

Jaan kirjan leipätekstin neljään osaan. Alussa kerron tavallaan esilukuna, kuinka Tahko Pihkala kehitti pesäpallon kansallispeliksi. Jos kirjan lukija ihmettelee tätä rakenteellista ratkaisua, vastaus tulee heti seuraavilla sivuilla.

Aikaisemmin Tahko on kirjallisuudessa esitelty Pihtiputaan pap-

pilan nuorimpana vesana. Minä tuon hänet esille kuitenkin uudesta näkökulmasta. Hänen isänsä ja setänsä olivat valtiopäivämiehiä. Kansakunnan rakentamisen ajatus periytyi Tahkolle tästä asetelmasta.

Tämän jälkeen oli luonteva esitellä (Osa I, ”Kaikki peliin isänmaan puolesta”), kuinka Tahko teki töitä suomalaiskansallisessa hengessä aivan kuten Sibelius musiikissa tai Gallén-Kallela kuvataiteessa. Tarvittiin kansallispeli, ja tarvittiin itsenäinen Suomi. Ja seuraavaksi piti jo varautua saavutetun itsenäisyyden puolustamiseen. Lisäksi Tahko teki näkyväksi sosialidemokraattien vasemmistosiiven pyrkimyksen Suomen armeijan alasajoon.

Suojeluskuntien urheiluohjelmaa Tahko kehitti suurten massojen liikuttamisen näkökulmasta. Ja toisaalta hän oli ensimmäisenä kehittämässä myös poikaurheilua.

Tahko oli ennätyskellisen tuotteilias toimittaja, jonka aivot kehittivät kaiken aikaa uusia ideoita. Sen vuoksi tarkastelen erikseen hänen luovuutensa hedelmiä, satoja lehtiartikkeleita ja keksintöjä kirjan keskimäisessä osassa (Osa II, ”Toimittaja ja keksijä”). Erkkikin olisi voinut antaa tunnustusta sille, että nostan Tahkon ansiot esiin Yleisradion urheilulähetysten pioneerinä ja kehittäjänä. Hän oivalsi monimediatoiminnan mahdollisuudet paljon ennen muita.

Käsittelen kirjan lopussa muun muassa Tahkon monipuolista työtä kansanterveyden hyväksi (Osa III, ”Kaikki peliin terveyden puolesta”). Teen myös ensimmäisen kerran näkyväksi, kuinka tärkeä kanava *Suomen Kuvalehti* oli Tahkolle. Hiihdon innovaatiot hiihtoloma, Suomen Latu -järjestö ja laturetket toteutuivat hyvässä yhteistyössä lehden kanssa. Kirjoitin tästä aiemmin huomiotta jääneestä seikasta artikkelin myös *Suomen Kuvalehteen* 23/2022.

Toisin kuin Erkki kirjoittaa ”neuvostoyhtävyyden vuosista”, Tahko oli loppuun saakka Suomen ulkopoliittisen linjan ja sen takuumiehen presidentti Urho Kekkosen kriitikko. Suomen ulkopoliittinen linja perustui luottamukseen, mutta sitä Tahkolla ei Neuvostoliiton suhteen ollut.

Olen pahoillani niiden asiantuntijoiden puolesta, joita Erkki kutsuu varsinaisen tekstin sanomaa toistaviksi ”muistelijoiksi”. Kirjoittajat ovat arvostettuja tutkijoita tai sitten vanhempia henkilöitä, joilla on ollut poikkeuksellinen suhde Tahkon kanssa. He ovat kirjoittaneet tekstinsä itsenäisesti, ja jokaisella on oma arvokas näkökulmansa.

Kirjan kuvamateriaali on pääosin aiemmin julkaisematonta. Hyvä yhteistyö Jyväskylän yliopiston Tiedemuseon kanssa antoi mahdollisuuden käyttää kirjassa Lauri Pihkalan oman kuvakokoelman valokuvia, joka on vasta osittain digitoitu.

Kirjassa esitelty Pihkalan kirjallinen tuotanto perustuu liikuntaneuvos Arto Pasasen yli 3 000 nidettä käsittävään kirjakokoelmaan, jonka hän on lahjoittanut Suomen urheilupuiston yhteydessä toimivalle Haaga-Helian kirjastolle. Tässä yhteydessä sain Pasaselta lisäksi muutamia uusia lähteitä, joita hän ei vielä ollut Vierumäen kokoelmaan toimittanut. Kokoelman todellinen arvo tullaan ymmärtämään vasta vuosien päästä.

Kun olin aivan kirjan loppumetreillä, tapahtui suoranainen ihme. Sain käyttööni pähvilaitteellisen Lauri ja Rauna Pihkalan yksityistä kirjeenvaihtoa. Siinä vaiheessa oli kaksi vaihtoehtoa, kirjoittaa kirja kokonaan uusiksi, tai perehtyä rauhassa aineistoon mahdollista uutta kirjaa varten. Valitsin jälkimmäisen vaihtoehtoon.

KALLE VIRTAPOHJA

FT, LiTM, tietokirjailija, toimittaja

Münchenin kisojen jälkikaikuja

Eino Heikkinen kertoi Stadionissa 4/1972 Münchenin olympiakisojen alla järjestetyistä ”tieteen olympialaisista”. *Sport in unserer Welt – Chancen und Probleme* -konferenssiin osallistui yli tuhat tutkijaa, liikunnanopettajaa, valmentajaa ja urheilujohtajaa. Suomalaisia oli paikalla kymmenkunta. Heikkinen pohti suurkonferenssia merkitystä tieteen kannalta.

”Tämänlaatuisissa kongresseissa käydessään tulee pakostakin ajatelleeksi, miksi niitä järjestetään. Kumpi on tärkeämpi, informaation vaihto vai matkailu? Monia muita mammuttikonferensseja on jo pitkään syytetty tieteellisestä turismista. Vaikka konferenssi olikin fyysisesti koossa, oli se tutkimusaloittain pirstoutunut ja mielenkiintoiset esitelmät vaikeasti löydettävissä.”

Urheilututkimuksen tila ei ollut Heikkisen mukaan konferenssin perusteella kehuttava. Hänestä näytti siltä, ettei ala houkuttellut päteviä ja eteenpäinpyrkiviä tutkijoita. Olympia-ideologiaa kritisoivat puheenvuorot eivät juurikaan päässeet esille virallisessa ohjelmassa, vaikka käytäväkeskusteluissa niitä kuultiin paljon. Tyytymättömät opiskelijat laativatkin monisteen, jossa he syyttivät konferenssia *”huonosta organisaatiosta, spontaanisuuden puutteesta, gigantismuksesta, keskustelun tukahduttamisesta ja todellisten ongelmien peittämisestä”*.

Kimmo Aaltonen ja **Rauno Pajunen** kysyivät *Mitä tapahtuikaan Münchenissä?* He tarkastelivat olympiakisoja maailmanpolitiikan osana ja julkisten tiedotusvälineiden kommentoinnin kautta. Palestiinalaisterroristien Israelin joukueen majapaikkaan tekemä isku sai Aaltoselta ja Pajuselta osakseen ymmärrystä, vaikka he tuomitsivat itse teon.

”Musta Syyskuu -sissijärjestön järjestämä välikohtaus oli järkyttävä ja se on myös tuomittava teko. Mutta minkälaista tekohurskautta tapahtuma herättikään eri puolilla maailmaa? USA:n presidentti Richard Nixon ehätti ensimmäisten joukossa lausumaan voimakkaan inhonsa tapahtuman johdosta. Samaan aikaan murhataan Vietnamissa ihmisiä moninkertainen määrä amerikkalaisten toimesta. Israelin kostolennoista, joiden seurauksena moninkertainen määrä arabeja sai surmansa Münchenin uhrien määrään, tuli maailman silmissä lähes hyväksytyjä.”

Suomalaiselostajia kirjoittajat moittivat puolueellisuudesta. **Ilmo Lounasheimo** kallistui käsitelleessään Saksan liittotasavaltaa ja Saksan demokraattisen tasavaltaa sekä Pohjois- ja Etelä-Korea Aaltosen ja Pajusen mielestä länteen. **Pentti Salmen** *”selostus Neuvostoliiton ja USA:n välisestä koripallo-ottelusta hakee vertaistaan Neuvostoliiton vastaisuudessaan”*.

Urheilun taloutta Stadion käsitteli **Heikki Klemolan**, **Jorma Viitasen**, **Pertti Mustosen** ja **Joel Jupin** keskustelun pohjalta. Valtio, kunnat ja yhteisöt käyttivät liikuntaan 380 miljoonaa markkaa (530 M€). Valtion liikuntabudjetin osuus tästä oli 40 miljoonaa ja vapaaehtoistyön 100 miljoonaa.

Yksityisten ihmisten liikuntaan käyttämä summa oli 180 miljoonaa markkaa (251 M€). Loton tuominen Veikkauksen pelivalikoimaan vuonna 1971 oli kasvattanut nopeasti yhtiön tuottoja.

”Kun tuli selville, että loton myötä tulevat valtionavustukset nousemaan, olivat järjestöt sormi suussa. Niillä ei ollut selviä suunnitelmia, mihin lisääntyviä varoja käytettäisiin. Suunnitelmat kulkivat silloin väärin päin. Arvioitiin ensin, kuinka paljon on mahdollisuus saada rahaa ja vasta sitten katsottiin, mitä tällä rahalla voisi tehdä.”

Yhteenvedon laatineen **Jussi Viljasen** mukaan keskustelussa tuli esille huippu-urheilun ja kuntoliikunnan välinen kilpailu rahanjaossa. Poliittisesti kyse oli siitä, miten urheilun rahavirrat saadaan kääntymään paremmin koko kansan tarpeita vastaaviksi. Kilpaurheilun tarpeita keskustelijat eivät sinänsä kyseenalaistaneet. Oleellista oli myös pohtia, ketä liikuntaan sijoitetut varat hyödyttivät.

”Voidaan myös olettaa, että suuri osa niistä varoista, joita julkisen vallan toimesta liikuntaan sijoitetaan ja joiden tarkoituksena on palvella tavallista ihmistä, palveleekin sellaisia ihmisiä, joilla ennestäänkin on parhaimmat liikunnan harrastusmahdollisuudet.”

Pohdinnan lähtökohtana olleisiin urheilun talouslukuihin eivät sisällyneet pyörä- ja jalankulkuteiden ja virkistysalueiden rakentamiskulut. Keskustelijat korostivat, että *”kuitenkin juuri niillä luodaan sellaisia liikuntaedellytyksiä, jotka ovat nykypäivänä erittäin tärkeitä”*.

JOUKO KOKKONEN

⇒ *Sport in unserer Welt – Chancen und Probleme* -konferenssin esitelmät. <https://link.springer.com/content/pdf/bfm%3A978-3-662-13018-6%2F1.pdf>



Pirkan holkän lähtötungosta vuonna 1971. Juoksijoiden ylivoimainen enemmistö oli miehiä. Kuva: Reijo Palmu/Museokeskus Vapriikki

Liikunta & Tiede julkaisee vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita painettuna ja verkkosivuilla, joilla ovat luettavissa kaikki artikkelit vuodesta 2008.

Käsitteitä otetaan arviointiprosessiin kaksi kertaa vuodessa. Seuraavat jättöajat ovat 30.9.2022 ja 31.3.2023. Kirjoitusohjeet ja arviointiprosessin kuvaus ovat luettavissa osoitteessa www.lts.fi.

Käsitteiden arvioinnista vastaa toimitusryhmä, johon kuuluvat Sanna Palomäki (puheenjohtaja), Katja Borodulin, Hannu Itkonen, Jari Kanerva, Kari L. Keskinen, Jouko Kokkonen (toimittaja), Tiina Kujala ja Kati Lehtonen.

LIIKUNTA & TIEDE: VERTAISARVIOINTIPROSESSIN PÄÄPIIRTEET

Liikunta & Tiede -lehden tutkimusartikkelien toimitusryhmä tutustuu tarjottuun käsitteeseen. Ryhmä voi hylätä tekstin, pyytää muutoksia ennen lähettämistä arviointiprosessiin tai aloittaa arviointiprosessin.

Liikunta & Tiede käyttää kahta arviointiryhmää. Sähköpostikutsussa määritellään lausunnon luonne ja arviointiaikataulu. Liitteenä seuraa käsitteeseen tiivistelmä. Tehtävään suostuva arviointiryhmä saa koko artikkelitekstin ja arviointilomakkeet. Toinen arviointiryhmä pyydetään yleensä käsitteeseen liittyvältä liikuntatieteen alalta ja toinen emoteieteestä. Asiantuntija saa arviointivakseen nimettömän käsitteeseen. Jos hän tunnistaa kirjoittajan, tästä on kerrottava toimittajalle. Jos asiantuntijalla on ilmeinen eturistiriita käsitteeseen sisällön ja/tai kirjoittajan kanssa tai sidonnaisuuksia kirjoittajaan, hänen tulee kieltäytyä arvioinnista.

Lausunnot antavat toimitusryhmälle asiantuntijanäkemysten tarjottuun käsitteeseen julkaisukelpoisuudesta. Niiden odotetaan myös auttavan kirjoittajaa jatkotyöstössä. Tekstiä voi esittää julkaisutavaksi sellaisenaan, pienin muutoksin, huomattavien muutoksin tai hylättäväksi. Kirjoittaja saa lausunnon käyttöönsä.

Asiantuntijalausunto kirjoitetaan asiallisesti, kannustavasti ja perustellen. Toimitusryhmän sihteeri pehmentää tarvittaessa loukkaavan sävyistä lausuntoa tai poistaa arviointiryhmän paljastavia yksityiskohtia. Hyvä arvio ottaa kantaa siihen, tuottaako käsitteeseen uutta tietoa, ja tuntee kirjoittaja riittävästi aihepiirinsä tutkimusta. Arviointiryhmä odottaa kertovan myös, miten metodologiset ratkaisut toimi-

vat. Oleellista on lausua, toimiiko teksti rakenteellisesti, ja täyttyykö johdannossa luvattu.

Jos asiantuntija pitää käsitteeseen lähteitä tai niiden käyttöä puutteellisenä, hänen odotetaan nimeävän artikkeleita oleellisesti täydentävä kirjallisuus ja uudet lähteet. Jos käsitteeseen on vahvasti päällekkäinen aiemmin julkaistun aineiston kanssa, tästä on ilmoitettava toimitusryhmälle. Myös plagiarismiepäily sekä sitaattien tai lähteiden merkinnän puutteet on kerrottava.

Toimitusryhmä laatii lausuntoyhteenvedon, jossa se ottaa esille tärkeimmät korjaustarpeet. Kirjoittaja vastaa omassa launnossaan, miten hän on reagoinut palautteeseen. Kaikkia muutoksia ei ole tarpeen tehdä, mutta ratkaisut on perusteltava. Kirjoittajan lausunto ja muokattu käsitteeseen lähetetään arviointiryhmälle, joka ottaa kantaa tekstin julkaisukelpoisuuteen. Lopullisen julkaisupäätöksen tekee toimitusryhmä.

Kirjoittaja pidetään ajan tasalla käsitteeseen liittyvästä. Hän saa tiedon artikkelin vastaanottamisesta toimitukseen, arvioinnin aloittamisesta, arviointilausunnoista ja julkaisupäätöksestä. Toimittaja lähettää kirjoittajalle taittoa edeltävät viimeistelyohjeet. Kirjoittaja saa vedoksen luettavakseen ennen painamista. Valmis artikkeli ilmestyy Liikunta & Tiede -lehdessä ja pdf-muodossa LTS:n verkkosivuilla.

Vertaisarviointiprosessi kokonaisuudessaan: www.lts.fi/liikunta-tiede/vertaisarvioidut-tutkimusartikkelit/vertaisarviointiprosessi.html

"TÄLLÄ HETKELLÄ JALKAPALLOLLA EI OLE MITÄÄN MERKITYSTÄ": QATARIN JALKAPALLON MM-KISAT 2022 MALLIESIMERKKINÄ URHEILUN KUVANÄYTÖKSELLISYYDEN VOIMASTA

Sami Kolamo YTT, FM Tampereen yliopisto/viestintätieteet. Kalevantie 4, 33100 Tampere. P. 0294 5211 (vaihe) Sähköposti: sami.kolamo@tuni.fi (yhteyshenkilö). Ilkka Levä, FT, Turun yliopisto.

TIIVISTELMÄ

Kolamo, S., Levä, I. 2022. "Tällä hetkellä jalkapallolla ei ole mitään merkitystä": Qatarin jalkapallon mm-kisat 2022 malliesimerkkinä urheilun kuvanäytöksellisyiden voimasta. *Liikunta & Tiede* 59 (4), 80–90.

Artikkelissamme tarkastelemme Qatarin jalkapallon MM-kisapektaakkelin tuotantokoneiston toimintaa totaalisenä kuvanäytöksellisyytenä. Kuvanäytöksellisyyden käsite toimii analyyttisenä työkaluna, jonka avulla hahmotamme tuotantokoneiston tapoja hallita medianäkyvyyttä ja huomion suuntaamista niin media- kuin kaupunkitiloissakin. Näkökulmamme teoreettisfilosofisena viitekehystenä toimii Jonathan Bellerin elokuvallisen tuotantomuodon teoria, jonka tulkitsemme urheilukontekstissamme osaksi affektiivisen nykykapitalismin toimintalogiikkaa. Taustoitamme Qatarin MM-kisojen analyysia historiallisella katsauksella jalkapallon megatapahtumille tyyppillisestä tapahtumaformaattista.

Kuvanäytöksellisyyden ja tunteita puhuttelevan huomiota-louden tärkeimpänä mediateknologiana on perinteisesti toiminut televisio vakiintuneine dramaturgisine käytäntöineen. Sen rinnalle ovat nousseet muut medialaitteet ja erityisesti sosiaalinen media on saavuttanut keskeisen aseman tapahtumien välittäjänä. Tämä on muuttanut katsojien subjektiviteetteja kulluttajista aktiivisiksi sisällöntuottajiksi, josta palkinnoksi he saavat viihtymistä ja nautintoa. Samalla he uusintavat valitsevaa kuvanäytöksellisyyttä Fifan haluamalla tavalla, sillä Fifa ohjaa kaikkea toimintaa taustalta tiukoilla vaatimuksiltaan kisaisännälle.

Kuvaamme aluksi esimerkin avulla television kykyä vaikuttaa empatian tunteisiimme: vertaamme Christian Eriksenin EM-kisoissa saamaa huomiota ja empatiaa Qatarin MM-kisojen rakennustyöläisiin, jotka ovat kärsineet samanlaisista sydänongelmista. Lopuksi pohdimme empatiaa jalkapallospektaakkelin tuotantokoneiston tunneresurssina ja kysymme, millaisin toimenpitein empatia rakennustyöläisiä kohtaan sammutetaan ja miten ongelmaa tulisi lähestyä. Aineistomme perustuu viiden päivän mittaiseen etnografiseen osallistuvaan havainnointiin Qatarissa ja erilaisiin aiheita koskeviin mediateksteihin.

Asiasanat: jalkapallo, Qatar, mediatutkimus, media, kuvanäytöksellisyys

ABSTRACT

Kolamo, S., Levä, I. 2022. "At the moment, football is of no importance": Qatar 2022 fifa world cup as an example of the cinematic mode of production and desired attention-seeking. *Liikunta & Tiede* 59 (4), 80–90.

This paper discusses the machinic production of the Qatar World Cup event 2022 as a total visual spectacle from the point of view of those in power, Fifa and its close allies, host and sponsors. The concept of visual spectacle serves as an analytical tool to outline how the production machinery manages media visibility and attention economy in both media and urban spaces. The theoretical-philosophical framework of our approach is the theory of the cinematic mode of production from Jonathan Beller, which we interpret in our sports context as part of the functional logic of affective contemporary capitalism. Our analysis of the Qatar World Cup begins with a historical overview of the event format typical of football mega-events.

The main media technology for the spectacle of the visual and emotional attention economy has traditionally been television with its established dramaturgical practices. It has been joined by other media and, in particular, social media have taken on a central role as a vehicle for simulating the events. It has transformed viewers' subjectivities from consumers to active content producers, rewarded with entertainment and enjoyment. At the same time, they reproduce the prevailing image of the spectacle in the way Fifa wants, as Fifa controls all the action from behind the scenes with its strict demands on the host in the bid book.

To begin with, we will use an example to illustrate the power of television to influence our feelings of empathy: we will compare the attention and empathy Christian Eriksen received at the European Championship with the construction workers at the Qatar World Cup who suffered from similar heart problems. Finally, we consider empathy as an emotional resource of the football spectacle production machinery and ask what measures are needed to extinguish empathy towards construction workers and how the problem should be approached. Our data are based on five days of ethnographic participant observation in Qatar and various media texts on the topic.

Keywords: football, Qatar, media, cinematic

JOHDANTO

”Koko tätä stadionia, näitä Tanskan pelaajia, Suomen pelaajia, kaikkia tv-katsojia [kiinnostaa] ainoastaan se, [kuinka] Christian Eriksen tästä selviää.”

Näin kommentoi Ylen asiantuntija Erkki V. Lehtola Christian Eriksenin, Tanskan jalkapallomaajoukkueen tähtipelaajan tuupertumista Kööpenhaminan Parkenin viheriölle kesken Tanskan ja Suomen EM-kisaottelua kesäkuussa 2021. Selostaja Matti Härkösen mukaan yhtäkkiä ”veitsellä leikaten” syntynyt tilanne oli ”karkea”, ”epätodellinen”, ”pelottava”, ”hämmäntävä” ja ”järkyttävä”. Eritellessään sydänkohtauksen luomaa tunnelmaa selostaja, studioisäntä ja asiantuntijat käyttivät eniten käsitettä ”shokki”. Ylen toimittajien arviota traumaattisen psyykkisen kriisin ensimmäisestä vaiheesta vahvistivat tv-kameroiden poimimat kuvat järkyttyneistä ja itkevistä pelaajista sekä surullisin, hämmäntyneen huolestunein katsein tapahtumia seuraavista faneista.

Yleensä urheiluspektaakkeleissa ja niiden tuotannossa tällaiset kärsimysnäytelmät pysyvät käsikirjoituksen, läpeensä ohjeistetun kameraohjauksen ja ennakkoon suunnitellun mediajulkisuuden hallinnan avulla näkymättömissä. Eriksenin kohdalla tv-ohjaaja näytti hetken aikaa toimineen ilman ohjeistusta – joidenkin kriitikkojen mielestä jopa liian tunkeilevasti ja tilanteen huonosti arvioiden. Kuten Erkki V. Lehtola huolestuneena huudahti: ”nyt painetaan siäl [rintakehää], ei vitsi, nyt pois, pois kamerat täältä!” Jonkin ajan kuluttua tästä Matti Härkönen ääni väristen totesi: ”tällä hetkellä jalkapallolla ei ole mitään merkitystä, ei mitään merkitystä.”

Tämä äkillinen ja odottamaton halkeama muuten etukäteen suunnitellusti etenevässä ja tarkasti ohjatussa kuvavirrassa avaa näkymän paitsi jalkapallo-ottelun kykyyn puhutella monin eri tavoin osallistujien tunteita myös niihin vallankäytön mekanismeihin, jotka vaikuttavat kuvien välittämisen taustalla – etenkin kun Eriksenin saamaa huomiota verrataan Qatarin MM-kisojen rakentamiseen liittyvään mediaviestintään.¹ Asiantuntija-arvioiden mukaan MM-turnauksen käynnistytessä marraskuussa 2022 rakennustyöläisiä on ehtinyt kuolla yhteensä jopa yli 6500 (*Guardian* 23.2.2021). Monien elämä on päättynyt ja tulee päättymään samankaltaisten sydänongelmien vuoksi kuin Eriksenillä. Mutta toisin kuin Eriksenin, rakennustyöläisiä ei ole missään vaiheessa ollut pelastamassa ripeä lääkäntähenkilöstön toiminta. He eivät esiinny tv-kameroille tai anna lausuntoja erityisissä haastattelupisteissä. Heidät on rajattu tapahtumaformaattia valvovan tuotantokoneiston kuvavirran ulkopuolelle muutamaa lavastettua poikkeusta lukuun ottamatta.

Artikkelissamme mediatapaus-Eriksen ymmärretään yhteiskunnallisesti merkitykselliseksi murtumaksi kaavamaisessa tv-dramaturgiassa. Jalkapallon megatapahtumissa reaaliaikainen jalkapallolähetyksen tärkeä osa tuotantokoneistoa, jonka MM-kisoissa muodostavat Fifa, kisaisäntä ja niiden läheiset liittolaiset. Puhumme murtumista dramaturgiassa, sillä erittelemme Qatarin jalkapallon MM-kisoja elokuvallisen tuotantomuodon (*cinematic mode of production*) viitekehityksessä.

¹ Jalkapallon EM-kisat ovat Fifaan kuuluvan maanosaliitto Uefan organisoima megatapahtuma, jonka tuotanto televisiointiteknologian ja keskeisten tapahtumapaikkojen ehostamiseen ovat pääpiirteittäin samat kuin MM-kisoissa. Lähestymme vuoden 2020 EM-kisaotteluita (jotka koronapandemian takia järjestettiin kesällä 2021) ja MM-kisapaikkojen rakentamista globaalien jalkapallotalouden samanaikaisina tiloina (Massey 1991, 24–27), joita läpäisevät monen tyyppiset yhteiskunnalliset riippuvuus- ja valtasuhteet, kuten nykykapitalismin työjaon eriarvoistavat piirteet. Globaalien jalkapallotalouden huipulla ovat ylipalkatut tähtipelaajat. Pohjimmaisena, yleensä kameroiden ulottumattomissa ovat kisapaikkoja rakentavat köyhät työläiset, jotka mainitaan ainoastaan juhlapuheissa.

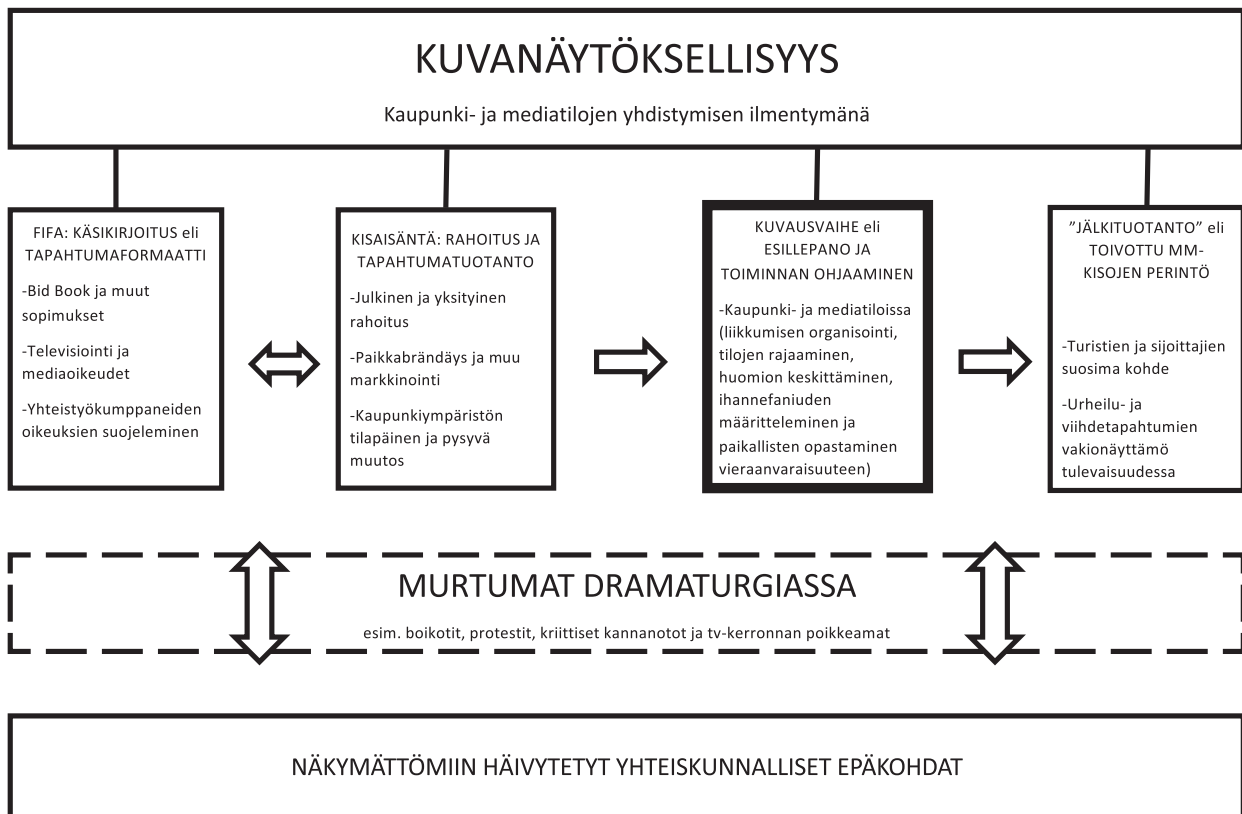
Sovellamme tätä Jonathan Bellerin (2006) rakentamaa teoriaa käyttämällä luomaamme kuvanäytöksellisyyden käsitettä (ks. kuvio 1). Bellerin mukaan (2006) tieto- ja informaatioteknologian mukautuvuus ja kyky tunkeutua kaikkialle eri elämän osa-alueille ohjaa ruumiillisten subjektiviteettien rakentumisen tapoja, sillä tuotantovoimien omistajilla on viimekätinen valta määrittellä puheavaruuksia, yhteiskunnallisen ajattelun suuntia sekä täten myös inhimillistä käyttäytymistä.

Beller puhuu ”koneellisesta orjuutuksesta”, jossa pääomalle tuotetaan alati lisäarvoa ilman maksettua työtä. Katsojasta ja laitteiden käyttäjästä tulee fyysisistä sijaintipaikoistaan irrotettujen ”tehtaiden” ympärivuorokautisesti valmiudessa olevia työläisiä, jotka saavat ”työstään” palkaksi viihtymistä ja nautintoa (ks. myös Levä 2021.) Elokuvallisen tuotantomuodon omaksunut kapitalismi toimii monimutkaisina yhteen kytkeytyvinä prosesseina, joissa logistiikka, kaupunki- ja mediatilat, urheilu- ja muu viihdeteollisuus sekä ihmisten tavat havaita ja tuntea liittyvät yhteen itseensä sulkeutuvaksi semioottiseksi systeemiksi – osin samaan tapaan kuin Guy Debordin (2005) tavoissa ajatella yhteiskuntaelämää spektaakkelina, jossa kuvat ryhtyvät välittämään ihmisten välisiä suhteita. Ymmärrämme urheilun mediaspektaakkelit globaalien (jalkapallo)talouden kanssa yhteen kietoutuvaksi yhteiskunnalliseksi matriisiksi, joka vaikuttaa voimakkaasti jokapäiväiseen elämään etenkin kisakaupungeissa, mutta myös muualla maailmassa sopimusten ja erilaisten yhteistyön muotojen sekä lähes kaikkialle leviittäytyvien kuvien kautta. Nämä kuvat vaikuttavat fanien ruumiillisuuden ilmenemistapoihin eli subjektiviteetteihin.

Korostettakoon, että vaikka puhumme faneista ja heidän subjektiviteeteistaan, emme tutki vastaanottoa eli yksilöiden (katsojien, fanien, turistien) omia kokemuksia mediaesityksistä, muokatuista ja uudelleen rakennetuista kaupunkitiloista sekä tunnelmasta ja kanssakulkijoista. Tutkimme ihmisten osallistumista ja jalkapallon MM-kisatapahtuman organisointia ja esillepanoa suhteessa tuotteen omistajan Fifan ja toimiluvansaajan (*franchisees*) eli kisaisännän sekä niiden läheisten yhteistyökumppaneiden intresseihin. Katsojat, mukaan lukien vieraanvaraisiksi koulutetut paikalliset ihmiset, ovat yksi osa tapahtumaformaattia ja kuvanäytöksellisyyttä. Katsojien rinnalla keskeisessä roolissa ovat kisastadionit ja muu MM-kisoja varten rakennettu ympäristö. Dramaturgiassa ilmaantuvien murtumien ja säröjen avulla voi päästä käsiksi tapahtumaa rajoittaviin ehtoihin ja harmoniseksi silotellun julkisivun takaisiin ristiriitoihin.

Artikkelimme tukeutuu urheilun megatapahtumien tutkimusperinteeseen etenkin niiden tekstien osalta, joissa korostuu mediavälitteisyys, mielikuvamarkkinointi ja huomio- sekä bränditalous (ks. Roche 2000; Horne & Manzenreiter 2006; Klausner 2011; Zimbalist 2015). Toisin kuin useimmissa muissa tutkimuksissa näkökulmassamme media- ja kaupunkiympäristöt kietoutuvat erottamattomasti toisiinsa. Qatar on MM-kisaisäntänä poikkeuksellinen jo pelkästään kokonsa ja jalkapallokulttuurin ohuuden vuoksi. Qatarista on myös kritisoitu lukuisista yhteiskunnallisista epäkohdista, kuten naisten ja sukupuoli- sekä seksuaalivähemmistöjen surkeasta asemasta ja siirtotyöläisten epäinhimillisistä olosuhteista sekä brutaalista kohtelemisesta. Qatarin valtion johto ja kisaorganisaatio onkin pyrkinyt hyvin laskelmoivasti suuntaamaan huomiota toisaalle ja vaimentamaan kritiikkiä antamalla osin jopa virheellistä tietoa asioista.

Näkökulmamme perustuu paitsi aiempiin tutkimuksiimme jalkapallon MM-kisoista (esim. Kolamo 2014; Kolamo 2019) myös ennen muuta viiden päivän mittaiseen etnografiseen



Kuvio 1. Tutkimusasetelma: Jalkapallon MM-kisat elokuvallisenä tuotantomuotona. Kuviossa lihavoituna tuotantovaihe, johon osallistuva havainnointimme kohdistui. Artikkelissamme kohteena tosin oli Qatarissa marras-joulukuussa 2021 järjestetty Fifa Arab Cup, jonka tuottamisen tavat simuloivat jalkapallon MM-kisoja.

osallistuvaan havainnointiin kuudentoista maajoukkueen Arabian mestaruusturnauksessa Fifa Arab Cup, joka toimi marras-joulukuussa 2021 Qatarin jalkapallon MM-kisojen esi- ja testiturnauksena. Havainnoimme ottelujen ja stadionalueiden lisäksi myös muita kisaturistien ja fanien liikkumisen ja julkisen näkyvyyden kannalta keskeisiä kaupunkitiloja (West Bayn tornitalot, Msheireb Doha Downtown -rakennushanke, The Pearl-Qatar, Lusail, upouusi metro, lentokenntä ja ostoskeskukset, valtateiden varret ja suosittu Souq Waqifin basaarialue). Kiinnitimme huomiota tilojen estetiikkaan ja symboliikkaan, ihmisten materiaalisin oloihin ja tunnelman tuottamiseen sekä fanien käyttäytymiseen, kuten eleisiin, ruumiillisiin liikkeisiin, kameroiden käyttöön ja kameroille esiintymiseen. Kirjoitimme avainsanoja muistiinpanovihkoihimme ja valokuvassimme alueita. Kuvat auttavat täydentämään muistiinpanoja jälkikäteen – etenkin kun niiden avulla voi palauttaa mieleen ajatuksia ja tunteita, joita kuvanottohetkellä oli (ks. Pink 2007). Kuvia kertyi noin 500 ja muistiinpanoja kymmenen A4-liuskaa.

Seurasimme otteluja kolmella stadionilla (Al Thumama -stadion, 974-stadion, Al Bayt -stadion). Viidelle muulle MM-kisastadionille teimme havainnointi- ja kuvausretken. Kahdella näistä (Al Janoub -stadion ja Khalifa International -stadion) pääsimme vapaasti kiertelemään. Yhdeltä (Education city -stadion) meitä pyydettiin poistumaan. Kaksi stadionia (Ahmad bin Ali -stadion, Lusail stadion) oli metalliaitojen ja betoniporsaiden takana, joten niiden tarkkailu oli mahdollista vain kaukoetäisyydeltä. Liikkumistamme hankaloitti rakennus- ja tietyömaat, minkä vuoksi käytimme runsaasti taksi- ja Uber-kyyttejä. Pari viikkoa ennen kenttätutkimusmatkaamme

Norjan yleisradioyhtiö NRK:n kaksi toimittajaa oli pidätetty ”yksityisomaisuuden loukkaamisesta ja luvattomasta kuvaamisesta”, minkä vuoksi pidimme matalaa profilia emmekä lähestyneet siirtotyöläisiä kaduilla tai yrittäneet päästä heidän leireilleen. Sen sijaan olemme käyttäneet täydentävänä aineistona keskustelujamme hotelli-, ravintola- ja stadionalueen työntekijöiden sekä kuskimme kanssa. Muut täydentävät aineistot koskevat Qatarin MM-kisojen kritiikkiä verkossa, kisajärjestäjien omaa tiedotustoimintaa ja mediatapaus-Eriksenin kommentointia tv-lähetyksissä. Aineistojen luentaa ja tulkittaa ohjaa tutkimusasetelmamme. Toisin sanoen aineiston analyysi edustaa teoreettislähtöistä sisällönanalyysia: aineistoihin pureudutaan teoreettisen perspektiivin valossa pysyen samalla avoimena aineistoista esiin nouseville erityyppisille löydöksille (ks. Crabtree & Miller 1992).²

Artikkelimme etenee niin, että aluksi taustoitamme Qatarin jalkapallon MM-kisojen analyysiamme kertomalla jalkapallon megatapahtumille tyypillisestä tapahtumaformaattista (MM- ja EM-kisat). Niitä rakennetaan kameratietoisesti tuottamalla yksinomaan myönteisiä mediakuvia. Tarkimmastakin etukäteissuunnittelusta huolimatta niissä esiintyy aina joitain soraääniä, sillä myös protestoijat hakevat medianäkyvyyttä. Sitten analysoimme Qatarin erityislaatuisena MM-kisaisäntänä. Tarkastelemme Qatarin kisojen tuotantokoneiston toimintaa totaalisuuteen pyrkivänä kuvanäytöksellisyytenä, joka ilmentää esimerkiksi elokuvallista tuotantomuotoa. Esitämme,

² Eettistä lupaa ei kysytty, koska kaikki tieto oli julkisesti saatavilla joko kirjallisesti tai etnografisesti. Pääaineistona oli osallistuva havainnointi julkisessa tilassa sekä edellistä täydentävinä aineistoina olivat keskustelut, jotka eivät olleet strukturoituja haastatteluja.

että Qatar näyttäytyy huomiotalouden optimipaikkana ja pehmeän suostuttelevan vallankäytön mallimaana, jossa yhteiskunnalliset ongelmat on haudattu tarkasti suunnitellun kuvaperusteisen brändin rakentamisprosessin alle. Valmisteilla on Fifan puheenjohtaja Gianni Infantinon sanoin ”kaikkien aikojen parhaat kisat” unelmien teattereissa ilman häiriötekijöitä. Lopuksi vedämme sanottua yhteen ja kysymme, millaisin toimenpitein empatia rakennustyöläisiä kohtaan sammutetaan ja miten ongelmaa tulisi lähestyä.

Jalkapallon MM-kisat: kameratietoisesti tuotettu tapahtumaformaatti

Jalkapallon MM-kisojen organisoiminen ja esillepanon yhteydessä on perusteltua puhua Fifan ja sen liittolaisten hallinnomasta tapahtumaformaattista, jolla on tietty yhtenäinen sisältö ja muoto. Tarkasti suunniteltuna ja sopimusperusteisiin asiakirjoihin perustuvana formaatti sisältää runsaasti vaatimuksia etenkin kaupunki- ja mediatiilojen ja ihmisten käyttäytymisen muutoksista (ks. Klauser 2011; Kolamo & Vuolteenaho 2019). Tapahtumaformaatin nimissä kisaisäntä ”siisti” kaupunkitiloja ja tuottaa niihin uusia visuaalisia ja sosiaalisia järjestyksiä (vrt. Millward 2016). Rakentamalla uutta ja ehostamalla vanhaa tavoitteena on tuottaa myönteistä mediajulkisuutta, joka lisää tapahtumasta Fifalle, paikalliselle kisaorganisaatiolle ja paikallistalouden toimijoille ohjautuvia rahavirtoja. Turvamiehille ja niin kutsutuille brändipoliiseille on poikkeuslakien turvin annettu oikeus sulkea ulos keskeisiltä paikoilta, kuten stadioneilta ja niiden ympärille kilometrin säteelle rajatulta turvallisuusvyöhykkeeltä sekä aidatuilta Fan Fest -alueilta, Fifan, sen partnerien ja kansakunnan maineen pilaajiksi luokitellut ei-toivotut ihmiset ja symbolit (Klauser 2011).

Näiltä samoilta enklaaveilta eli aidatuilta erillisarekeilta paikalliset ja turistit siirtävät kännyköillään kuvia ja informaatiota sosiaaliseen mediaan. Medianavien avulla ihmiset somettaessaan levittävät vallankäyttäjien lavastamaa julkisivua sponsorilogoiin ja sloganeineen. Fanituristien jatkuvan aktiivisen kuvaamisen vuoksi esimerkiksi viralliset FIFA Fan Fest -areenat ovat sijainneet alueilla, jotka henkivät vahvaa historiallista symbolimerkitystä. Viimeisten neljän MM-kisojen aikana fanit ovat pitäneet hauskaa muun muassa Kölnin tuomiokirkon edessä, Nürnbergin vanhassa kaupungissa ja Berliinissä Brandenburgin portin ja Siegesäule-monumentin luona, Sopotissa Johannesburgissa ja Etelä-Afrikan vanhimman rakennuksen Castle of Good Hope ympärillä Kapkaupungissa, Copacabanán rannalla Rio de Janeirossa ja Pietarissa Kristuksen ylösnousemuksen katedraalin eli ”Verikirkon” kupeessa.

Myös otteluiden televisiointi kuvakulmineen ja -kokoineen sekä leikkauksineen on osa tuotantokoneiston hallinnoimaa ja valvomaan tapahtumaformaattia ja sen vetovoimaa. Ottelulähetykset sisältävät runsaasti samankaltaisesti kehystettyjä kuvia, jotka tunteisiin vetoamalla kutsuvat katsojia osallistumaan tapahtumien kulkuun. Kehystämällä tarkoitamme tapoja, joilla harkitusti valikoidut kuvat esittävät asioita ja ihmisiä sekä sitä, miten ne on rajattu kuviin, keitä kuvissa esiintyy ja millaisia eleitä heille sallitaan. (ks. esim. Entman 1993). Televisiodramaturgia kehystämisen tapoineen voi näin kouluttaa niin katsojien kuin pelaajienkin halua esiintyä tietyllä toivotulla tavalla – etenkin kun kuvat kiertävät ja toistuvat muissa medioissa, kuten sanoma- ja aikakauslehdissä sekä sosiaalisen median eri kanavilla (Kolamo 2018a; Sumiala ym. 2018.) Fifa MM-kisatuotteen omistajana vaikuttaa jopa kansallisten tv-yhtiöiden lä-

hetysten studio-osuuksien sisältöihin. Tyypillistä on, että esimerkiksi Ylen on käytettävä Fifan luomia lähetysten alku- ja lopputunnuksia ja näistä tunnuksista koostettuja lyhyitä musiikkivälikkeitä. Joissakin ottelulähetyksissä tulee esittää myös Fifan promospotteja sen omista kampanjoista sekä pelipaikkakuntainserttejä, joissa ”kuoleman kentät” esittäytyvät loisteliaina arkkitehtonisina rakennelmina (Kolamo 2014; Kolamo 2022 tulossa).

Televisiolähetykset muuttavat vallan esitykset ihailtaviksi visuaalisesteettisiksi merkeiksi (Dayan & Katz 1992, 88-89). Katsojien huomiota suuntaamalla televisio rakentaa suojaa vallan merkkijärjestelmälle. Tällainen television kutsuva ja koukuttava voima herättää kysymyksen televisiosta kuvanäytöksellisyyteen mukaan suostuttelevana värväyskoneistona. Kuvien kentältä on oltava dramaattisesti vetovoimaisia, mutta vallan merkkijärjestelmän näkökulmasta tapaus Erikseen meni yli rajan, koska siihen sisältyi ennalta-arvaamatonta poikkeuksellisuutta, joka asetti koko merkkijärjestelmän liiketilaan. Samalla se paljasti television katsomisen voyeristisen luonteen ja elokuvista tutun oletuksen siitä, että katsojat koukuttuvat väkivallan ja kuoleman kuvista. Huolimatta siitä, että Tanskan joukkueen muut pelaajat muodostivat vartaloillaan muurin maassa makaavan Erikseen ympärille, tv-ohjaus pyrki yllättävän pitkään kuvakulmia vaihtamalla herkuttelemaan ainutkertaisella draaman käännteellä.

Jalkapallon MM-kisojen kaikki ottelut on televisioitu suoriina Englannin vuoden 1966 kisoista lähtien. Ilman televisioinnin vaikutusta yleisöihin kisoja ei olisi olemassa sellaisina mediaspektaakkeleina kuin ne nykyään ovat. Television yleistyessä 1950–1970 -luvulla joka kodin ”iltanuotioksi” katsojien suhde välineeseen muuttui perustavanlaatuisesti. Deleuzen ja Guattarin kritiikin mukaan (1987, 458) katsojat eivät ole niinkään passiivisia sohvaperunoita tai aktiivisesti itseohjautuvia toimijoita vaan pikemminkin tuotantokoneiston ”sisäisiä” osia.

”Yksilö on inhimillisenä koneena tv:n orjuuttama, sikäli kuin television katselijat eivät enää ole kuluttajia tai käyttäjiä, eivät edes subjekteja, joiden pitäisi ’tehdä’ jotain. He ovat sisäisiä osia, ’syötteitä’ ja ’vasteita’, palautetta tai toistumista, eivätkä he ole enää kytkeytyneet koneisiin [vain] niiden tekijöihin tai käyttäjiin.” (Deleuze & Guattari 1987, 458.)

Televisioinnin avulla laajamittaisesta tuotemainonnasta on tullut kiinteästi kisoihin kuuluva ilmiö. Television vaikutusvallan kasvun vanavedessä urheilun megatapahtumien tuotannossa vakiintui 1980-luvulla TOP-sponsoriohjelma, jossa valituilla korporatioilla on globaalit markkinointioikeudet ja yksinoikeus omaan tuotekategoriaansa. Videojärjestelmät toimivat 1970-1980-luvuilla ensimmäisenä uudelleen tallentamisen mahdollistavana yleistyneenä kuvateknologiana, jossa kuvien virtaukseen liittyviä yhteiskunnallisia koodeja purettiin ja koodattiin uusiksi osana uudenlaista kuluttajakansalaisuutta.

Tietotekniikan kehitys, Internet ja sen viestintäalustat, kuten suoratoistopalvelut ja sosiaalisen median sovellukset, ovat 1990-luvulta alkaen mahdollistaneet aivan uudenlaisen kuvien tuotantosuhteen ja syventäneet inhimillisten toimijoiden ja elektronisten medioiden välistä yhteen kytkeytymistä. Verkotuneet ja kannettavat medialaitteet ovat laajentaneet median käyttöä ja kuvavälitteisyyttä irrottaen ne kodin piiristä muualle kaupunkiympäristöihin.

Fifan, sponsoreiden ja median liittouma paikallisine sidoryhmineen kontrolloi tiukasti asioiden esittämisen tapoja mediassa ja keskeisten tapahtumapaikkojen fyysisessä ympäristössä, jota on ehostettu globaalin medianäkyvyyden ehdoilla.

Keskeistä on se, että tapahtuma on laajentunut stadioneilta järjestäjäkaupungin rakennettuun ympäristöön sekä eri media-alustojen virtuaaliseen todellisuuteen, jossa tapahtuvat asiat ja kuvallistetut ilmiöt ovat aivan yhtä todellisia, elleivät jopa todellisempia kuin stadioneilla tapahtuvat asiat. Samalla media- ja kaupunkitilat ovat kietoutuneet toisiinsa erottamattomasti siten, että kyse on niiden suorasta skaalautuvuudesta suhteessa toisiinsa. (Ks. digitaalisen median käytöstä verkottuneessa urheilussa esim. Hutchins & Rowe 2013.)

Jalkapallon MM-kisojen tuotantomuodon vetoaivojen perustana on nimenomaan media- ja kaupunkitilojen yhteen kytkeminen. Tämä tarkoittaa muun muassa laaja-alaista kuvien hallintaa ja ihmisten liikkumisen organisointia halutuille kulkuväylille. Kyse on kameratietoisesta toiminnan ohjaamisesta eli tarkoitushakuisesta ja kontrolloidusta esitystilojen ja -tilanteiden tuottamisesta sekä tiettyjen asioiden harkitusta tekemisestä näkyväksi. Samalla joitain asioita rajataan tietoisesti ja aktiivisesti näkyvyyden ulkopuolelle. Tapahtuman tuotantokoneistolle tärkeää ei siis ole vain se, miten media esittää tapahtumat vaan yhtä lailla se, millaiselta keskeiset tapahtumapaikat näyttävät, kun globaali media ja turistit medialaitteineen saapuvat kisakaupunkeihin. Kameratietoisuudella emme viittaa vain tapahtumapaikoilla liikkuvien ihmisten jatkuvaan tarpeeseen ikuistaa itsensä osana tapahtumaa kuvaamalla sitä sosiaaliseen mediaan vaan laajemmin mediajulkisuuteen ja sen tuottamiseen kameroiden välittämän kuvallisuuden kautta. Kyse on tapahtuman esillepanosta ja järjestämisestä ”kaikkia kameroita” silmällä pitäen sitä samalla uudelleen tuottaen, jolloin tapahtumalle kertyy lisää arvoa sosiaalisessa mediassa. Kameratietoisuuden tuottamisen tärkeinä osina toimivat kansainvälisten media-yhtiöiden televisiokamerat ja alueiden turvallisuuskamerat. (McCosker & Wilken 2020.)

Hallitsemalla keskeisiä tapahtumapaikkoja tuotantokoneisto pyrkii saamaan globaaliin kiertoon haluamiaan kuvia ja tekstejä. Tässä mediaesitysten kierrossa ja enklavisaatiassa eli tilojen rajaamisessa ja huomion keskittämisessä toivomuksena on, että toimittajat eri puolilla maailmaa siteeraisivat toisiaan ja välittäisivät maailmalla yksinomaan kisajärjestäjien toivomia kuvia uutuuttaan hohtavista tapahtumatiloista ja iloista karnevaalimeiningistä. Vaikka urheilun megatapahtumissa ihmisiä rohkaistaan tunteiden ilmaisemiseen ja nationalististen symbolien käyttöön, toisin kuin kansallisissa sarjoissa esitykset ja symbolit eivät saa sisältää kisaorganisaation ja sen yhteiskumppaneiden kannalta ei-toivottuja miellelyhtymiä. Ihanteellisen yleisön kuvastosta poikkeavat aktivistit sysätään keskeisiltä tapahtumapaikoilta kameroiden ulottumattomiin. Näitä sananvapauden näkökulmasta kyseenalaisia toimia perusteellaan osallistujien ja fanien turvallisuuden takaamisella, vaikka todellisuudessa kyse on Fifan ja sen sponsoreiden sekä kisaisännän hermeettisestä synergiasta: brändityöstä, jossa brändin puhtautta suojellaan ja uudelleen tuotetaan vetoamalla erilaisiin kuviteluihin uhkakuviin.

Tuotantokoneiston toimintalogiikka perustuu ennalta tehdyille valinnoille, joiden toteutumista se itse valvoo. Jokainen valtakoneiston rutiineista ja rituaaleista riippumaton valinta muodostaa uhkan vallan toiminnalle ja oikeutukselle. Fifan asettamien ehtojen sanelema yksisuuntainen sopimusperusteinen vallankäyttö jättää kuitenkin jälkeensä vakavia ristiriitoja ja ongelmia, joiden kanssa kisakaupungit joutuvat kisojen jälkeen tulevana vuosina tulemaan toimeen. Esimerkiksi useat tyhjinä ammottavat MM-kisastadioneiden käyttö- ja ylläpitokustannukset kasautuvat veronmaksajien harteille. Ei olekaan ihme, että vuoden 2010 Etelä-Afrikan ja vuoden 2014 Brasi-

lian MM-kisoissa esiintyi laaja-alaisia protesteja kisajärjestäjiä kohtaan. Jopa vuoden 2018 Venäjän MM-kisoissa valvonta petti, kun Pussy Riot -aktivistiryhmän jäseniä pääsi livahtamaan kentälle kesken MM-finaalin ja osoittamaan mieltä putinilaisesta valtajärjestelmästä kohtaan. Sen sijaan Pirkkanmaan kokouksessa enklavissa Qatarissa tiukka valvonta ja kovat rangaistukset näyttäisivät näivettävän vähäisetkin soraaäänit.

Qatarin jalkapallon MM-kisojen erityisyys: totaalinen kuvien näytös

”Noin kilometrin mittaisella kulkuväylällä metroasemalta 974-stadionille ihmisten liikkumista organisoivat järjestysmiehet eli ’last mile marshalsit’ heiluttivat lanteitaan ja käsiään sekä hokivat kysymystä ’Are you ready, are you happy?’ Stadionin sisätiloissa tunnelmaa nostatti siniseen samettiseen pikkutakkiin ja punaiseen otsapantaan sonnustautunut seremoniamestari. Hän huudatti mikrofonin kädessään fanijoukkoja kameran edessä. Innostuneisuudesta viestivä kuva- ja äänimaisema välitettiin stadionin jättinäytöille. Katsojat kuvasivat kameralle esiintyviä faneja ja seremoniamestaria, joka vaikutti olevan paikallinen julkkis. Toisenlaisia rytmin muutoksia stadiontilaan tuotti omassa nurkkauksessaan musiikkia soittanut DJ. Myös hänet poimittiin aika ajoin jättinäytöjen kuvavirtaan.” (Etnografinen tutkimuspäiväkirja 2021)

Muistiinpano on Qatarin ja Egyptin välisestä Fifa Arab Cupin pronssiottelusta, joka käytiin 974-stadionilla. Kisaorganisaatio palkkasi paikallisia kuuluisuuksia kohottamaan emotionaalista intensiteettiä ja koulutti järjestysmiehiä sekä talkootyöntekijöitä brändityöläisiksi. Samalla ihmislaumoja houkuteltiin ihanteellisena pidettyyn fanirooliin, jota jo tv-lähetyksissä oli kisojen ajan aktiivisesti esitelty. Niissä karnevaaliasusteiset ja kasvomaalut sekä riehkakkaasti käyttäytyvät ihannefanit pakautuivat tiiviisti yhteen juhlijoiden joukoksi. Tätä kameroiden poimimaksi tulemistakin he myös itse kuvasivat kännyköillään. Bellerin elokuvallisen tuotantomuodon teoriassa (2006) katsoja on elimellinen osa tuotantomuotoa, sillä esimerkiksi älypuhelimien käyttö on automaattisesti lisäarvon tuotantoa ilmaiseksi monella eri tasolla – se tarjoaa näkyvyyttä liittymään palveluntarjoajalle, käytettävän sovelluksen valmistajalle, oikeuksien omistajalle sekä myös yhteisbrändäämisen (*co-branding*) muodossa Fifalle ja kisaisännälle silloin, kun fanit pitävät yllä kisa-tunnelmaa toivotulla tavalla.

Tuotantomuoto suostuttelee ihmisiä osallistujiksi tapahtumaformaattiin, jonka kuvissa välitetään juuri tietynlaisia tunteita. Tämän artikkelin toiselta tekijältä vietiin kynä pois turvatarkastuksessa. Selityksenä oli, että muistiinpanojen tekeminen on kiellettyä. Kun tätä selitystä tarkastelee media- ja kaupunkitilojen kontrollin yhteydessä, voi sanoa, että kameratietoinen ja kuvanäytöksellinen tuotantomuoto ei salli ruumiillisia rytmejä ja liikkeitä sekä tunteiden osoittamisen tapoja, jotka ovat vallitsevan karnevaalimeininkiin sopimattomia. Totaalisen kuvien näytöksen yhtenä tärkeänä perustana on huomion tarkka rajaaminen ja tunnepuheen suuntaaminen MM-kisojen jalkapalloliittolisiin olosuhteisiin. Qatarin MM-kisaspektaakkelin tuotantomuodon vetoaivojen koukuttavuudesta esimerkkinä toimikoon tapahtumapaikoilla vierailleen ja kisaorganisaation edustajien kanssa yhteiskuvissa poseeranneen Jari Litmasen kommentti:

”Itse olen edelleen sitä mieltä, että HUOM jalkapallo-olosuhteet – kuten fasilitteetit (hotellit, stadionit) ja etäisyydet – ovat loistavassa kunnossa ajatellen 2022 pelattavaa jalkapallon MM-turnausta. Otan vain ja ainoastaan kantaa pelaajien ja joukkueen, urheilullisesta, näkökulmasta.” (YLE 30.9.2019)

Kisojen stadionit ovat esteettisesti näyttäviä ja arkkitehtonisesti haastavia, kokonaan tai osin moduuleista rakennettuja. Niihin on ladattu ”emotionaalisen muotoilun” avulla pejoratiivisen stereotyyppisiä arabialaiseen kulttuuriin lännessä liitettyjä merkityksiä tavoilla, joita Edward Said kutsuu orientalismitiksi (vrt. Crilley 1993). Esimerkiksi 60 000 katsojaa vetävä ja avausottelun peliarenana toimiva Al Bayt -stadion muistuttaa nomaditelttä. Perinnetietoisuuteen pyrkivässä rakentamisessa on pitkälti kyse myös myönteistä mediajulkisuutta varten toteutetusta stadiontilojen fyysisestä esillepanosta, jonka huomiota herättäviä elementtejä fanien, turistien ja toimittajien odotetaan tulevan kuvaamaan. Stadionelementtien siirrettävyyden vuoksi MM-kisakenttien toivotaan mobilisoivan myös ei-paikallisia identiteettejä ja tunteita sekä olevan osoituksia kisaisännän hyväntekijyydestä. Al Bayt -stadionin ylätason istuimet tullaan kisojen jälkeen siirtämään järjestelytoimikunnan mukaan ”osaksi kehittyvien maihin urheilullista infrastruktuuria”.

Havaintojemme perusteella tapahtumajärjestelyt esikisoissa toimivat Fifan valvoman formaatin mukaisesti. Kaikki kolme näkemäämme ottelua olivat äärimmäisen tarkkaan orkestroituja, kuvanäytöksellisyyteen valjastettuja kaupallisia tapahtumia. Esimerkiksi kulkujärjestelyt välieräotteluun isäntämaa Qatarin ja turnauksen lopulta voittaneen Algerian välillä Al Thumama -stadionille olivat tarkasti suunniteltu niin, että yksikään fani ei voinut valita vaihtoehtoista reittiä. Free Zone -metroasemalla fanihanskoihin pukeutuneiden järjestysmiesten jätisormet osoittivat oikeaa kulkusuuntaa. Metroaseman parkkipaikalla kannattajia odotti yli 150 bussia, joita täytettiin ohjatusti. Bussimatka vei moottoriteiden jo halkoman mutta vielä rakentamattoman aavikkomaiseman läpi toiselle parkkialueelle, josta kävelymatkaa itse stadionille oli pari kilometriä. Lähempänä stadionia tunnelmaa loi kovaäänisistä pauhaava kisamusiikki. Etniset rytmiryhmät kannustivat faneja tempautumaan mukaan tanssiin ja tuuletuksiin erityisissä rajatuissa hauskanpitoisteissä. Valtaosa ihmisistä tyytyi valokuvaamaan organisoitua kisariehaa.

974-stadionia mainostetaan maailman ensimmäisenä kokonaan moduuleista koostettuna stadionina. Numerosarja viittaa paitsi Qatarin kansainväliseen suuntanumeroon myös stadionin rakenteisiin upotettujen kierrätettyjen rahtikonttien määrään. Tilapäinen stadionalue sijaitsee lähellä Dohan lentokenttää ja ydinkeskustaa. Sen vastarannalla on rahavallasta muistuttava West Bayn pilvenpiirtäjien siluetti. Moduulitekniikan käyttöä on perusteltu kestävän kehityksen ihanteilla ja valkoisten elefanttien eli kisojen jälkeen käyttämättömäksi jäävien kenttien välttämällä – semminkin, kun Qatarin pääsarjan Stars Leaguen katsojakeskiarvo oli 672 katsojaa ottelua kohden kaudella

2016–2017 (Qatar Stars League). Konttien käyttö ja kierrättäminen liittyy siihen MM-kisabrändin osioon, jossa puhutaan kestävästä kaupunkisuunnittelusta ja ympäristötietoisuudesta.

Ekologiset seikat on mainittu myös simpukan muotoisen, alueen helmensukelluksesta, kalastuksesta ja perinteisistä arabialaisista dhow-purjelaivoista inspiraationsa saaneen Al Janoub -stadionin kohdalla. Stadionin ympäristöön oli tehty jopa pyöriteitä, vaikka emme nähneet tutkimusmatkamme aikana kuin yhden pyöriilijän. Qatar on ensi sijassa yksityisautoja varten rakennettu maa. Qatar on sijaintinsa takia myös suuri elintarvikkeiden tuoja. Asetelmaa korostaa maan huonot välit naapurimaa Saudi-Arabiaan. Suurimpia kauppakumppaneita ovat viennin osalta Japani, Etelä-Korea, Intia, Kiina ja Singapore sekä tuonnin osalta Yhdysvallat, Ranska, Iso-Britannia, Kiina, Saksa ja Italia. Tavarat joudutaan kuljettamaan molempiin suuntiin meriteitse ja lentorahtina, joten maan hiilijalanjälki



Al Bayt -stadion sijaitsee Al Khorissa, Dohasta 35 kilometriä pohjoiseen. Stadionilla pelataan muun muassa MM-kisojen avausottelu Qatar-Ecuador.



974-stadion eli niin kutsuttu konttistadion. Stadionilla pelataan seitsemän MM-kisaottelua.

on sen alueelliseen kokoon nähden erittäin korkea, yksi maailman painavimmista. Konttistadionin voikin ajatella kuvastavan riippuvuussuhdetta, joka Qatarilla on merikuljetuksiin.

Lisäksi stadionit ovat täysin ilmastoituja. Ne vaativat massiivisia energiantuottopanoituksia, jotka ovat Qatarin lämpötilaolosuhteissa epäekologisia. Niinpä hyväntekemisessä on viime kädessä kyse kuvanäytöksellisestä toiminnasta ja pr-tempusta. Kriitikot ovat sitä mieltä, että systeemisten muutosten sijasta kisaisäntä keskittää voimavarat paikkabrändin rakentamiseen ja sen yhteydessä tapahtuvaan ”viherpesuun” ja ”urheilupesuun” (*sport washing*). Esimerkiksi jäädyttämisen aiheuttamat hiilidioksidipäästöt on luvattu hyvittää ylimalkaisesti istuttamalla puita jonnekin muualle. ”Simpukkastadion” jäi mieleemme myös siitä syystä, että stadionille vievien kulkuväylien kupeeseen oli rakennettu runsaasti uusia asuntoja, jotka olivat ainakin vielä tyhjiillään. Saman ilmiön havaitsimme vielä yksityiskohtaisemmin Al Thumama -stadionin läheisyydessä. Stadionin designin kerrottiin saaneen inspiraationsa Gahfiyasta, perinteisestä muslimimiesten käyttämästä päähineestä. Stadionille vievä parin kilometrin mittainen kulkuväylä, jota aavemaisen tyhjät asunnot reunustivat, toi mieleen Potemkinin kulissit.³ Nostokurkien täyttämälle Lusailin alueelle, jossa sijaitsee kisojen päänäyttämö ja jossa rakennustyöläisiä on kuollut runsaasti, rakennetaan infrastruktuuri 250 000 ihmisen tarpeita varten. Lusailin naapurissa sijaitsee rikkaille tarkoitettu 14 neliökilometrin laajuinen meren päälle rakennettu The Pearl-Qatar. Se oli ensimmäinen alue, jonka asuntoihin myös ulkomaalaiset saattoivat hankkia omistusoikeuden.

Kenelle nämä kalliit asunnot on rakennettu? Tuskin ainakaan Kauko-idästä ja Afrikasta tulleille köyhille siirtotyöläisille, jotka kattavat Qatarin noin 2,8 miljoonan suuruisesta väestöstä 88,4 prosenttia. Etnisiä qatarilaisia on väestöstä vain 11,6 prosenttia. Heille on jo aiemmin rakennettu urheilutiloja, elitistisiä asuinalueita, pilvenpiirtäjien muodostamia toimistokomplekseja ja moderneja kulutusparatiiseja. On perusteltua olettaa, että stadionien avulla nostetaan maan arvoa niin, että asuinalueet toimivat osana kiinteistökeinottelua ja spekulatiivista finanssipolitiikkaa (Haila 2016).

Qatarin talouskasvu ja korkea bruttokansantuote on perustunut öljyn ja maa-

³ Käsite Potemkinin kulissit viittaa ympäristön laastamiseen niin, että se näyttää paremmalta kuin oikeasti on. Potemkinin kulisseista alettiin puhua, kun saksalainen diplomaatti Georg von Helbig levitti vuosina 1797–1800 tarinoita Potjomkinin elämäkerrassaan, joiden mukaan ruhtinas Grigori Potjomkin määräsi vuonna 1787 ihmiset kunnostamaan julkisivut ja jopa pystyttämään pelkkiä seinärakenteita Katarina Suuren Krimin matkan varrelle. Potjomkinin julkisivujen ehostamistyön tarkoituksena oli tehdä vaikutus keisarinnaan viestittämällä totuudenvastaisesti hyvinvoivasta Venäjistä ja sen kansalaisista. James Billingtonin mukaan (1970) legendalla oli syvempää kosketuspintaa todellisuuteen, sillä uusia kaupunkeja rakennettaessa niille yritettiin keinoitekoisesti antaa keisarillista loistoa niin sanotulla jatkuvalla julkisivulla (*sploshnoy fasad*).

kaasun poraamiseen sekä lannoitteiden valmistamiseen. Fossiiliset polttoaineet eivät riitä loputtomiin. Maalla on tavoitteena elinkeinorakenteen monipuolistaminen ja vanhojen paikkamielikuvien uudistaminen. Yhtenä tärkeänä avaintekijänä on kiinteistökehittäminen, uskottavan investointikohteen luominen kansainvälisille ja qatarilaisille sijoittajille. Nykyisin maa- ja kiinteistöomistusten sekä -velkojen yhdistyminen osaksi rahoitusmarkkinoita synnyttää spekulatiivista kaupunkikehitystä erityisesti megaluokan kaupunkisuunnitteluprojekteissa (vrt. Rizzo 2014). Qatarin valtion kehitysohjelma käynnistettiin vuonna 2008 ja sen tähtäin on vuodessa 2030, jolloin maan tulisi olla ihanteellinen luksusasumis- ja turistikohde sekä suurten urheilutapahtumien vakionaäyttämö. Qatarin 2030 projektissa jalkapallon MM-kisat toimivat lippulaivana. (Qatar National Vision 2030.)

Huomionarvoista on, että viestejä uudenlaisesta Qatarista valvotaan tarkasti maan sisällä. Dohassa Smart city eli äly-



”Qatarin helmen” välimerelliseksi mainostettua aluetta Porto Arabiaa.



Kävelemässä ohjatulla reitillä kohti Al Thumama -stadionia. Vasemmalla stadionaluetta, oikealla tyhjiä asuinkeinteistöjä.

kaupunkihanke toimii yhtenä työkaluna kansalaisaktivistien valvonnassa ja kontrolloinnissa – etenkin jos sovellukset vaativat sitä, että sijaintipalvelu tulee laittaa päälle. Kulkiessamme hotellilta kauppoihin, asuinalueille ja stadioneille tieto- ja turvallisuusteknologia oli alati läsnä. Ilman paikallista koronapassisovellusta (Ehteraz) ei ollut asiaa metroon eikä useimpiin kauppoihin. Otteluliput tuli puolestaan ladata puhelimeen Fifan oman sovelluksen avulla. Aamuisin piti varmistua siitä, että puhelimen akku oli täynnä. Ulkomaiset hotelli- ja ravintolatyöntekijät kertoivat yleensä, että valvontakameroita on kaikkialla ja siksi maa on turvallinen. Kontrollin välineinä ja kurinalaistavina pelotteina valvontakamerat ilmentävät osaltaan kameratietoisuuden leviämistä kaikkialle infrastruktuurissa. Dohassa ei jäänyt epäselväksi algoritmisen vallan (Beer 2010) eli tietokoneohjelmistojen koodien kyky muokata ihmisen ja ympäristön välistä vuorovaikutusta.

Kaikki edellä mainittu perustelee sitä, miksi yksinvaltainen kuningaskunta ja lilliputtivaltio Persianlahden rannikolla valittiin kisaisännäksi. Fifalla sidosryhmineen on useita vaatimuksia järjestäjämäärälle. Immateriaalioikeudet on turvattava poikkeuslakien turvin, kaikki esteet virallisten kisatuotteiden myynniltä on poistettava, tapahtuman toimivuudelle mahdollisesti kitkaa aiheuttavat työlait on jäädytettävä kisojen ajaksi ja viestintäinfrastruktuurin käytön pitää olla maksutonta. Lisäksi pitää saada oikeus verovapauteen ja ulkomaan valuutan rajaton tuonti- sekä vientioikeus (Cottle 2011; Kolamo 2014). Fifan vaatimukset eivät menisi läpi missään oikeusvaltiossa ilman myönnytyksiä ja kompromisseja. Qatarin kaltaiselle autoritaariselle ja epädemokraattiselle valtiolle ne eivät ole ongelma, sillä maassa ei kuulu soraääniä suurista yhteiskunnallisista epäkohdista huolimatta. Eräs kuskeistamme kertoi, että hänen serkkunsa kuoli MM-kisojen rakennustyömaalla. Kuskin mukaan asia salattiin eikä kuolemasta saanut puhua kenellekään.

Qatarissa valeutiset, sananvapauden kieltäminen sekä ihmisoikeuksien rikkominen ovat osa jokapäiväistä arkea. Valtaa pitävä Al Thanin suku hallitsee diktatorisesti, sillä 45 paikkaisella maan parlamentilla on ainoastaan neuvoo-antavaa valtaa ja suurimman osan sen jäsenistä nimittää valtion päämies Tamim Al Thani. Jalkapallon MM-kisoihin maa on joutunut tekemään erityisjärjestelyitä kisaturistien vuoksi. Alkoholista saa kisojen aikana nauttia sille erikseen varatuissa tiloissa ja muina aikoina epätoivotut LGBTQIA+-yhteisön jäsenet on toivotettu erikseen tervetulleiksi kisoihin. Tosin heidän toivotaan pidättyvän seksuaalisen suuntautumisensa esittämisestä julkisesti kisojen aikana. (Ks. esim. *Guardian* 18.11.2021, 29.6.2022; HRW 7.7.2022.) Olennaista on, että tapahtuma tulee eteneään rautaisessa kontrollissa ilman häiriötekijöitä odotetulla tavalla – Fifan jo hakuvaiheessa (Bid Book) määrittelemän myönteisten mielikuvien kisoina globaalien median valokeilassa. Kyky järjestää tapahtuma ilman soraääniä todentaa kisoissa tuotettavien kuvien näytösluonteisuuden, jonka avulla tuotantomuodon vetovoimaa uusinnetaan.

Siirtotyöläiset pidetään hiljaisena ja nuhteettomana paitsi kalafalamaisilla olosuhteilla etenkin käytännöllä, jossa vähäinenkin rikosrekisterimerkintä tarkoittaa porttikieltoa tehdä työtä ja elättää perhettään paitsi Qatarissa myös muissa rikkaissa arabimaissa. Työpaikoilla yksinvaltiaan kaltainen vallankäyttäjän on ”kafil” eli ”sponsori”, jota voi kutsua myös työnantajaksi. Useat kansainväliset ihmisoikeusjärjestöt ja tutkivat journalistit ovat toistuvasti ottaneet kantaa rakennustyöläisten kohteluun ja olosuhteisiin vuodesta 2012 lähtien. Heidän raporteissaan kerrotaan, että työläiset ovat joutuneet maksamaan kalliita rekrytointimaksuja (noin 500–4300 dollaria) jäaden

usein velkaa välitysfirmalle. Asuinolosuhteet ovat surkeat. Palkoista valehdellaan ja niiden maksua siirrellään eteenpäin miehivaltaisesti. Työläisille on asetettu liikkumisrajoituksia sekä maasta poistuminen on tehty mahdottomaksi takavarikoimalla passit ja vaatimalla erityistä työnantajan hyväksymää poistumislupa-asiakirjaa. Valituksia tehneitä työntekijöitä on uhkailtu niin työpaikan menettämisenä kuin väkivallallakin.

Jalkapallon MM-kisojen läheisyys ja YK:n vuoden 2020 erityisraportti saivat Qatarin nimellisesti luopumaan orjatyövoiman mahdollistavasta kafala-systeemistä. Imagopelin nimissä myös minimipalkkaa nostettiin, mutta sen määrä on edelleen vain 275 dollaria kuukaudessa. (Amnesty 7.4.2022) Huolimatta siitä, että Qatarin kisojen rakennustyömaiden väärinkäytökset ovat olleet esillä ulkomaisessa mediassa Fifa, kisaisäntä ja muut vaikutusvaltaiset tahot eivät ole korjanneet epäkohtia vaadituilla tavoilla. Parannukset työolosuhteisiin ovat olleet kosmeettisia mediaoperaatioita tai lainsäädännöllistä hienosäätöä, jonka toimeenpanoa ei valvota (Esim. *Road to 2022: Keeping Workers Cool* 28.3.2019).

Qatarin valtion vuonna 2005 perustama investointiyhtiö QIA pitää osaltaan huolen siitä, että useimmat kansainvälisen politiikan ja talouden vaikutusvaltaiset tahot eivät halua moittia Qatarin vallanpitäjiä, saati puuttua valtion sisäpolitiikkaan ja lainsäädäntöön. QIA:n ostosten ja investointien portfolio on pysäyttävän laaja-alainen. Se käsittää muun muassa rahoituspalveluja, terveydenhuoltoa, energiayhtiöitä, rakennusalaan, kiinteistöjä, hyödykkeitä ja kauppakeskuksia sekä media-yhtiöitä maailman eri kolkista. Yritysostoja ja sijoituksia pehmeämpi vallankäyttö näkyi puolestaan tavassa, jolla järjestäjät muistivat kritiikin jälkeen rakennustyöläisiä vuonna 2018, ja järjestivät heille ”kiitosjuhlat”. Paikalla oli 3700 stadionin rakentamiseen osallistunutta työläistä. Järjestelytoimikunnan (Supreme Committee for Delivery and Legacy) pääsihteeri Hassan Al Thawadi kiitti rakentajia:

”Kiitos paljon. Olette osa Qataria. Olette osa tarinaamme. Olette osa perhettämme. Ja me tulemme aina olemaan yhdessä yhtenä perheenä.” (*Road to 2022: Workers’ Appreciation Dinner* 28.2.2018)

Perheestä puhuminen on osa Fifan globaalia brändiä. Sukulaisuuteen ja periytymiseen perustuva oidipaalinainen perheyhteys on paljon sitovampi kuin siitä poikkeavat alliansseille perustuvat liittosuhteet vapaampien toimijoiden välillä. Niissä on mahdollisuus valita liittolaisensa. Perheyhteyteen viittaaminen ei Fifan tapauksessa tietenkään perustu mihinkään todelliseen sukulaisuuteen, vaan se on jälleen kahdella tasolla toimivaa suostuttelua: tapa ohjata jalkapalloon liittyvän järjestäytymisen muotoja koskevaa puhuntaa lähiyhteisöissä sekä suunnata huomiota juuri tietynlaisiin yhteisöllisiin (mieli)kuviin. (Fifan suostuttelevasta pehmeästä vallasta ks. esim. Millward 2016)

Lopuksi: Empatian sammuttaminen ja näytöksellisen kuvamaailman voima

Filosofi Giorgio Agamben (1999, 41–67) on kehittänyt käsitteen *der Muselmann*⁴ kuvaamaan natsien keskitysleirivankeja, jotka tietävät kuoleman hetken olevan lähellä. He ovat antaneet periksi ja luovuttaneet toivostaan elää, mutta silti he kulkevat vielä elossa: elävinä mutta jo kuolleina, lasittunein zom-

4 Käsite *Muselmann* eli ”muslimi” on natsien keskitysleirien kielenkäytössä kehitetty pejoratiivinen ilmaus. Sillä kuvattiin vankeja, jotka olivat luovuttaneet kaikista toivostaan elää, vaikka olivatkin vielä hengissä. Ainoastaan fyysiset toiminnot olivat käynnissä, kaikki muu toiminta oli lakannut. Heitä kutsuttiin myös nimillä muumiomies tai elävä kuollut. ks. Agamben 1999, 41–67.

bin katsein. Eriksenin ja rakennustyöläisten ero tulee näkyville juuri tässä. Siinä missä Christian Eriksen oli kärsimyksissään jokaisen katsojan ”yhteinen ystävä”, ja hänen kanssaan myötälettiin, ovat rakennustyöläiset katselijoille pelkkiä ”muselmanneja”, jo kuolleita eläviä, joista ei tämän vuoksi tarvitse tai edes kannata ryhtyä välittämään. He ovat pois painettu totuus tavasta, jolla fanimassoja kytketään jalkapalloempatian kuvanäytöksellisyyden speaktaakkeliin.

Televisiodramaturgia rakentaa hegemonista tulkintareittiä paitsi ottelun spekuloimiselle myös sille, millaisia tunteita erilaisiin kuviin tulee liittää ja kykeä katsojiin. Saman tyyppisestä vakiintuneen tv-dramaturgian kyseenalaistamattomasta tottelemisesta ja moniäänisyyden katoamisesta on kyse, kun televisioselostajat hehkuttavat yksinomaan MM-kisastadioneiden ”komeutta”, ”upeatuutta” ja ”hienoutta”. Näin tuotetaan ykseyden mielikuvia koko kansan toivomista rakennuksista häivyttämällä näkyvistä rakentamiseen liittyvät kyseenalaiset ehdot, prosessit, kiistellyt vastakkaiset tavoitteet ja poliittiset kähminnat sekä ennen muuta työntekijöiden ala-arvoiset olosuhteet ja kuolemat (ks. Gieryn 2002, 38–39).

Kun toimittaja on sisäistänyt ajatuksen tv-dramaturgian konventioista ja rituaaleista, hänen viestinsä edustavat informaation sijaan enemmänkin konfirmaatiota, etukäteen jo tiedetyn ja odotetun asian vahvistamista ja vakiinnuttamista (Carey 1994). Toistuva, valvottu ja tietynlaiseen muotoon vakiinnutettu formaatti synnyttää ennako-odotuksia siitä, miten tapahtumien tulee edetä, mitkä toimet katsotaan ”vääriksi” ja millaiset ihmiset sekä symbolit sen piiristä on syytä sulkea ulos.

Vetoamalla ihmisten tunteisiin kameratietoisella esiintymisellä MM-kisojen tuotantokoneisto pyrkii minimoimaan ideologista kamppailua, kehystämään ja oikeuttamaan haluttua tulkintaa todellisuudesta sekä saamaan tuottamiensa tunteiden kautta aikaan toivottua käyttäytymistä. Osana kuvanäytöksellisyyttä toimii ennalta suunniteltujen emootioiden tuotanto fa-neille samalla tavoin kuin nykyisissä valtavirtatuotannon elokuvissa (Shaviro 2010). Auktoriteettien välinpitämättömyys ja vastuun välttäminen esimerkiksi rakennustyöläisten kohtaloista vaikuttaa osaltaan siihen, että kisafanit ja -turistit ovat valmiita uusintamaan yhteiskunnan valtasuhteita heille otettutapahtumissa tarjotuissa esikirjoitetuissa emootiotuotannon rooleissa. Brannaganin ja Rookwoodin (2016, 183) haastatteleman fanin sanoin: ”En oikeasti ajattele työntekijöitä. Tiedän että se kuulostaa pahalta. Kun olet tapahtumapaikoilla, on aika bilettää.” Tämä ajatus juhlasta ilman tunnontuskia rakennustyöläisten kohtaloista toteutui esimerkillisesti Fifa Arab Cupissa.

Ihmisten halu samastua kansakuntaansa ja tempautua mukaan jalkapallokarnevaalin ja sen tähtien palvontaan vaikuttavat ratkaisevasti siihen, että tapahtuman negatiiviset ideologiset seuraukset jäävät näkymättömiin. Harva jalkapallofani tai -turisti haluaa, että hänen tunteitaan puhutellaan sananvapauden ja ihmisoikeuksien riistämistä tai seksuaalivähemmistöjen alistamista koskevilla seikoilla silloin, kun pelitapahtumat ovat käynnissä ja tunteita on investoitu suosikkijoukkueeseen (ks. Kolamo 2018b). Kansallistunne onkin tuotantokoneistolle ja sen hallinnoimalle tapahtumaformaatile erinomainen suoja, joka kääntää huomion pois julkisivun takaisista kähminnoista ja epäoikeudenmukaisuuksista.

Fifa vaatii, että MM-kisatapahtuma etenee sen suunnitteleman käsikirjoituksen mukaisesti. Tämä näkyy tapahtumapaikoilla esimerkiksi siinä, kuinka ihmismassoja liikutellaan haluttuja kulkureittejä pitkin ja huomio keskitetään virallisten sponsoreiden tuotteisiin. Samalla Fifa pyrkii prosessoimaan

ihmisjoukkojen parissa kiertäviä energioita oman joukkueen kannattamiseen niin, että murtumia dramaturgiassa ei esiinny. Elokuvallisessa tuotantomuodossa sitä, mitä katsojat tahtovat, ei voi irrottaa niistä monimutkaisista vallan järjestelmistä, jotka kytkevät katsojat haluttuihin ruumiiden mikromuodostelmiin. Ne muokkaavat näiden ruumiiden liikkeitä, asentoja, eleitä, asenteita, havaintoja, odotuksia ja samalla koko semioottista järjestelmää. Kyse ei ole vapaasti leijuvasta vietienergiasta, vaan seurausta tarkasti etukäteen suunnitellusta ja orkestroidusta sekä itseään korjaavasta luupin kaltaisesta järjestelystä. (Deleuze & Guattari 1987, 215.) Toisaalta mediaspektaakkelin pirstaloituminen yhä useammalle sosiaalisen median alustalle tekee virallisesta narratiivista haavoittuvaisen ja siten – ainakin osin – kaapattavan ja kritiikille alttiin (ks. esim. McGillivray 2017; Sumiala ym. 2018; Salomaa 2019). Riskinä on myös jatkuva emootioiden ylitulvimisen vaara, jossa kansallisesti ladatut energiat saattavat purkautua tappion jälkeen väkivaltaisena riehumisena ja muuna huliganismina.

Fifa on globaalina organisaationa valtio valtioissa. Se on tuotteen omistajana, *franchisorina* eli toimiluvan antajana kaapannut itselleen puhemiehen roolin, eikä puhemies ota vastuuta epäkohdista, vaikka on alun perin kisojen hakuvaiheessa määrittänyt kisoille tarkat toimintaehdot. Qatar on MM-kisatuotteen *franchisees* eli toimiluvan saaja. Sen rahavallan verkostot, jalkapallon sponsorointi ja muut talousyhteydet sekä David Beckhamin kaltaiset tähtimarkkinointisoturit vaientavat useimmat vastustavat äänet ja kritiikki jää performanssien tasolle.

Vaikka joitakin merkkejä eettisistä kannanotoista on nähty, kuten Qatarin MM-kisojen protestipaidat maajoukkueilla ja Norjan ja Tanskan jalkapalloliittojen edustajien kapinahenkisyys, todellisia muutoksia on vaikea saada aikaan. Qatarille myönnettiin kisat vuonna 2010. Siksi on perusteltua kysyä, mikä on diplomatian merkitys tilanteessa, jossa ongelmat ovat olleet tiedossa jo yli kymmenen vuotta ilman, että ne juurikaan olisivat ratkenneet. Vaikka Qatar on ilmoittanut muuttaneensa työolakejaan, niiden valvonta on ollut epämääräistä ja halutonta.

Tässä kontekstissa, jossa boikotteja ja todellisia vaatimuksia tapahtumaformaatin muutoksista ei esitetä, myös Pohjoismaisten liittojen kirje Fifan puheenjohtaja Gianni Infantinolle on nähtävissä kuvamaailman performanssina: näennäiskriittisyytenä, jossa rakenteellinen ongelma ja vallan ydin lobbausverkostoineen säilyy ennallaan. Kirjeessä vaaditaan muutosta Qatarin työolosuhteisiin ja -lakeihin mutta todetaan, että se on hidasta ja kestää kauan. Esitettyjen vaatimusten vaikutuksista ei myöskään ole saatavissa mitään takuita ja sitä seuranneen lehdistökirjoittelun jälkeen kaikki on jatkunut ennallaan. Kirjeen ainoana seurauksena on, että SPL ja muut pohjoismaiset liitot voivat olla tyytyväisiä omasta korkeasta moraalisuudesta ja positiivisesta identiteettipoliittisesta yleisösuhteestaan. Tässä muka-kriittisessä diplomatiassa ei voi olla kuulematta kaikuja pragmatisti William Jamesin (1842–1910) sanoista rikkaille, jotka voivat kyynelehtiä teatterissa köyhille roolihahmoille, samalla kun heidän köyhät ajurinsa odottavat ulkona pakkasessa (Harrison 2008).

Yksikään jalkapallojohtaja ei ole puhunut rakennustyöläisten puolesta huolestuneeseen sävyyn todeten, että ”jalkapallolla ei ole mitään merkitystä” ennen kuin työntekijöiden olosuhteet saadaan kuntoon. Tällä empatiakyvyttömyydellä ja vastuuttomuudella voi olla kauaskantoisia seurauksia, sillä jalkapallon MM-kisat ovat maailman seuratuimpia tapahtumia. Siksi ei ole liioiteltua väittää, että Qatarin työlaeilla ja niiden käytännön sovellutuksilla on myös yleisempää yhteiskunnal-

lista merkitystä. Pahimmillaan qatarilaiset työolosuhteet voivat toimia äärimmäisenä dystooppisena esimerkkinä tulevaisuuden työmarkkinaolosuhteiden uudesta normaalista myös läntisissä oikeusvaltioissa.

Kun empatia siirtotyöläisiä, mutta myös naisia ja seksuaalivähemmistöjä kohtaan on sammutettu, MM-kisojen jälkeen on mahdollista kirjoittaa Qatarin suoriutuneen kisaisännän roolistaan erinomaisesti – aivan kuten Venäjän jalkapallon MM-kisojen jälkeen suomalaisetkin toimittajat hehkuttivat (Kolamo 2019). Juuri näin kuvanäytöksellisyyden vetovoima toimii: se siirtää huomion pintaan, julkisivuun, jotta vaikeat yhteiskunnalliset kysymykset voidaan ohittaa. Kuvanäytöksellisyyteen perustuva tuotantomuoto pakottaa kielen itseilmaisun välineestä toisten aiemmin sanomien asioiden mekaaniseksi toistoksi. Se näyttää kaiken jo tehtynä, täydellisenä ja kauniina, representaationa sellaisesta järjestyksestä, johon ei voi itse vaikuttaa muuten kuin kannattamalla sitä eli kytkemällä itsensä osaksi tuotantokoneiston yksinäistä kuvien virtaa. Kun totaalinen kuvien näytös on siepannut kaiken kommunikaation itselleen, ihmiset löytävät itsensä jalkapallospektaakkelistä Fifan ja kisaisännän brändityöläisinä, kuten toivottuina karnevaalihenkinä otoksina osana kansainvälistä kuvavirtaa. Esimerkkinä kuvanäytöksellisyyden viekoittelevuudesta ja olemassa olevan järjestyksen pehmeästä indoktrinaatiosta toimii myös YouTube:ssa kisojen virallinen ”Qatar2022” -kanava. Debord toteaa tällaisesta spektaakkelin vaikutuksesta katsojuuteen:

”Spektaakkelin ruudun kaikilta puolilta rajaaman lattean maailmankaikkeuden vankina ollessaan katsojan tietoisuudella on vain mielikuvituksen tuotetta olevia keskustelukumppaneita, jotka alistavat sen yksisuuntaiselle keskustelulle tavaroistaan ja niiden politiikasta. Tämän tietoisuuden ainoa ’heijastaja’ on spektaakkeli koko laajuudessaan, joka tarjoaa olemattoman pakotien yleistetystä autismista.” (Debord 2005, 179.)

Tapahtumaformaatti kaavamaisine rituaaleineen ja vakiintuneine toimintamalleineen toimivat empatian esteenä (vrt. Aaltola & Kytö 2018, 268.) Empatian kieltämisen tai syyttämisen taustalla vaikuttaa Platonista alkanut läntisen ajattelun harha ruumiiden ontologisesta epäjatkuvuudesta, jolla perustellaan ”yksilöiden” olemassaoloa. Jos ihmiset nähdään yksinomaan toisistaan irrallisina, heidän välilleen on vaikea tuottaa empatiaa. Tällaisissa olosuhteissa yllättävien tapahtumien seurauksena empaattiset tunteet saattavat joskus tosin tarttua toisilleen tuntemattomiinkin ihmisiin. Jalkapallon megatapahtumien kuvanäytöksellisyyteen syntyi halkeama, kun symboliseksi kamppailuksi ajateltu ottelutapahtuma muuttui taisteluksi Erikseenin hengestä ja käsin kosketeltavan todelliseksi. Samalla avautui mahdollisuus nähdä myös Qatarin vierastyöläiset ihmillisinä toimijoina. Tällaisten tilojen tuottaminen tekstuaalisesti voisi synnyttää empatiaa eli ihmiselle lajityypillistä yhteisöllisyyttä, johon kuuluu taipumus kommunikoida toisten kanssa ja tuottaa keskinäistä ymmärrystä. Kyse on yhteiskunnallisesta tilasta, jossa sallitaan erilaiset mielipiteet, suhteellinen epäjärjestys ja sellainen ihmisyyden ulottuvuus, jota ei ole kaapattu kuvanäytöksellisyyden haltuun (ks. Deleuze & Guattari 1987, 26–3).

Jalkapallon MM-kisojen kuvanäytöksellisyys on ymmärrettävä ilmiönä, joka tulee politisoida yhä uudelleen. On kiinnitettävä huomiota esteettisen pinnan rinnalla näyttämisen ja esittämisen keinoihin ja niihin ennakkoehtoihin, jotka voimistavat valtahierarkioita. Huomio on kiinnitettävä rakennettuun ympäristöön, sen työn ja tuotannon historioihin eli siihen, millä tavoin suorituspaikkoja ja niihin liittyvää infrastruktuuria

on rakennettu ja rakennetaan tulevissa kisakaupungeissa osana sitä samaa maailmaa, jossa toimivat yhtä lailla niin rikkaat tähtipelaajat, Fifa, kisajärjestäjät, katsojat kuin myös köyhät siirtotyöläiset. Tiukasti valvottuna reilun rakentamisen ja kisajärjestelyiden sertifikaatit voisivat toimia tapana ulottaa urheilun yhteisöllisyyden voima koskemaan sekä juhli- tuja sankareita että myös heidän toimintansa mahdollistavia rakennustyöläisiä.

LÄHTEET

Kirjallisuus:

Aaltola, E. & Kytö, S. 2018 Empatia. Myötelämisen tiede. Helsinki: Into.

Agamben, G. 1999 Remnants of Auschwitz. The Witness and the Archive. Homo Sacer III. New York: Zone Books. Kääntänyt Daniel Heller-Roazen.

Beer, D. 2010 Mobile music, coded objects and everyday spaces. *Mobilities* 5 (4), 469–484.

Beller, J. 2006 The Cinematic Mode of Production. Attention Economy and the Society of the Spectacle. Lebanon: University Press of New England.

Billington, J. 1970 The Icon and the Axe. An Interpretive History of Russian Culture. New York: Vintage Books.

Brannagan, P. M. & Rookwood, J. (2016) Sports Mega-events, Soft Power and Soft Disempowerment: International Supporters’ Perspectives on Qatar’s Acquisition of the 2022 FIFA World Cup Finals. *International Journal of Sport Policy and Politics* 8 (2), 173–188.

Carey, J. 1994 Viestintä kulttuurisesta näkökulmasta. *Tiedotustutkimus* 17 (2), 81–97.

Cottle, E. 2011, toim. South Africa’s World Cup: A Legacy for Whom? Scottsville: University of KwaZulu-Natal Press.

Crabtree, B. F. & Miller, W. L. 1992, toim. Doing Qualitative Research. Newbury Park: Sage.

Crilly, D. 1993 Architecture as advertising: Constructing the image of redevelopment. Teoksessa Gerry Kearns & Chris Philo (toim.) Selling places: The city as cultural capital, past and present. Oxford: Pergamon Press, 232–252.

Dayan, D. & Katz, E. 1992 Media Events. The Live Broadcasting of History. Cambridge: Harvard University Press.

Debord, G. 2005 Spektaakkelin yhteiskunta. Summa: Helsinki. Kääntänyt Tommi Uschanov.

Deleuze, G. & Guattari, F. 1987 A Thousand Plateaus. Capitalism & Schizophrenia, vol. 2. Minneapolis: Minnesota University Press. Kääntänyt Brian Massumi.

Entman, R. M. 1993 Framing: Towards Clarification of a Fractured Paradigm. *Journal of Communication* 43 (4), 51–58.

Gieryn, T. F. 2002 What Buildings Do? *Theory and Society* 31 (1), 35–74.

Haila, A. 2016 Urban Land Rent: Singapore as a Property State. New Jersey: Wiley-Blackwell.

Harrison, M.-C. 2008 The Paradox of Fiction and the Ethics of Empathy: Reconceiving Dickens’s Realism. *Narrative* 16 (3), 256–278.

Horne, J. & Manzenreiter, W. 2006, toim. Sports Mega-events: Social Scientific Analyses of a Global Phenomenon. Oxford: Blackwell.

Hutchins, B. & Rowe, D. 2013 Sport Beyond Television. The Internet, Digital Media and the Rise of Networked Media Sport. New York: Routledge.

Klauser, F. 2011 The exemplification of “fan zones”: Mediating mechanisms in the reproduction of best practices for security and branding at Euro 2008. *Urban Studies* 48 (15), 3203–3219.

Kolamo, S. 2014 Fifan Valtapeli. Etelä-Afrikan jalkapallon MM-kisat 2010 keskitettynä mediaspektaakkelinä. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 116. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kolamo, S. 2018a Mediaurheilu – Tunnelalouden dynamo. Tampere: Vastapaino.

Kolamo, S. 2018b Urheilun mammuttitauti. Oireina rahanahneus ja suuruudenhulluus. Nurmijärvi: Aviador.

Kolamo, S. 2019 Valtiopropagandan paluu Venäjän jalkapallon MM-kisoissa. *Idäntutkimus* 26 (1), 3–22.

Kolamo, S. 2022, tulossa. Riistopallon MM-kisat Qatarissa. Tampere: Vastapaino.

Kolamo, S. & Vuolteenaho, J. 2019. Uncanny Resemblances?: Captive audience positions and media-conscious performances in Berlin during the 1936 Summer Olympics and the 2006 FIFA World Cup. *International Journal of Communication* 13, 5310–5332.

Levä, I. 2021 Television kasvattamat. *Fight Clubin metaelokuvasuus ja sen työn kuva*. *Lähikuva* 34 (2–3), 6–22.

Massey, D. 1991 A Global Sense of Place. *Marxism Today* June 1991, 24–29.

McCosker, A. & Wilken, R. 2020 Automating Vision. The Social Impact of the New Camera Consciousness. New York: Routledge.

McGillivray, D. 2017 Platform politics: sport events and the affordances of digital and social media. *Sport in Society* 20 (12), 1888–1901.

Millward, P. 2016 World Cup 2022 and Qatar's Construction Projects: Relational Power in Networks and Relational Responsibilities to Migrant Workers. *Current Sociology* 65 (5), 756–776.

Pink, S. 2007 *Doing Visual Ethnography*. London: Sage.

Rizzo, A. 2014 Rapid urban development and national master planning in Arab Gulf countries. Qatar as a case study. *Cities* 39, 50–57.

Roche, M. 2000 *Mega-events and Modernity: Olympics and Expos in the Growth of Global Culture*. London: Routledge.

Salomaa, E. 2019 Television ja Twitterin risteyksessä. Sosiaalinen televisio vuorovaikutuksen ja mediatapahtumaan osallistumisen välineenä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Shaviro, S. 2010 Post-Cinematic Affect. On Grace Jones, Boarding Gate and Southland Tales. *Film-Philosophy* 14 (1), 1–102.

Sumiala, J. ym. 2018 Hybrid Media Events: The Charlie Hebdo Attacks and Global Circulation of Terrorist Violence. Bingley: Emerald.

Zimbalist, A. 2015 *Circus Maximus. The Economic Gamble Behind Hosting The Olympics and The World Cup*. Washington: Brookings Institution Press.

Verkkosivut:

Amnesty 7.4.2022 <<https://www.amnesty.org/en/documents/mde22/5388/2022/en/>> Luettu 7.4.2022.

Guardian 18.11.2021 <<https://www.theguardian.com/football/2021/nov/18/alcohol-cruise-ships-rainbow-flags-what-awaits-fans-at-qatar-world-cup>> Luettu 2.2.2022.

Guardian 23.2.2021 <<https://www.theguardian.com/global-development/2021/feb/23/revealed-migrant-worker-deaths-qatar-fifa-world-cup-2022>> Luettu 2.2.2022.

Guardian 29.6.2022 <<https://www.theguardian.com/football/2022/jun/29/qatar-fails-to-offer-world-cup-safety-guarantees-to-lgbtq-fans>> Luettu 13.7.2022.

HRW 7.7.2022 <<https://www.hrw.org/news/2022/07/07/world-cup-shame-fifa-fails-lgbt-rights-test-qatar>> Luettu 13.7.2022.

Qatar2022 YouTube -kanava kisojen virallinen verkkoalusta. <<https://www.youtube.com/c/Qatar2022>> Luettu 3.7.2022.

Qatar National Vision 2030 <<https://www.gco.gov.qa/en/about-qatar/national-vision2030/>> Luettu 9.2.2022.

Qatar Stars League <https://en.wikipedia.org/wiki/2016-17_Qatar_Stars_League> Luettu 2.2.2022.

Road to 2022: Keeping Workers Cool 28.3.2019 <<https://www.youtube.com/watch?v=KfFnprhwdJQ&t=2s>> Luettu 2.2.2022.

Road to 2022: Workers' Appreciation Dinner 28.2.2018 <<https://www.youtube.com/watch?v=Flgf7xuZjhs>> Luettu 1.5.2019.

Yle 30.9.2019 <<https://yle.fi/urheilu/3-10997437>> Luettu 30.9.2019

JULKISET PALVELUTUOTANTOTEHTÄVÄT SUOMALAISTEN LIIKUNTASEUROJEN MUODONMUUTOSTEN LÄHTEENÄ

Kerkko Huhtanen, LitM, Jyväskylän yliopisto / Liikuntatieteellinen tiedekunta. Keskussairaalantie 4, 40014 Jyväskylän yliopisto. P. 040-805 5072. Sähköposti: kerkko.huhtanen@jyu.fi (yhteyshenkilö). **Hannu Itkonen**, YTT, Jyväskylän yliopisto.

TIIVISTELMÄ

Huhtanen K. & Itkonen H. 2022. Julkiset palvelutuotantotehtävät suomalaisten liikuntaseurojen muodonmuutosten lähteenä. Liikunta & Tiede 59 (4), 91-102.

Suomalaisessa yhteiskunnassa kansalaistoimijoilla on aina ollut merkittävä asema väestön hyvinvoinnin ja sosiaalisen turvallisuuden tuottamisessa. Viime vuosina julkinen sektori on kuitenkin pyrkinyt laajentamaan muiden yhteiskuntasektorien toimijoiden, kuten liikunta- ja urheiluseurojen, osallistumista kansalaisten palvelutuotantoon. Tarkastelemme artikkelissa, (1) millaisiin julkisten palvelujen tuotantotehtäviin liikuntaseurat ovat olleet valmiita sitoutumaan ja (2) miten tehtävät ovat muuttaneet seuratoimintaa. Lähestymme tutkimusaihettamme vertailemalla kahdeksaa julkiseen palvelutuotantoon paikallisesti sitoutunutta liikuntaseuraa. Tutkimusaineistomme koostuu tapaustutkimusseurojen toimijoiden teemahaastatteluista ja seuradokumentoinneista. Analyysimenetelmänä käytämme teorialähtöistä sisällönanalyysiä, jossa hyödynnämme David Billisin teoriaa hybridiorganisaatioista.

Tutkimuksemme havainnollistaa edeltäviltä vuosikymmeniltä jatkunutta suomalaisen seuratoiminnan monimuotoistumista, joka on saanut julkishallinnon ohjaamana uusia haaroja kansalaisten liikunnan ja hyvinvoinnin edistämistehtävistä. Tapaustutkimusseurojen monipuolistuneessa palvelutarjonnassa ilmentyvät niin kansallisessa liikuntapolitiikassa painotettujen väestöryhmien ohjatun liikunnan palvelut kuin liikuntaolosuhteiden ylläpitotehtävät. Sektorikohtaisten erityispiirteiden näkökulmasta julkisiin palvelutehtäviin sitoutumisen keskeisimpinä vaikutuksina seuroille näyttäytyvät seuratoimintojen omistajuuden hajautuminen, sisäinen eriytyminen ja toiminnallisten prioriteettien monimuotoistuminen. Kokonaiskuvasa seurojen sitoutumista julkisiin palvelutehtäviin voi tarkastella osana seuratoiminnan laaja-alaisempaa hybridisoitumista, joka ilmenee myös toimintojen liiketoiminnallistamisena ja lisääntyneenä yhteistyönä yksityisen sektorin kanssa.

Avainsanat: kolmannen sektorin organisaatiot, liikuntaseurat, julkiset palvelut, hybridisaatio

ABSTRACT

Huhtanen K. & Itkonen H. 2022. Public service provision as a source of transformations in Finnish sports clubs. Liikunta & Tiede 59 (4), 91-102.

Civil society actors have always had a significant role in the Finnish society providing welfare and social security for citizens. However, in recent years public sector has strived to involve actors of other societal sectors, such as sport clubs, more widely to public service provision. We examine in this article, (1) to what kind of public service tasks have the sport clubs been willing to commit and (2) how have these tasks changed the club activities. We approach our topic with a comparative case study of eight Finnish sport clubs committed locally to public service provision. Our research data consists of club documentation and thematic interviews of the club operatives. Theory driven content analysis is used, utilizing David Billis's theory of hybrid organizations.

Our research demonstrates the ongoing diversification of sport club activities, which has gained new branches from the provision of public services. The maintenance of sports facilities and the organization of physical activities for the demographic groups emphasized on the national sport policy are both represented in the services of the case study clubs. From the sectoral characteristics point of view the main effects of these tasks for clubs were division of ownership, inner differentiation, and diversification of operational priorities. In overall, public service provision can be interpreted as one area of more comprehensive hybridization of sport clubs, manifested also in the businessification of club activities and in increased collaboration with the private sector.

Keywords: third sector organizations, sport clubs, public services, hybridization

JOHDANTO

Suomalaiselle yhteiskunnalle on ollut ominaista kansalais-toiminnan keskeinen asema väestön hyvinvoinnin ja sosiaalisen turvallisuuden tuottamisessa. Ennen toista maailmansotaa monet kansalaisten elämänlaatua parantaneista palveluista rakentuivat kansalaisjärjestöjen vapaaehtoistyön ja yritysten vapaaehtoisien sosiaalitoiminnan varaan. Hyvinvointivaltion rakennusvaiheessa 1950–80-luvuilla kansalaisjärjestöjen tehtäväksi vakiintui julkishallinnon vastuulle ottamien kansalaisten hyvinvointipalvelujen täydentäminen. (Huhtanen & Itkonen 2018.) Viime vuosikymmeninä yhteiskuntaa kriisiytäneet taloustaantumukset ovat ajaneet julkishallintoa jälleen osallistamaan muiden yhteiskuntasektorien toimijoita laajemmin kansalaisten palvelutuotantoon. Osallistaminen ilmenee useilla palvelualueilla, kuten sosiaali- (Rantamäki 2016) ja liikuntapalveluissa (Ilmanen 2015; Koski & Mäenpää 2018, 102–104).

Liikuntakulttuurimme perusyksiköinä liikunta- ja urheiluseuroissa on potentiaalia kansalaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyöhön. Seuratoiminnot painottuvat nykyään lapsiin ja nuoriin, joista lähes 90 prosenttia osallistuu ennen täysikäisyyttään seuratoimintaan (Blomqvist ym. 2019). 15–74-vuotiaista seuratoimintaan osallistuu noin 35 prosenttia ja seuroissa liikuntaa harrastaa noin 13 prosenttia (Aarresola ym. 2019). Ikääntyneille toimintaa järjestävien osuuskin on kasvanut viimeisen 30 vuoden aikana (Koski & Mäenpää 2018, 39).

Liikunta- ja urheiluseuroihin kohdistuvat odotukset tunnistaen näemme artikkelissamme perustelluksi tarkastella, millaisiin julkisten palvelujen tuotantotehtäviin seuramat ovat olleet valmiita sitoutumaan. Toiseksi tarkastelemme, miten julkisiin palvelutuotantotehtäviin sitoutuminen on muuttanut seuratoimintaa. Tutkimuskysymyksiin vastatessamme kuvaamme samalla liikuntaseurojen muuttunutta asemaa kansalaisten liikuntapalvelujen tuotannossa 1990-luvulta nykypäivään.

Hyödynnämme tarkastelussa David Billisin teoriaa *hybridioorganisaatioista*, eli organisaatioista, jotka juureutuvat yhdelle yhteiskuntasektorille, mutta ovat omaksuneet toimintaansa piirteitä ja ydinelementtejä muiltakin sektoreilta (Billis 2010, ks. taulukko 1). Tunnistamme lähestymistavassamme sukulaisuutta suomalaisten sosiaalijärjestöjen hybridisoitumisen tutkimukseen (Rantamäki 2016). Aineistomme koostuu laadullisista tapaustutkimuksista.

TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS

Kehystämme julkisiin palvelutuotantotehtäviin sitoutuneiden liikuntaseurojen tarkasteluamme ympäröivän yhteiskunnan, julkishallinnon ja liikuntaseuratoiminnan lähivuosikymmenten muutoksilla. Ennen kehystämistä teemme muutaman huomion käyttämistämme käsitteistä.

Liikuntasosiologisessa tutkimuksessa suomalaisen yhteiskunnan ja liikuntakulttuurin muutosta on jäsenetty Billisin tavoin nojaten käsitykseen alueilla toimivien organisaatioiden asemoitumisesta kolmelle yhteiskuntasektorille: yksityiselle, julkiselle ja kolmannelle sektorille (ks. esim. Ilmanen 2015, Itkonen 2015). Käsitteellä *kolmas sektori* on viitattu vapaaehtoisperustaiseen, voittoa tavoittelemattomaan ja muodollisesti organisoituun kansalaistoimintaan. Käsite jalkautui suomalaistutkimukseen, hallintoon ja arkipuheeseen kansainvälisistä keskusteluista 1990-luvulla, ja sillä selvennettiin rajaa likeyritysten muodostamaan yksityiseen sekä valtion ja kuntien edustamaan julkiseen sektoriin. (ks. esim. Ruuskanen & Kon-

tin 2015.) *Kansalaistoiminnaksi* on puolestaan ymmärretty yksilön vapaaehtoinen ja julkinen toiminta järjestöissä, yhdistyksissä ja epämuodollisemminkin organisoiduissa yhteisöissä, yhdessä toisten samansuuntaisia tavoitteita omaavien henkilöiden kanssa (ks. esim. Itkonen 2015).

Suomessa organisoitua kansalaistoimintaa edustavien liikunta- ja urheiluseurojen on tulkittu juureutuvan kolmannelle sektorille, mutta huomionarvoista on, että kaikissa yhteiskunnissa tai niiden toimintaloikoilla kansalaistoimintaperustaisten organisaatioiden ei välttämättä ole hahmotettu muodostavan omaa yhteiskuntasektoriaan (ks. Anheier 2004, 1–9; Powell 2020). Toisaalta 2000-luvun yhteiskunnallisten muutosten on tulkittu sumentaneen sektorirajoja ja organisaatioiden asemoitumista selkeiksi sektoreiksi (ks. Bromley 2020; Ruuskanen ym. 2020). Kansainvälisessä tutkimuksessa on peräänkuulutettu niin kolmannen sektorin uudelleenmäärittelyä (Bromley 2020; Powell 2020) kuin voittoa tavoittelemattomien organisaatioiden uudelleenluokittelua suhteessa kolmeen yhteiskuntasektoriin (Anheier 2020). Suomalaistutkimuksessa kolmannen sektorin organisaatioita on kauan kategorisoitu vanhoihin ja uusiin (ks. esim. Huotari ym. 2008, 7).

Tunnistamme tarpeen laaja-alaisemmalle suomalaisen liikunnan kansalaistoiminnan uudelleentarkastelulle. Viime vuosikymmenten yhteiskunnalliset muutokset ovat sumentaneet ja laajentaneet myös liikunnan kolmatta sektoria. Perinteisten liikuntaseurojen sekä uudempien *osakeyhtiö-* ja *konsernisseurojen* rinnalle liikuntapalvelujen järjestäjäkentälle on ilmaantunut muitakin järjestäjäyhteisöjä (ks. esim. Koski & Mäenpää 2018, 105). Osa näistä yhteisöistä on tulkittavissa uutta kolmatta sektoria edustaviksi ammattilaispohjaisiksi ja julkiseen palvelutuotantoon erikoistuneiksi yhdistyksiksi tai yhteiskunnallisiksi yrityksiksi (*social enterprises*, ks. Huotari ym. 2008; Rantamäki 2016). Osa on löyhemmin organisoituja, rekisteröimättömiä yhteisöjä. Perinteistä toimija-ajattelua koettelevat myös järjestäjäkentälle rantautuneet muiden toimialojen yhdistykset sekä liikunnan lajikirjon jatkuva laajeneminen.

Artikkelimme rajaamiseksi kohdennamme katseen liikuntaseurojen toimintaan ja suhteeseen julkisen sektorin toimijoihin. Laaja-alaisempaan liikunnan kansalaistoimijakentän tarkasteluun palaamme myöhemmissä julkaisuissa.

Hallinnon muutokset

Muutostulkinnoissa 1980-lukua on pidetty suomalaisen hyvinvointivaltion, julkisen palvelutuotannon ja kunnallisten liikuntapalvelujen kukoistuskautena (ks. Ilmanen 2015). Toisen maailmansodan jälkeen vaurastuneessa ja palveluyhteiskunnaksi muuttuneessa maassa oli siirrytty julkishallintovetoisen sektoripolitiikan aikaan, jota ilmensi 1960-luvun sosiaalipoliittisen reformin vanavedessä valmisteltu ja vuonna 1980 voimaa astunut ensimmäinen liikuntalaki (1979/984). Liikuntalaki oli puitelaki, joka virallisti liikunnan yhteiskunnallisen aseman. Lain mukaan julkiselle sektorille asetui vastuu kansalaisten liikunnan yleisten edellytysten luomisesta ja järjestöille varsinaisen liikunta- ja urheilutoiminnan järjestämisestä. Työnjako ei ollut yksiselitteinen, sillä esimerkiksi erityisliikunnan toteutus jäi pääosin kuntien vastuulle. (ks. Huhtanen & Itkonen 2018.)

Hyvinvointivaltiota kriisiyttänyt 1990-luvun alun taloustaantuma johti julkishallinnossa palvelutuotannon leikkauksiin sekä hallinnollisiin ja rakenteellisiin uudistuksiin. Jalansijaa saivat uudet julkisjohtamisen opit (*New Public Management*), joiden perusajatuksena oli uusliberalistisen talousajattelun soveltaminen julkisen sektorin päätöksentekoon. (Ilmanen 1996,

201–226; 2015; Temmes 2008; Lehtonen 2017, 3.) Uusia oppeja edustivat tulosohjaus ja tulosjohtaminen, laatujohtaminen, näennäismarkkinamallit, tilaaja-tuottajamallin sovellukset ja ulkoistamiset, liikelaitostamiset ja yhtiöittämiset sekä valtionosuus- ja vapaakuntauudistukset (Temmes & Kiviniemi 1995, 38–44, Yliaska 2014, 12).

Ville Yliaska (2014) on kuvannut, miten Iso-Britannian julkishallinnon uudistuksessa jalostuneet julkisjohtamisen opit jalkautuivat suomalaiseseen hallintopoliittiseen keskusteluun 1970-luvun loppupuolella, ja valtavirtaistuivat 1990-luvulla. Samalla *julkisen palvelun* käsitettä lavennettiin julkissektorin organisaatioiden tuottamista palveluista sellaisiin muiden sektoreiden toimijoiden tuottamiin palveluihin, jotka vastaanottivat julkista rahoitusta tai joiden tuottaminen oli julkishallinnollinen tavoite (Harris 2010). Julkisen ja yleishyödyllisen rajapintojen hämärtyminen heijastui kansalaisjärjestöjen toimintaan.

Julkisen palvelun uudelleenmäärittely ja hallinnolliset uudistukset johtivat yksityisen ja kolmannen sektorin organisaatioiden uudelleenasemoitumiseen. Yksityisen sektorin palvelutuotanto lisääntyi kunnissa ja palvelualueilla, joilla oli edellytyksiä markkinaperustaiselle liiketoiminnalle (Ilmanen 2015; Itkonen & Salmikangas 2015; Laine 2015). Myös kolmannen sektorin organisaatioita alettiin ohjata kokonaisvaltaisempaan kansalaisten hyvinvoinnin edistämiseen. Kansalaisten hyvinvointipalvelujen tuotannossa käännettiin huomio *sektorirajat ylittävään yhteistyöhön*, joka on vahvistunut edelleen. (ks. Heikkala & Koski 2000; Ilmanen 2015; Möttönen & Niemelä 2005; Rantamäki 2016.)

Niukentuneet resurssit palauttivat 1990-luvulla julkishallinnon agendalle myös *poikkihallinnollisen yhteistyön* vahvistamisen (Huhtanen & Itkonen 2018). Väestön hyvinvoinnin tai liikunnan edistämistä ei enää nähty yksittäisen hallinnon tehtäväksi. Muutokset heijastuivat viiveellä lainsäädäntöön. Vuonna 1998 uudistetussa liikuntalaissa (1998/1054) painotettiin paikallista ja alueellista yhteistyötä. Vuoden 2015 liikuntalakiuudistuksessa (2015/390) korostettiin toimialojen yhteistyötä, ja samalla laista poistui liikuntajärjestöjä koskevat tehtäväkirjaukset.

Julkishallinnon uudistukset ovat jatkuneet Suomessa 2000-luvulla. Byrokraattisesta julkishallinnosta (*Public Administration*) on siirrytty uuden julkisjohtamisen oppien kautta uuden julkisen hallinnan (*New Public Governance*) aikaan. Uusi julkinen hallinta ei ole täysin hylännyt edeltävien hallintouudistusten oppeja. On tulkittu, ettei julkishallinto enää yksin kykene ohjaamaan yhteiskuntaa, vaan tarvitsee tehtävässä onnistuakseen ja väestön hyvinvoinnista huolehtiakseen yhteistyötä eri sektoreiden toimijoiden ja kansalaisten kanssa. Paradigmaattisesti julkishallinnon johtamisesta on siirrytty verkostojen hallintaan, jossa yksityisen ja kolmannen sektorin toimijat näyttävät yhteistyökumppaneina ja kansalaiset osallistujina. (Hakari 2013; Karimäki 2020; Möttönen & Niemelä 2005, 79–129; ks. myös Anheier 2004, 3–5.)

Liikuntaseuratoiminnan muutokset

Julkishallinnon uudistukset ovat heijastuneet moninaisesti liikuntaseurojenkin toimintaan. Yksi merkittävimmistä on ollut julkishallinnossa tapahtunut ajattelutavan muutos, jonka mukaisesti liikuntajärjestö- ja -seuratoimintaa on alettu tarkastella vapaan kansalaistoiminnan sijaan osin työkaluna liikuntapoliittisten tavoitteiden edistämässä. Julkisen avustuspolitiikan painopistettä on siirretty kansalaistoiminnan vapautta turvaneista yleisavustuksista julkishallinnon tavoitteita suo-

remmin palveleviin kohde- ja hankeavustuksiin sekä seurojen kanssa solmittuihin palvelutuotosopimuksiin. (Itkonen ym. 2018, 123–124; ks. myös Bromley 2020; Ruuskanen ym. 2020, 9–11.) Julkisen sektorin avustuksiin tukeutuneille seuroille tämä on tarkoittanut joko julkishallinnon toiminnanohjauksen hyväksymistä ja palvelutehtäviin sitoutumista tai varainhankinnan vahvistamista muilla menetelmillä. Samalla on herännyt kysymyksiä kansalaistoiminnan autonomian toteutumisesta seuroissa sekä niiden edellytyksistä toimia perinteisissä edunvalvontatehtävissään suhteessa paikallishallintoon.

Varainhankintansa vahvistamiseksi muilla menetelmin liikuntaseurat ovat lähteneet *monimuotoistamaan* toimintaansa niillä vanhoilla ja uusilla toiminnan osa-alueilla, joilla ovat tunnustaneet potentiaalia talouskasvulle. Aikakauden hengessä laajentamisessa on päädytty soveltamaan myös *markkinalogiikkaa*. Jäsenten ohella palveluja on alettu tarjota muillekin, esimerkiksi yksityisen, muun kolmannen sektorin ja kotitalouksien asiakkaille. Kuvaavaa on sekin, että seuroissa markkinatalousajattelulle tyypillinen toiminnan (jatkuva) laajentaminen vaikuttaa nykyisin varsin yleiseltä tavoitteelta. (ks. Koski & Mäenpää 2018, 39–40, 103–108.)

Vaikka markkinatalousajattelun soveltaminen vapaaehtoisperustaiseen yhdistystoimintaan ei aina ole ongelmatonta, on sen lisääntyminen ymmärrettävää useammastakin syystä. Ensinnäkin julkishallinnon omaksumat markkinatalouden opit ovat heijastuneet sen ohjaukseen ja valuneet valtakunnallisten liikuntajärjestöjen kautta ainakin suurimpiin paikallistasolla toimiviin liikuntaseuroihin erinäisten avustusohjelmien sekä seuratoiminnan kehitysjärjestelmien kriteerien välityksellä (ks. esim. Lehtonen 2017; Bromsley 2020). Toiseksi yksityisen liikuntasektorin kasvu ja syntynyt kilpailutilanne kotitalouksien asiakkaista on pakottanut seuroja tiettyjen markkinatalouden periaatteiden kuten asiakaslähtöisen palvelutuotannon omaksumiseen (Koski & Mäenpää 2018, 106; Laine 2015). Kolmanneksi julkisen sektorin taloudellisen tuen vähentyminen ja olosuhdeinvestointien hiipuminen (ks. esim. Karimäki 2020) ovat ajaneet seuroja myös yhteistyöhön yksityisen sektorin toimijoiden kanssa, minkä voi tulkita edellyttäneen eri sektoreiden käsitteistön ja toimintaperiaatteiden yhteensovittamista.

Aiemmassa tutkimuksessa tunnistettu keskeinen suomalainen liikuntaseuratoimintaa viime vuosina koskettanut muutos on ollut 1970–80-luvuilla käynnistynyt *eriytyminen*, joka on synnyttänyt toimijakentälle kaksi jakolinjaa: yhtäältä kilpaurheilun ja muun liikunnan välille sekä toisaalta vapaaehtoisperustaisen kilpaurheilun ja ammattimaisen huippu-urheilun välille (ks. Itkonen 2015; Itkonen ym. 2018). Muita liikuntaseuratoiminnan muutostrendejä 1980-luvun jälkeen ovat olleet *kustannustason nousu* sekä *ammattimaistuminen* (Koski & Mäenpää 2018, 102–105.), jolla on viitattu seurojen palkallisten työntekijöiden lukumäärän kasvun ohella seuratyön muuhunkin systematisoitumiseen, suunnitelmallistamiseen ja tehostamiseen nyky-yhteiskunnan odotusten mukaisella tavalla.

Organisatorisesti liikuntaseuratoiminnan monimuotoistumisen voi nähdä johtaneen myös seurojen *sisäiseen eriytymiseen*: itse seuraorganisaation jakautumiseen tavoitteiltaan ja periaatteiltaan eriäviin toimintalohkoihin tai -ryhmiin. Rakenteellisesti seuratoimintaa on saatettu *konsernisoida*, eli toimintaa organisoida useampiin rekisteröityihin yhdistyksiin sekä yhtiöitettyihin ja säätiöitettyihin toimintoihin (Mäenpää & Koski 2019, 38–39; Skelcher & Smith 2015). Toisaalta sisäinen eriytyminen on voinut johtaa yhdistysten jakautumiseen. Seuratilastoissa yksiläjiset erikoisseurat ovat kasvattaneet suhteellisen

ta osuuttaan. Yhtenäisen seurakulttuurin merkitys seuroissa on heikentynyt laji-, joukkue- ja toimintaryhmäkeskeisen ajattelun myötä. (Itkonen & Salmikangas 2015; Koski & Mäenpää 2018, 43–46.)

Hybridisaatio muutosten tulkitusajana

David Billisin hybridioorganisaatioiden teoretisoinnin lähtökohtana on, että edellä kuvattu yksityisen, julkisen ja kolmannen sektorin rajojen sumentuminen ja toimintalogiikoiden sekoittuminen kaipaavat vahvempaa käsitteellistä lähestymistapaa. Hybridisoituneeksi hän määrittelee organisaation, joka omaa toiminnan piirteitä ja ydinelementtejä useammalta kuin yhdeltä sektorilta (ks. taulukko 1). Billisin mukaan kaikilla hybridioorganisaatioilla on kuitenkin juurensa yhdellä sektorilla, jonka periaatteisiin ja pelisääntöihin ne ensisijaisesti kiinnittyvät. Niinpä hybridisaatio ei ilmene vain useamman sektorin piirteiden sekoituksena, vaan perustavanlaatuisesti erilaisina hallinnollisina ja operationaalisina periaatteina niin kolmannelle kuin muillekin sektoreille juureutuviin organisaatioissa. (Billis 2010; 2020.)

Billisin ohella yhteiskunnista tunnistettujen hybridioorganisaatioiden tarkastelusta ovat 2000-luvulla kiinnostuneet muutkin, eri tieteenalaja edustavat tutkijat. Yhteisymmärrys on muodostunut siitä, että hybridisaatio ei ole uusi ilmiö, vaan eri sektorien toimintaperiaatteita on yhdistetty yhteiskunnallisten organisaatioiden toiminnassa jopa vuosisatojen ajan (ks. Battilana ym. 2017; Billis 2020; Johanson & Vakkuri 2018, 17–22). Yhteistä on myös käsitys siitä, että hybridioorganisaatioita ja -toimintamalleja on tunnistettavissa kaikilta sektoreilta, vaikka ne viralliselta organisaatiomuodoltaan kiinnittyisivätkin ensisijaisesti vain yhdelle (ks. Billis & Rochester 2020; Bromley 2020; Vakkuri & Johanson 2021).

Hybridioorganisaatioiden hallintaa ja arvonluontia hallintotieteellisestä näkökulmasta tarkastelleiden Jan-Erik Johansonin ja Jarmo Vakkurin pääviestinä on ollut, että näennäisestä monimutkaisuudesta ja koetusta epämääräisyydestä huolimatta hybridit eivät aiemman tutkimuksen perusteella ole yksiselitteisesti toimivampia tai toimimattomampia ratkaisuja kuin perinteiset yksisektorisetkaan. Hybridisoituneet organisaatiot ja toimintamallit, kuten valtio- ja kuntaomisteiset yhtiöt, yhteiskunnalliset yritykset tai voittoa tavoittelemattomien järjestöjen kanssa harjoitettava yhteistyö, ovat vain yleistyneet vaihtoehtoina nyky-yhteiskunnassa ilmaantuneiden monimutkaisempien ongelmien ratkaisemiseen. Yhteistä hybridiratkaisuille on ollut organisaation tai tuotetun toiminnon omistajuuden

jakautuminen, epäyhtenevien päämäärien ja toimintalogiikoiden yhteensovitusarve, monimuotoiset rahoitusjärjestelyt sekä moninaiset sosiaalisen ja institutionaalisen kontrollin muodot. (Johanson & Vakkuri 2018; Vakkuri ym. 2021; ks. myös Vakkuri & Johanson 2021.)

Hieman eri näkökulman sektorirajojen sumentumiseen on ottanut kansalaisyhteiskunnan organisatorista muodonmuutosta tarkastellut Patricia Bromley argumentoidessaan, että nyky-yhteiskunnassa toimivilta organisaatioilta odotetaan samankaltaisia ominaisuuksia – vastuullisuutta, ammattimaisuutta ja reagoivuutta yhteiskunnan odotuksiin – riippumatta sektorista, jonne ne juureutuvat (Bromley 2020). Toisin sanoen, eri sektorien organisaatiot ovat alkaneet muistuttaa toisiaan, mikä korostaa tarvetta niiden sektorisuhteiden sekä valitsevien organisaatiokäsitysten uudelleentarkastelulle. Julie Battilana ym. (2017) ovat puolestaan korostaneet, että hybridioorganisaatioiden luokittelun sijaan lisätutkimusta kaivattaisiin siitä, millaisin muodoin ja missä laajuudessa niiden toiminta on hybridisoitunut.

Billisin mukaan organisaatioiden hybridisoitumisen syvyydessä ilmeneekin eroja: hybridisaatio voi edetä organisaatioissa ajan kanssa pinnalliselta (*shallow*) juurtuneelle (*entrenched*) tasolle tai muodostua uutta perustettaessa koko toiminnan lähtökohdaksi (*enacted hybrid*) (Billis 2010). Tuoreemmassa teoreettisessa tarkastelussaan hän myös tunnistaa tarpeen muiden tutkijoiden esittämälle yhteiskuntasektorien ja niillä toimivien organisaatioiden uudelleenmäärittelylle. Nyky-yhteiskunnan uusi organisatorinen todellisuus kaipaava käsitteiden päivittämistä. (Billis 2020; ks. myös Bromley 2020; Anheier 2020.)

Viimeisen vuosikymmenen hybridisaatiotutkimus tarjoaa tarrantapintoja käsitteellistävälle liikuntaseurojen tutkimukselle. Billisin hybridisaatioteoriaa on jo hyödynnetty suomalaisten sosiaali-, nuoris- ja kulttuurijärjestöjen muutosten tutkimuksessa (ks. esim. Laitinen 2018; Rantamäki 2016; Ruusuvirta 2019). Yhteiskuntatieteellisessä liikuntatutkimuksessa ei ole kattavasti jäsenetty, millaisia muotoja seurojen laajentunut yhteistyö eri sektorien toimijoiden kanssa on saanut, esimerkiksi seurojen vastaanottamien julkisten palvelutehtävien alueella. Tarkastelematta on myös jäänyt, miten sitoutuminen julkiseen palvelutuotantoon ja ylisektoraalisiin yhteishankkeisiin on muuttanut seuratoimintoja: missä laajuudessa seurojen toiminta on hybridisoitunut ja hybridisaatio muovannut toimintakäytäntöjä. Tutkimuksellamme haemme vastauksia juuri näihin kysymyksiin.

Taulukko 1. Eri yhteiskuntasektoreita kuvaavat organisaatiotason ydinelementit (Billis 2010).

Sektori / Ydinelementit	Yksityinen sektori	Julkinen sektori	Kolmas sektori
Omistajuus	Osakkeenomistajat	Kansalaiset	Jäsenet
Hallinto	Yhtiökokoukset, osakemäärään sidottu äänioikeus	Julkiset vaalit, kansalaisuuteen perustuva äänioikeus	Jäsenkokoukset, jäsenyyteen perustuva äänioikeus
Toiminnalliset prioriteetit	Markkinavoimat, yksilölliset valinnat	Julkisen palvelun velvoite, kollektiiviset valinnat	Sitoutuminen omaan missioon
Inhimilliset resurssit	Palkatut työntekijät johdon kontrolloimassa yrityksessä	Palkatut viranhaltijat ja julkiset palvelijat virastossa	Jäsenet ja vapaaehtoistoimijat yhdistyksessä
Taloudelliset resurssit	Liiketoiminnan tuotot	Verotulot	Jäsenmaksut ja lahjoitukset

TUTKIMUSMENETELMÄT JA -AINEISTO

Artikkelissamme tarkastelemme vertailevan tapaustutkimuksen keinoin kahdeksaa julkisten liikuntapalvelujen tuotantoon paikallisesti sitoutunutta liikunta- ja urheiluseuraa. Perusteluna lähestymistavallamme on intressimme yltää kyselytutkimuksia syvällisempään analyysiin seuratoiminnasta. Sektorirajat ylittävää yhteistyötä liikuntapalvelutuotannossa on jo sivuttu aiemmissa tutkimuksissa, mutta aineistonkeruussa ovat painottuneet viranhaltijakyselyt ja -haastattelut sekä julkishallinnon näkökulma (ks. esim. Hyytinen & Kivistö-Rahnasto 2015, 23). Seuratoimijoiden tulkintojen dokumentointi julkiseen palvelutuotantoon sitoutumisen motiiveista ja vaikutuksista on jäänyt vähemmälle huomiolle.

Tutkimuksemme pääaineisto koostuu kahdeksan liikunta- ja urheiluseuran toimijoiden teemahaastatteluista. Haastattelut toteutettiin keväällä 2019 ja niihin osallistui yhteensä 10 henkilöä. Haastatteluista kuusi oli seuransa päätoimisia työntekijöitä, toiminnanjohtajia (4 kpl) tai muita julkisten palvelutuotantotehtävien hallinnoinnista vastaavia toimihenkilöitä (2 kpl). Neljä muuta haastateltavaa olivat seuransa luottamushenkilöitä, puheenjohtajia (3 kpl) tai julkisia palvelutuotantotehtäviä tuntevia hallituksen jäseniä (1 kpl). Haastateltavat valittiin seurakohtaisesti seuran julkisten palvelutehtävien sekä lähihistorian tapahtumien tuntemuksen perusteella. Kahdessa seurassa julkisia palvelutehtäviä organisoitiin vapaaehtoistyöllä. Muissa seuroissa tehtävät olivat siirtyneet tai siirtymässä palkattujen työntekijöiden hallinnoitaviksi. Kaikkiaan haastatteluaineiston kokoaminen tuotti 356 minuuttia äänitallenteita ja 128 sivua litterointia. Haastattelujen taustoittamiseksi, intensiivisemmän seurakohtaisen tarkastelun mahdollistamiseksi ja aineistotriangulaation saavuttamiseksi tutkimusaineistona hyödynnettiin myös avoimista lähteistä kerättyjä sekä haastatteluilta saatuja seurojen dokumentointeja, kuten seurastrategioita, organisaatiokuvauksia ja toimintakertomuksia.

Valviran ylläpitämän sosiaali- ja terveyspalvelujen tuotajien rekisterin (ks. Rantamäki 2016) kaltaisen tietokannan puuttuessa liikunta-alalta tutkimukseen soveltuvia liikuntaseuroja lähdettiin haarukoimaan satunnaisesti valittujen kuntien taustoittavilla viranhaltijakyselyillä. Taustakartoituksella tavoiteltiin kokonaiskuvaa ylisektorialisesta yhteistyöstä ja kolmannen sektorin liikuntapalvelutuottajien lukumäärästä sekä ymmärrystä tapaustutkimusseurojen toimintaympäristöistä. Tämä tutkimusvaihe tuotti ensimmäiset arvokkaat tutkimushavainnot.

Poikkihallinnollistumisen seurauksena liikuntapalvelujen palvelutuotantosopimukset eivät nykykunnissa rajaudu vain yhden viranhaltijan tai hallinnonalan vastuulle. Esimerkiksi liikuntapaikkojen ylläpitoon, ryhmäliikuntapalvelujen tuotantoon tai voimakkaasti laajenneeseen lasten ja nuorten matalan kynnyksen liikuntatoiminnan järjestämiseen liittyviä ostopalvelusopimuksia saattaa hallinnoida useampi viranhaltija, eikä liikuntapalvelujen ostopalvelutuotannon kokonaisvolyymejä välttämättä seurata. Viranhaltija- tai seurasolla ei myöskään ole aina selvää, missä menee raja sopimusvaraisen palvelutuotannon ja kuntien myöntämien harkinnanvaraisten kohdeavustusten välillä. Molemmilla käytännöillä on saatettu vahvistaa kuntalaisten liikuntapalvelutarjontaa, vaikka avustuspoliittisissa ratkaisuisissa kunnan mahdollisuudet ohjata palvelutuotantoa ovat suppeammat (Ruusuvirta & Saukkonen 2010).

Kuntien taustatietokartoituksessa todetut rajoitteet johtivat tapaustutkimuksemme liikuntaseurojen valintaan suun-

niteltua suppeammasta, kuntien liikuntatoimien tiedossa olleesta seurajoukosta. Otanta toteutettiin harkinnanvaraisesti painottaen sitä, että tapaustutkimuskohteet edustaisivat mahdollisimman monipuolisesti tyypillisimpiä kolmannen sektorin toimijoille ulkoistettuja paikallisten liikuntapalvelujen tuotantotehtäviä (ks. Hyytinen & Kivistö-Rahnasto 2015, 16). Tapaustutkimukseen valikoitunutta seurajoukkoa ja niiden toimijahaastatteluissa tarkentuneita julkisia palvelutuotantotehtäviä kuvataan taulukossa 2. Seurat anonymisoitiin, koska anonymiteetin säilyttäminen sovittiin haastateltavien kanssa haastattelujen lähtökohdaksi. Kerättyyn kokonaisaineistoon sisältyi myös osia, erityisesti seurojen inhimillisiin ja taloudellisiin resursseihin liittyviä haastatteluosuuksia, joissa anonymisointi tulkittiin tarpeelliseksi. Aineistoa hyödynnetään myöhemmissäkin julkaisuissa.

Taustatietokartoituksessa todetuista rajoitteista seurasi myös, että kuntien liikuntapalvelujen tuotannossa ilmenevän ylisektorialisesta yhteistyön kokonaisvolyymejä päätettiin lähteä kartoittamaan omalla kyselytutkimuksella. Tämä kuntakysely toteutettiin yhteistyössä Kuntaliiton kanssa syksyllä 2020, ja sen päätulokset raportoidaan myöhemmin. Kyselytutkimusta taustoitettaessa selvisi, että ylisektorialisesta yhteistyötä oli tarkasteltu varsin suppeasti myös aiemmissa kuntien liikuntapalveluja tarkastelleissa kyselytutkimuksissa (ks. esim. Hakamäki ym. 2020; Valtiovarainministeriö 2020).

Tutkimusaineiston keräämisen toteuttivat osaltaan Jyväskylän yliopiston liikunnan yhteiskuntatieteiden koulutusohjelman *Muuttuvat kansalaistoiminnat ja liikuntaorganisaatiot* -opintojaksolle osallistuneet maisterivaiheen opiskelijat, joiden opetuksessa sovellettiin tutkivan oppimisen pedagogista mallia (ks. Lonka ym. 2011). Opiskelijoiden osallistamiseen aineistonkeruuseen kannustivat toisaalta tutkimusekonomiset syyt, toisaalta opintojakson ja koko maisterikoulutuksen tavoitteet perehdyttää opiskelijoita liikunnan kansalaistoiminnan nykytutkimukseen. Kerättyä haastatteluaineistoa usean haastattelijan voimin haasteita voi aiheuttaa haastattelujen yhteismitallisuus. Tässä tutkimuksessa haasteeseen vastattiin perehdyttämällä tutkimusavustajina toimineita opiskelijoita opintojakson luento-opetuksen puitteissa tutkimusaiheeseen, kertaamalla heille menetelmäopinnoista tuttuja tutkimushaastattelujen tekemisen ja tietosuojanormien mukaisen aineistonkäsittelyn käytäntöjä sekä hyödyntämällä strukturoidumpaa teemahaastattelurunkoa. Teemahaastatteluista kaksi toteutettiin puhelinhaastatteluina ja loput kasvokkain.

Tutkimushaastatteluja jäsentäneen teemahaastattelurungon teemoittelussa hyödynnettiin Billisin hybridisaatioteoriassa (2010) kuvattuja eri sektoreiden toiminnan ydinelementtejä (taulukko 1). Haastatellun taustatietoja sekä tutkimuskohteenä olleen liikuntaseuran rakenteita ja julkisia palvelutehtäviä tarkentaneiden kysymysten jälkeen haastatteluissa edettiin seuran tuottamien julkisten palvelujen merkityksistä keskusteluun. Keskustelua ohjasivat etukäteen valitut teemat, joita olivat seuran tuottamien julkisten palvelujen omistajuus, hallinto, toiminnalliset prioriteetit sekä inhimilliset ja taloudelliset resurssit. Teemahaastatteluille luontaisesti haastattelu-teemojen käsittelyjärjestyksessä oli liikkumavaraa, mutta jokaisesta kuitenkin keskusteltiin muutaman haastatteluun kirjatun pääkysymyksen ohjaamana. (ks. Hyvärinen 2017; Tuomi & Sarajärvi 2018, 87–93, 127–128.) Esimerkiksi seuran tuottamien julkisten palvelujen omistajuutta lähestyttiin kysymällä seuratoimijoiden tulkintoja siitä, kenelle seuran tuottamat julkiset palvelut on tarkoitettu, edellyttääkö niiden käyttäminen

Taulukko 2. Tapaustudkimusseurat ja niiden tulkitsemat julkiset palvelutuotantotehtävät.

Seura	Seuratyyppe	Kuntatyyppe	Julkiset palvelutuotantotehtävät
Y1	yleisseura, suurseura	kaupunkimainen	<ul style="list-style-type: none"> Matalan kynnyksen liikuntatoiminta: alakoulu- ja yläkouluikäisille
Y2	yleisseura	kaupunkimainen	<ul style="list-style-type: none"> Matalan kynnyksen liikuntatoiminta (seura-avustuksin) Suunnistuskarttatuotanto (kartta-avustuksin) Hiihtomajakahvilatoiminta Tapahtumatuotanto: suunnistus- ja polkujuoksupahtumat Kunnan liikuntapalvelujen kehittämis- ja kaavoitustyö
Y3	erikoisseura	kaupunkimainen	<ul style="list-style-type: none"> Terveysliikuntaryhmät Perheliikuntatuokiot (suullinen sopimus)
Y4	yleisseura, kyläseura	maaseutumainen	<ul style="list-style-type: none"> Kylän lasten liikuntakerho Kylän talviliikuntapaikkojen ja uimarannan ylläpito Kylän jätekeräyspisteen hoito
Y5	erikoisseura	kaupunkimainen	<ul style="list-style-type: none"> Lakisääteinen koululaisten liikunnallinen iltapäivätoiminta Liikkuva koulu -toiminta: välitunti liikunta, jälkkäriohjaajakoulutus
Y6	erikoisseura, suurseura	taajaan asuttu	<ul style="list-style-type: none"> Iltapäivä- ja liikuntakerhot (säätiörahoitus) Vanhusten kotiliikunta (säätiörahoitus) Liikkuva koulu -toiminta: välitunti liikunta, koulutuntien liikunnallistaminen
Y7	erikoisseura	taajaan asuttu	<ul style="list-style-type: none"> Liikuntakerhot Talviliikuntapaikkojen ylläpitotehtävät Muiden liikuntapaikkojen valvontatehtävät
Y8	erikoisseura, suurseura	kaupunkimainen	<ul style="list-style-type: none"> Peruskoulujen liikuntatunnit Lasten ja nuorten liikuntatoiminta (maanvuokrasopimus) Kunnan liikuntapalvelujen kehittämis- ja kaavoitustyö

seurajäsenyyttä ja ovatko palvelut seuran vai kunnan palvelutoimintaa. Haastattelurunkoa myös pilotoitiin syksyllä 2018 ennen varsinaisten tutkimushaastattelujen tekemistä.

Kerätyn aineiston analyysimenetelmänä käytettiin teoria- lähtöistä sisällönanalyysiä (ks. Tuomi & Sarajärvi 2018, 104–114, 127–132). Aineistonkeruuta seurasi aineiston lukeminen, pilkkominen ja uudelleenryhmittely edellä kuvattuun teemoitteluun (Billis 2010) tukeutuen. Varsinaisessa analyysintavaiheessa aineistohavainnoista tehtyjä tulkintoja vielä peilattiin muiden hybridisaatiotutkimusten tuloksiin. Teknisenä apuvälineenä aineiston hallinnassa ja analysoinnissa hyödynnettiin Atlas.ti-ohjelmistoa.

TULOKSET

Liikuntaseurojen julkiset palvelutuotantotehtävät

Taulukosta 2 ilmenee, miten vertailemiemme seurojen palvelutarjonnassa heijastuvat kokonaisuudessaan kansallisessa liikuntapolitiikassa lähivuosina painottuneet kohderyhmät ja palvelumuodot, kuten lasten ja nuorten matalan kynnyksen liikuntatoiminnot sekä vanhusten ja erityisryhmien palvelut. Samoin palvelutarjonnassa näyttäytyy sitoutuminen liikunnan olosuhdetyöhön. Osa seuratoimijoista tulkitse julkiseksi palvelutehtäväksi myös osallistumisen kuntien liikuntapalvelujen kehittämistyöhön ja kaavoitukseen, joihin niiden asiantuntijatukea oli pyydetty tai osallistuminen oli seuran etujen mukaista (Y2; Y8).

Seurojen julkisten palvelutuotantotehtävien sopimusmuodot vaihtelevat niin kunta- kuin tehtäväkohtaisesti. Tavanomais- tunteiden kirjallisten ostopalvelu- ja palvelutuotantosopimus- ten lisäksi seurat tuottavat palveluja suullisin sopimuksin ja avustuspohjaisesti. Julkisen palvelun käsitteen lauentumista kuvaa, että muutamat kunnallishallintotauastaiset seuratoimijat

ymmärsivät julkiseksi palvelutuotannoksi myös sellaiset kun- talaisille kohdenneet seurapalvelut, joiden rahoitukseen kun- ta ei vielä toistaiseksi osallistunut, mutta joiden tuottaminen oli tulkittavissa julkishallinnon tavoitteiden mukaiseksi (Y6).

Julkiseen palvelutuotantoon sitoutumisen vaikutukset liikuntaseuroille

Toiseen tutkimuskysymykseemme vastataksemme jäsensim- me tapaustudkimusseurojen tarkasteluamme Billisin kuvaamia organisaatioiden sektorikohtaisia erityispiirteitä (taulukko 1) hyödyntäen. Artikkelin rajaustarpeisiin ja tutkimusaineistom- me analyysiin perustuen tarkastelemme tässä tekstissä koko- naisuutena julkisten palvelutuotantotehtävien vaikutuksia seurojen omistajuuteen, hallintoon ja toiminnallisiin priori- teetteihin. Artikkelin ulkopuolelle ja erikseen julkaistavaksi rajasimme vaikutukset seurojen inhimillisiin ja taloudellisiin resursseihin tunnistaen, että julkisten palvelutehtävien aikaan- saama seuraresurssien lisääntyminen muodostaa toisen mer- kittävän, tarkastelutilaa kaipaavan kokonaisuutensa.

Omistajuus

Billisin (2010) hybridisaatioteoriassa organisaation omis- tajuus määritellään talousnäkökulmien sijaan organisaation päätöksentekoon liittyvien oikeuksien ja vastuiden jakautu- misena. Ideaalituypisissä kolmannen sektorin organisaatio- oissa tavoitteita, toiminnallisia prioriteetteja sekä luottamus- henkilövalintoja koskeva muodollinen päätöksenteko-oikeus on jäsenillä, joista tyypillisesti vain osa osallistuu aktiivisesti päätöksentekoon. Muodollisten ja aktiivisten omistajien (*formal & active owners*) lisäksi organisaatioista on erotettavissa kolmas omistajaryhmä, pääomistajat (*principal owners*), jotka ovat kaikkien tuntemia ja toimivat tosiasiallisesti pää- töksenteon aktiivirooleissa. (Billis 2010.) Nykyisissä liikun-

taseuroissa pääomistajien määrittely voi seurakoon kasvaessa ja -rakenteen eriytyessä vaikeutua. Yleiseseuroissa jaosto- ja toimintaryhmärakenteet luovat kerroksisuutta hämärtäen sitä, kenellä on todellisuudessa edellytyksiä osallistua koko seuraa koskevaan päätöksentekoon. Seurahallintoon palkatuille työntekijöille voi kertyä paljonkin vaikutusvaltaa luottamuselinten päätösten valmistelun ja toimeenpanon myötä.

Julkisiin palvelutehtäviin sitoutuminen ja uuden sektorin tehtäväkentälle astuminen kompleksisoivat liikuntaseurojen toiminnan omistajuus- ja tilivelvollisuuskysymyksiä. Haastelluista seuratoimijoista kaikki tunnistivat seurojensa tuottamien julkisten palvelujen kohderyhmäksi joko laaja-alaisesti kuntalaiset tai vaihtoehtoisesti sen kuntalaisryhmän, esimerkiksi koululaiset tai vanhukset, jolle palvelu oli ensisijaisesti tilattu. Tuotettujen julkisten palvelujen käyttäjiltä ei edellytetty seurajäsenyyttä yhtä poikkeusta lukuun ottamatta: erään tapaustutkimusseuran yhdistyssääntöihin oli kirjattu, ettei seura saa järjestää ”pysyvää toimintaa” kuin jäsenille. Asia oli seuran säännöllisten liikuntaryhmien osalta ratkaistu siten, että seura kirjasi ryhmiin osallistujat heidän luvallaan jäsenrekisteriinsä. (Y3.)

Ilman jäsenyyttä seuran järjestämiin toimintoihin osallistuvien mahdollisuudet vaikuttaa seuran toimintaan muuttuvat. Omistajuus korvautuu asiakkuudella, eikä muodollista osallistumisoikeutta seurapäätöksentekoon muodostu. Myös asiakkaiden kanavat seuran palveluihin vaikuttamiseen hajautuvat. Haastelluista vain osa vastasi seuransa keräävän kyselyin palautetta jäsenrekisterin ulkopuolisilta (Y2; Y5; Y6). Julkisista palvelutehtävistä keskusteltaessa osa tunnisti asiakkaiden palautteenannon painottuvan suoriin vuorovaikutustilanteisiin ohjaajien kanssa (Y3; Y5).

Seurayhdistyksen jäsenoimintojen rinnalle rakentuva asiakaspalvelutuotanto ilmentää niin perinteisen yhdistystoiminnan hybridisoitumista (Billis 2010) kuin uuden kolmannen sektorin organisaatioiden piirteiden (Huotari ym. 2008) jalkautumista seuratoimintaan. Omistajuuden näkökulmasta seurayhdistyksen omistavan jäsenkunnan rinnalle kasvava asiakaskunta on huomionarvoinen siksi, että muodolliseen päätöksentekoon osallistumisoikeuden puutteesta huolimatta sen painoarvo voi lisääntyä, mitä suuremmiksi asiakaspalvelutuotannon volyymit kasvavat. Tapaustutkimusseuroista osassa julkisten ja muiden jäsenrekisterin ulkopuolisille suunnattujen palvelujen osallistujamäärät olivat haastattelujen perusteella niin huomattavia, ettei jäsenmäärää tai -toimintoja ollut perusteltua tarkastella ainoana seuratoiminnan laajuuden kuvaajina (Y3; Y5; Y6; Y8). Toisaalta kaikissa seuroissa ei ole asiakaskunnalle suunnattujen palvelujen osallistujamäärien seurantaan vakiintuneita käytäntöjä, mikä vaikeuttaa volyymien arviointia. Useissa seuroissa jäsenyysveloitteista vapaat matalan kynnyksen asiakaspalvelut myös ymmärretään uusien jäsenten rekrytointikanaviksi (Y2; Y5; Y6; Y7). Asiakasmäärän kasvusta nähdään seuranneen niin jäsenmäärän kuin seuran kasvua:

Ei edellytetä (seuran jäsenyyttä). Että se on enemmänkin niinku toiveena, että sitä kautta sitten ehkä joitain lapsia tulee meidän jäseniksi. (Y5.)

Seuran tuottamien julkisten palvelujen yhdeksi pääomistajaksi voi nimetä palvelun tilaajan, tyypillisesti kunnan, jonka edustajilla on tosiasiallista vaikutusvaltaa palvelutuotantoon. Seura on tuottamistaan julkisista palveluista tilivelvollinen ensisijaisesti tilaajalle ja epäsuorasti kuntalaisille, vaikka päätösvalta palvelutuotantotehtävään sitoutumisesta säilyisi seuran omistajilla. Kuntatoimijoiden tilivelvollisuus kuntalaisille saattaa ohjata heitä kantamaan vastuuta palvelujen kohderyh-

mien kuulemisesta ja määrittelemään, miten palvelutuottajat raportoivat toiminnastaan ja osallistuvat käyttäjäläpäläpälä keräämiseen:

No se oikeestaan menee nii, et kunta tai kaupunki on kysyny toiveita näiltä nuorilta, et minkä tyylistä toimintaa he haluaavat. Ja sit sen mukaan kartottaa seuroja, jotka vois tämmösiä tarjota. Että oikeestaan sieltä puolelta sitte ottavat yhteyttä, että onks meillä mahdollisuutta järjestää. Että oikeestaan tän tyylistä se päätösvalta menee. Et ensin se kartotus. Ja sit ku me tietysti raportoidaan siitä, et kuinka paljon niitä kävijöitä, sitten he päättävät et onks kannattavaa jatkaa toimintaa seuraavana kautena tai vuonna. (Y1.)

Julkiseen palvelutuotantoon sitoutuessaan liikuntaseurojen toiminnan omistajajoukko laajenee ja omistajuutta siirtyy julkiselle sektorille (Rantamäki 2016). Muutosta edesauttavat myös seurahallintoon palvelutuotantotehtäviä organisoimaan rekrytoituvat uudet omistajat, seuratyöntekijät tai luottamushenkilöt, jolle julkisen sektorin toimintalogiikka on ennestään tuttu tai tulee tutuksi tehtävien myötä (ks. Billis 2010). Seurojensa palvelutuotantoa tunteneista luottamushenkilöistä useimmat työskentelivät kunnallishallinnossa (Y2; Y3; Y6), ja seuratyöntekijöilläkin oli työkokemusta julkiselta sektorilta (Y5).

Tilaaajan omistaja-aseman tunnistamisesta huolimatta seuratoimijoiden käsitykset seurojen julkisen palvelutuotannon omistajuudesta vaihtelivat. Enemmistö tulkitsevi tuotetut julkiset palvelut ensisijaisesti seuratoiminnaksi, eikä kuntapalveluiksi (Y2; Y4; Y5; Y6; Y8). Tulkinta heikkeni, mitä etäämpänä tuotettu palvelu oli seuran perinteisestä toiminnasta (Y1; Y7b).

Kyllä me nähdään sillä lailla, että jos ajatellaan ihan puhtaasti niin kuitenkin menee kunnan puolelle siinä mielessä, että keskustelut on käyty vaikka iltapäiväkerhotoiminnasta, että se on puhtaasti kunnan toimintaa, jota ostetaan seurakunnista tai muista, niin se menee ihan puhtaasti kunnan puolelle samoin kuin seniori-ikäisten liikunnan järjestäminen. (Y7b.)

Hallinto

Seuratoiminnan omistajuus- ja valtasuhteiden muutokset vaikuttavat seurojen hallinto- ja johtamisrakenteisiin. Billisin (2010) mukaan perinteisen kolmannen sektorin organisaation toiminnan hybridisoituminen voi edetä ajan myötä ja luonnollisella tavalla pinnalliselta juurtuneelle tasolle. Pinnallisen hybridisoitumisen piirteitä ovat organisaation toiminnan kaupallistuminen, ensimmäiset työntekijäpalkkaukset operatiivisiin tehtäviin sekä julkisen ja yksityisen rahoituksen saaminen organisaation tavoitteiden edistämiseen. Juurtunutta hybridisoitumista ilmentävät organisaation vakiintuneet julkiset ja yksityiset tulovirrat, tulovirtojen varmistamiseksi päätöksentekolimiini pysyväisluonteisesti hyväksytyt muiden sektoreiden edustajat, moniportaiset hierarkkiset johtamisjärjestelmät sekä palkatun henkilöstön nousu määrääväan asemaan operatiivisten tehtävien hoitamisessa. (Billis 2010.)

Taulukossa 3 kootaan tapaustutkimusseurojen hybridisaation tunnusmerkkejä. Seuroista enemmistön (75 %) toiminnasta oli tunnistettavissa juurtuneen hybridisaation piirteitä, vaikka niistä kahdessa hybridisoituminen lienee vielä juurtumisvaiheessa. Viimeisessä kahdessa vapaaehtoistyöperustaisessa seurassakin toiminta oli vähintään pinnallisesti hybridisoitunutta.

Billisin (2010) mukaan hybridisaation juurtuminen voi alkaa organisaatiossa niin hallinnosta kuin operatiiviselta tasolta. Enemmistössä tapaustutkimusseuroista julkisten palvelutehtävien vastaanottamisen ja vakiintumisen voi väittää vauhdittaneen seuratoiminnan laajempaa hybridisoitumista. Julkisten palvelutehtävien, erityisesti päiväsaikaan tarjottavien ohjaus-

palvelujen, hoitaminen on edellyttänyt seuroilta työntekijäpalkkauksia ja tehtävien laajentuminen henkilöstöhallinnon organisointia (Y1; Y3; Y5; Y6; Y8). Tulovirtojen vakiintuessa julkisten palvelutehtävien tukemana palkatulle hallintohenkilöstölle on voinut rakentua määräävä asema seurassa, ainakin omalla toiminnan vastuualueellaan (Y1; Y5).

Hybridiorganisaatioiden hallintomalleihin syventyneet Chris Cornforth ja Roger Spear ovat esittäneet, että vaikka kolmannen sektorin organisaatioiden ideaalityyppinä edelleen pidetäänkin jäsenvaltaista, kaksiportaisen hallintomalliin perustuvaa yhdistystä (*membership association*), esiintyy niiden

hallintorakenteissa käytännössä huomattavaa vaihtelua. Jäsenistön ja sen valitseman hallituksen kokousten ohella seurayhdistyksessä päätösvaltaa voi olla valuttu alajaostojen, tytäryhdistysten, yhtiöitettyjen osien ja säätiöiden päätöksentekelimille. Lisäksi päätöksentekijöiksi on saatettu hyväksyä yhteistyösyistä jäsenrekisterin ulkopuolisia eri sektorien sidosryhmien edustajia. (Cornforth & Spear 2010.)

Tutkituista liikuntaseuroista ei paljastunut muodollisia päätöksentekelimä, joissa toimisi jäsenoikeudettomia sidosryhmien edustajia. Yhden seuran operatiivisiin työryhmiin oli kutsuttu mukaan ulkopuolisia asiantuntijoita (Y6). Haastattelut

Taulukko 3. Pinnallisen ja juurtuneen hybridisaation tunnusmerkkejä tapaustutkimusseuroissa.

Seura	Seuratyypit	Hybridisaation taso	Hybridisaation tunnusmerkit
Y1	yleisseura, suurseura	juurtunut	<ul style="list-style-type: none"> • Moniportainen hierarkkinen johtamisjärjestelmä: palkattuja hallinnon työntekijöitä, ohjaajia ja valmentajia, itsenäiset lajijaostot omine päätöksentekelimineen ja työntekijöineen • Palkattujen työntekijöiden määräävä asema osassa toiminnoista: mm. julkiset palvelutuotantotehtävät • Säännöllistyneet julkiset ja yksityiset tulovirrat
Y2	yleisseura	pinnallinen	<ul style="list-style-type: none"> • Toiminnan kaupallistuminen: kasvanut massatapahtuma- ja asiakaspalvelutuotanto • Talkootyöpohjainen palvelutuotanto • Julkisten palvelutuotantotehtävien tulojen ohjaaminen seuran päätarkoituksen edistämiseen: jäsenoiminta
Y3	erikoisseura	juurtumassa	<ul style="list-style-type: none"> • Toiminnan kaupallistuminen: kasvanut asiakaspalvelu- ja tapahtumatuotanto • Yksinkertainen hierarkisoitumassa oleva johtamis-järjestelmä: ensimmäinen hallinnon työntekijä palkattu • Palkattujen työntekijöiden määräävä asema osassa toiminnoista: julkiset palvelutuotanto- ja ohjaustehtävät • Vakiintunut julkisen palvelutuotannon tulovirta
Y4	yleisseura, kyläseura	pinnallinen	<ul style="list-style-type: none"> • Toiminnan vähäinen/olematon kaupallistuminen • Talkootyöpohjainen palvelutuotanto • Julkisten palvelutuotantotehtävien tulojen ohjaaminen seuran tarkoituksen edistämiseen: lasten ja nuorten liikuttaminen, kylän elinvoimaisuuden ylläpitäminen
Y5	erikoisseura	juurtunut	<ul style="list-style-type: none"> • Moniportainen hierarkkinen johtamisjärjestelmä: palkattuja hallinnon työntekijöitä, ohjaajia ja valmentajia • Palkattujen työntekijöiden määräävä asema osassa toiminnoista: mm. julkiset palvelutuotantotehtävät ja urheilutoiminnan vastuuvaimennustehtävät • Urheilutoiminnan ja yhteiskuntapalvelutoiminnan rakenteellinen eriytyminen • Vakiintunut julkisen palvelutuotannon tulovirta
Y6	erikoisseura, suurseura	juurtunut	<ul style="list-style-type: none"> • Moniportainen hierarkkinen johtamisjärjestelmä: palkattuja hallinnon työntekijöitä, ohjaajia ja valmentajia • Ulkopuolisia asiantuntijajäseniä operatiivisissa tiimeissä • Urheilutoiminnan ja yhteiskuntapalvelutoiminnan rakenteellinen eriytyminen • Palkattujen työntekijöiden määräävä asema osassa toiminnoista: mm. julkiset palvelutuotantotehtävät ja urheilutoiminnan vastuuvaimennustehtävät • Säännöllistynyt ja monipuolistunut yksityinen ja julkinen hankerahoitus (määräaikaishoitus)
Y7	erikoisseura	juurtumassa	<ul style="list-style-type: none"> • Moniportainen hierarkisoitunut johtamisjärjestelmä: ensimmäiset hallinnon työntekijät palkattu, vapaaehtoisvalmentajia ja -toimijoita • Kaupallistunut toiminta: julkisten palvelujen laajentamis- ja asiakaspalvelukonseptien kehittämissuunnitelmia • Vakiintumaton julkisen palvelutuotannon tulovirta
Y8	erikoisseura, suurseura	juurtunut	<ul style="list-style-type: none"> • Kaupallistunut toiminta: monimuotoinen asiakaspalvelu- ja tapahtumatuotanto • Hierarkkinen johtamisjärjestelmä: toiminnanjohtaja, palkattuja valmentajia ja muita työntekijöitä • Palkattujen työntekijöiden määräävä asema: mm. toiminnan johto, julkiset palvelutuotanto- ja vaimennustehtävät • Säännöllistyneet julkiset ja yksityiset tulovirrat

osoittivat julkisen sektorin työkokemusta omaavien luottamus- henkilöiden ja työntekijöiden vaikuttaneen seurojen palvelu- tuotantotehtävien vastaanottamiseen ja niiden laajentamiseen (Y3; Y5; Y6). Olemassa tai suunnitteilla olevia konserniraken- teita, kuten tytäryhdistyksiä, yhtiöitä ja säätiöitä, ilmeni puo- lussa seuroista (Y1; Y3; Y6; Y7).

Julkisiin palvelutehtäviin heijastunut liikuntaseurahallinnon nykypiirre oli jaostojen ja toimintaryhmien autonomia, joka havainnollistui suuremmissa yleisseuroissa. Seurojen keskus- hallinnon ohella osa jaostoistakin oli ottanut vastuulleen jul- kisia palvelutehtäviä. Näiden tehtävien yksityiskohdat tai to- teutusjärjestelyt eivät välttämättä olleet emoseuran päättäjien hallinnassa enää sopimusten hyväksymisen jälkeen. (Y1; Y2.) Tämä avasi mahdollisuuksia palvelutuotannon funktioiden monimuotoistumiselle seuran sisällä.

Kolmessa tapaustutkimusseurassa julkisten palvelutehtävien vakiintuminen, laajentuminen ja niihin liittyvä palkattujen am- mattilaisten rekrytoituminen antoivat kuvan, että seuroihin oli muodostunut tai muodostumassa perinteisten lajijaostojen rin- nalle uusi palvelutuotantoon erikoistuva toimintayksikkö (Y1; Y5; Y6; ks. myös Skelcher & Smith 2015). Pisimmälle rak- ennemuutos oli edennyt seurassa, jossa lajijaostojen irtaan- tumiset seurayhdistyksestä olivat aiemmin johtaneet yleisseu- ran supistumiseen erikoisseuraksi. Perinteinen jaostorakenne oli korvautunut tiimeillä vastuualueineen. Sittemmin seuran organisaatiokaaviossa valmennuspäällikön johtaman urheilu- toiminnon rinnalle oli muodostunut *yhteiskuntavastuun* vas- tuualue, jota johti myös kunnallishallinnossa työskentelevä seuratyöntekijä. (Y6.)

Toiminnalliset prioriteetit

Hybridisoituneiden toimintojen juurtuminen kolmannen sek- torin organisaatioihin saattaa Billisin (2010) mukaan johtaa ulkopuolisten tai sisäisten voimien ohjaamana organisaation alkuperäisen tarkoituksen uudelleentarkasteluun. Kaikissa ta- paustutkimusseuroissa yhdistyssääntöihin kirjattu toiminnan tarkoitus oli yleistettävissä kansalaisten liikunnan edistämisek- si, vaikka muutamissa toimintaa rajattiin lisämääreihin vain se- urajäsenille (Y3; Y7) tai suunnattiin tiettyihin painopistelajei- hin ja -liikuntamuotoihin (Y5; Y7; Y8). Tarkoitusta toteutettiin tarjoamalla niin harrasteliikunnan kuin kilpaurheilun osallistu- mismahdollisuuksia. Nämä piirteet vahvistivat kuvaa seurois- ta perinteisinä yhdistyksinä, joiden tavoitteellisuus oli lähtö- kohdiltaan yhdensuuntainen julkisen liikuntahallinnon kanssa. Sääntökirjausten tasolla yksikään seuroista ei näyttänyt uu- simuotoisena kolmannen sektorin organisaationa, jolle palve- lujen tuottamisesta, myymisestä ja työllistamisestä olisi muo- dostunut olemassaolon ensisijainen tarkoitus (vrt. Huotari ym. 2008).

Rantamäen (2016) tutkimuksen mukaan sosiaalipalveluja tuottavissa kolmannen sektorin organisaatioissa julkisten pal- velutehtävien laajeneminen ja ammattilaistuminen ovat vä- hentäneet jäsenenä suunnatun toiminnan painoarvoa. Orga- nisaatioiden edustajista yli puolet arvioi, ettei toiminta enää vastannut yhdistyksen alkuperäistä tarkoitusta. (Rantamäki 2016.) Julkisten palvelutehtävien suhteellisen painoarvon li- sääntyminen ilmeni myös tutkimissamme liikuntaseuroissa, mutta useiden seuratoimijoiden mielestä tehtävät palvelevat lopulta laaja-alaisemminkin yhdistyksen toimintaa. Julkishal- linnon resursoimana järjestetyn harrastustoiminnan ymmärret- tiin vahvistavan seuran tunnettavuutta ja madaltavan osallis- tujien kynnystä hakeutua mukaan jäsenoimintoihin (Y2; Y5; Y6; Y8). Palvelutehtäviin sitoutumisen motiiveista keskustel-

taessa tyypillisiä olivat viittaukset yhdistyksen päätarkoituk- seen (Y1; Y3; Y4; Y5; Y6; Y7). Toiminnan juuret eivät olleet unohtuneet tai ne olivat nousseet uudelleen pintaan palvelutu- ointaan sitoutumisen merkityksiä pohdittaessa:

Mä nään, että seurojen tehtävä on kasvattaa lapsia, nuoria ja aikuisia tämmöiseen liikunnalliseen elämäntapaan. Sen li- säksi, että jokaisella seuralla on se oma laji ja se oma seura ja logo ja kaikki, niin se kaikkein tärkein tehtävä on semmo- nen liikunnallisen elämäntavan, siihen kasvattaminen ja sen ylläpitäminen. (Y5.)

Seurojen hybridisoitumista kuvastaa, että toiminnan tarkoi- tuksesta keskusteltaessa joidenkin seuratoimijoiden puheeseen oli tarttunut julkishallinnon tavoitteellisuutta ja julkisjohtami- sen kieltä. Seurajäsenten liikunnan edistämisen sijaan keskus- telua käännettiin laajempiin kuntalaisten liikuttamisen tavoit- teisiin, liikuntapalvelujen tuottamiseen ja kehittämiseen sekä toiminnan yhteiskunnallisen vaikuttavuuden lisäämiseen. (Y6; Y7a; Y7b.)

Sanotaan, että strategia tietysti on lasten ja nuorten liikun- tapalveluiden tuottaminen. Meillä on aika vahva arvopohja, meillä on yhteiskuntavastuu vahvasti mukana. Halutaan olla liikuttamassa myös kuntalaisia, jotka eivät välttämättä itse fyy- sisten, sosiaalisten tai taloudellisten rajoitteiden vuoksi pys- ty olemaan mukana kollektiivisessa urheiluseuratoiminnassa. Halutaan luoda toiminta-alueella yhteiskunnallista ja sosiaa- lista merkitystä ja vaikuttavuutta. (Y7a.)

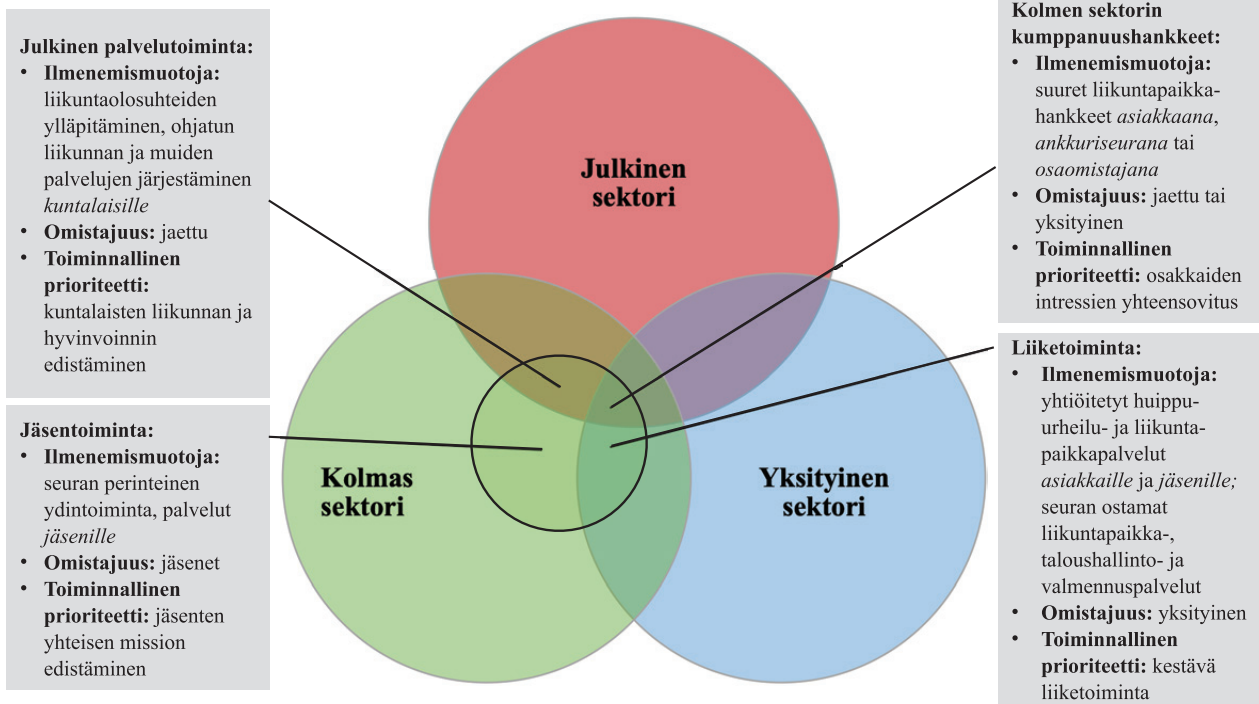
Tapaustutkimusseurojen toiminnallisten prioriteettien ja hallintorakenteiden rinnakkaistarkastelu viittasi siihen, että julkisiin palvelutuotantotehtäviin sitoutumisen yhtenä lop- putulemana voi olla seuratoiminnan sisäinen eriytyminen. Etenkin seuroissa, joissa julkisiin palvelutehtäviin heittäyty- minen oli synnyttänyt organisaatioon perinteisten lajijaosto- jen ja -toimintojen rinnalle uuden palvelutuotantoon erikois- tuneen ja palkattuja ammattilaisia työllistävän yksikön (Y1; Y5; Y6), oli tunnistettavissa toiminnallisten prioriteettien mo- nimuotoistumista. Perinteinen seuran urheilutoiminta oli täy- dentynyt julkisrahoitteisilla harrastustoimintoilla, joissa kil- pailutavoitteiden sijaan korostuivat liikuntakasvatukselliset, yhteisölliset ja elämykselliset tavoitteet. Näiden seuratoimin- nan ulottuvuuksien itsenäinen rinnakkaiselo havainnollistui seuratoimijahaastatteluissa:

Meillä on erikseen edustusjoukkue, heillä on omat tilit. Ja vaikka me ollaan tässä saman seuran alla, niin he toimii oma- naan yksikkönään. Ja sit on tää kaikki junnujalkapallo. Ja sit meillä on tämmöstä koulu yhteistyötä, elikkä kaikki iltapäivä- toiminnat ja välituntiliikunnat ja kerhot ja päiväkotiyhteistyö, niin on tavallaan semmoisena omana yksikkönään. (Y5)

Harrastuksellinen seuratoiminta vaikutti kasvattaneen ta- paustutkimusseuroissa painoarvoaan suhteessa kilpaurheiluo- rientoituneeseen seuratoimintaan (ks. myös Itkonen & Salmi- kangas 2015). Muutos on kuitenkin pitempiaikainen, eikä ole selitettävissä pelkästään lisääntyneellä julkishallinnon yhteis- työllä ja ohjauksella.

Käytännössä se menee siihen, että halutaan olla liikunna- linen palveluntarjoaja, perinteisestä urheiluseura-ajattelusta kohti liikunnan palveluntarjoajamallia eli pystytään harrasta- maan tavoitteellista jalkapalloa, mutta sitten on hauskanpidon harrastajaryhmä mahdollista. Pystytään tarjoamaan erilaista kohderyhmille. Kaikki ei halua kilpailla, niin sitten myös pysty- tään tarjoamaan niille matalan kynnyksen jalkapalloa. (Y7a.)

Seuratoimintojen prioriteettien monimuotoistuminen ja si- säinen eriytyminen herättävät kysymyksen, miten erilaisia toi- mintatavoitteita omaavien yksiköiden yhteistoiminta jatkuu



Kuvio 1. Hybridisoituneen liikuntaseuran toimintakentät, tutkimuskirjallisuuteen tukeutuen ja tapaustutkimusaineistoa tulkiten.

emoyhdistyksen alla (vrt. Mäenpää 2021). Tapaustutkimusseurojenkin lähihistoriasta löytyi esimerkkejä kilpaurheiluorientoituneiden laji- ja lajialueiden erkaantumisesta omiksi yhdistyksiksi (Y1; Y5; Y6) sekä fuusioitumisesta toisen saman lajin yhdistyksen kanssa (Y1; Y5).

Kokonaiskuvassa liikuntaseurojen siirtymistä julkisen palvelutuotannon tehtäväkentälle voi tarkastella osana nykypäivän seuratoiminnan laaja-alaisempaa hybridisoitumista, jota tutkimuksemme tuloksia yhteen vetäen havainnollistamme kuviossa 1. Julkisten palvelutehtävien ohella muiden sektorien organisaatioille tyypillisempiä toimintamalleja voi juurtua liikuntaseuroihin toimintojen yhtiöittämisen, yritysyritysten sekä kaikkien kolmen sektorin toimijoita osallistavien kumppanuushankkeiden myötä. Samoin toimintamallien sulautuminen voi käynnistyä seurassa sisäisesti, esimerkiksi organisaatioon rekrytoitujen luottamushenkilöiden ja työntekijöiden toimesta (Billis 2010; Cornforth & Spear 2010). Palkatut työntekijät edustavat jo itsessään perinteisestä vapaaehtoistoiminnasta poikkeavia käytäntöjä liikuntaseuroissa.

JOHTOPÄÄTÖKSET

Julkisten palvelujen tuotantoon sitoutuneiden liikuntaseurojen vertailumme havainnollisti edeltäviltä vuosikymmeniltä jatkunutta suomalaisen seuratoiminnan monimuotoistumista, joka on saanut 1990–2000-luvuilla julkishallinnon ohjaamana uusia eriytyneitä ulottuvuuksia kansalaisten liikunnan ja hyvinvoinnin edistämistehtävistä. Tapaustutkimusseurojen monipuolistuneessa palvelutarjonnassa ilmentyivät niin kansallisessa liikuntapolitiikassa painotettujen väestöryhmien ohjatun liikunnan palvelut kuin liikuntaolosuhteiden ylläpitotehtävät. Seuratoimijoiden tulkinnoissa julkiset palvelutehtävät tukivat seurojen päätarkoitusta eli niiden vaikutuspiirissä olevien kansalaisten liikunnan edistämistä. Tapauskohteisesti toi-

mintojen katsottiin laajemminkin edistävän paikallista hyvinvointia. Yhdessäkään seurassa palveluja ei nähty organisaation missiosta poikkeaviksi tai pelkästään varainhankintamotiivein tuotetuiksi.

Organisaatioiden hybridisoitumisen näkökulmasta yhteistä tapaustutkimuseuroille oli, että julkisesta informaatio- ja resurssiohjauksesta sekä muilta sektoreilta omaksutuista toimintamalleista huolimatta niiden juuret eivät olleet irronneet kolmannen sektorin kasvumaaperästään. Julkishallinnon tilaamien ja jäsenrekisterin ulkopuolisille tuotettujen palvelujen laajentuessakin perinteiset jäsenoiminnat olivat säilyneet seurakäytännöissä. Julkisten palvelutehtävien suhteellinen painoarvo oli lisääntynyt, mutta samalla kasvattanut jäsenoimintoja seuratoiminnan tunnettavuutta vahvistamalla ja liittymiskynnystä madaltamalla. Julkisten sosiaalipalvelujen tuotantoon sitoutuneiden kolmannen sektorin organisaatioiden kaltaista yhteisön alkuperäisen tarkoituksen hämärtymistä ei vertailluista liikuntaseuroista paljastunut (vrt. Rantamäki 2016).

Tutkimuksessa hyödynnetyn sektorikohtaisten erityispiirteiden analysointikehyksen (taulukko 1) valossa julkisten palvelujen tuotantotehtäviin sitoutumisen keskeisimpinä vaikutuksina seuroille näyttäytyivät seuratoimintojen omistajuuden hajautuminen (ks. myös Vakkuri ym. 2021), sisäinen eriytyminen ja toiminnallisten prioriteettien monimuotoistuminen. Omistajuuden hajautuminen ilmeni tapaustutkimusseuroissa siten, että tuotetun julkisen palvelutoiminnan alueella toimintaan liittyvää päätösvaltaa jakautui sopimusmuodon mukaisesti tilaajaorganisaationa toimivalle kunnalle. Palvelutuotantoa ammattimaistaneissa seuroissa tosiasiallista vaikutusvaltaa jalkautui myös palkatuille työntekijöille.

Sisäistä eriytymistä kuvaa, että julkisten palvelutehtävien vakiintuessa, laajentuessa ja ammattimaistuessa tapaustutkimusseuroihin oli muodostunut perinteisten laji- ja lajialueiden rinnalle itsenäisiä palvelutuotantoon erikoistuvia toimintayksiköitä.

Näiden yksiköiden toiminta oli linjassa yhdistyksen päätarkoitukseen, mutta toiminnallisilta prioriteeteiltaan monimuotoisti seuran palveluja. Seurojen yhteiskuntavastuutoimintaa oli lokeroitu mutta ei vielä segregoitu omiin yhdistyksiinsä, mikä voi myös olla yksi eriytymisprosessin lopputulema (ks. Skelcher & Smith 2015). Seurarakenteen konsernisoituminen voi edelleen monimutkaistaa toiminnan omistajuus- ja päätösvaltasuhteita sekä seurajohtamista.

Kuluvan vuosikymmenen hybridisaatiotutkimuksen herättämiin kysymyksiin peilaten tapaustutkimuksemme perusteella vaikuttaa myös siltä, että julkisiin palvelutuotantotehtäviin sitoutuneiden liikuntaseurojen hybridisoitumisen muodoissa ja syvyydessä ilmenee eroja (ks. Bromley 2020; taulukko 3). Osassa toimintaansa ammattimaistaneista seuroista hybridisoituneita toimintamalleja voi luonnehtia syvälle juurtuneiksi. Toisaalta vapaaehtoistyöperustaisuuttaan vaalineiden seurojen toiminnastakin on tunnistettavissa pinnallisen hybridisoitumisen piirteitä. Eriasteisesti ja -vaiheisesti edennyt hybridisoituminen vaikuttaa kuuluvan suomalaisten liikuntaseurojen nykyiseen organisatoriseen todellisuuteen (ks. Billis 2020).

Artikkelissamme emme tarkastelleet, miten julkisten palvelujen tuotantotehtäviin sitoutuminen on vaikuttanut liikuntaseurojen inhimillisiin ja taloudellisiin resursseihin. Aiheeseen palataan pääkirjoittajan väitöskirjatutkimuksen myöhemmissä julkaisuissa. Suomalaisen seuratoiminnan nykytilanteen ymmärtämiseksi ja hallitsemiseksi kaivataan lisätutkimusta kaikilta edellä kuvatuilta seurojen toimintakentiltä (ks. kuvio 1). Lisäksi hybridisaatiotutkimusta olisi paikallaan laajentaa muihin liikunnan toimijakentän perinteisiin sekä uusimuotoisiin organisaatioihin (ks. esim. Koski & Mäenpää 2018, 105). Eri sektorien toimintalogiikoiden ymmärrys vaikuttaa nykypäivän liikuntajohtamisessa välttämättömältä (ks. myös Smith 2010; Szerovay 2020).

Paikallisessa liikuntapalvelutuotannossa harjoitetun ylisektoraaialisen yhteistyön koko volyymin hahmottamiseksi tarvitaan tutkimusta, jossa huomioidaan kuntalaisten liikunnan ja hyvinvoinnin edistämistyön viime vuosikymmenten poikkiallinollistuminen. Nykykunnissa sektorirajat ylittävien yhteistyösopimusten hallinnointi jakautuu poikkiallinollistumisen seurauksena entistä useamman hallinnonalan ja viranhaltijan vastuulle.

LÄHTEET

Aarresola, O., Mäkinen, J. & Kapustamäki, H. 2019. 15–74-vuotiaiden suomalaisten osallistuminen urheiluseuratoimintaan. Infograafi. Jyväskylä: KIHU.

Anheier, H. K. 2004. *Civil society. Measurement, evaluation, policy.* Routledge.

Anheier, H. K., Lang, M., & Toepler, S. 2020. *Comparative Nonprofit Sector Research: A Critical Assessment.* Teoksessa W. Powell & P. Bromley (ed.) *The Nonprofit Sector: A Research Handbook*, 3rd Edition. Redwood City: Stanford University Press, 648–676.

Battilana, J., Besharov, M. & Mitzinneck, B. 2017. On Hybrids and Hybrid Organizing: A Review and Roadmap for Future Research. Teoksessa R. Greenwood, C. Oliver, T. B. Lawrence & R. E. Meyer (ed.) *The SAGE Handbook of Organizational Institutionalism.* SAGE Publications Ltd, 128–162.

Billis, D. 2010. Towards a theory of hybrid organizations. Teoksessa D. Billis (ed.) *Hybrid Organizations and the Third Sector: Challenges for Practice, Theory and Policy.* Hampshire: Palgrave Macmillan, 46–69.

Billis, D. 2020. Hybrid organisations and human problems. Towards a New Organisational Reality. Teoksessa D. Billis, D. & C. Rochester (ed.). *Handbook on hybrid organisations.* Cheltenham, UK: Edward Elgar Publishing, 424–447.

Billis, D. & Rochester, C. (ed.) 2020. *Handbook on hybrid organisations.* Cheltenham, UK: Edward Elgar Publishing.

Blomqvist, M., Mononen, K., Koski, P. & Kokko, S. 2019. Urheilu ja seuraharrastaminen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa.* LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. VLN:n julkaisuja 2019:1. Helsinki, 47–56.

Bromley, P. 2020. The Organizational Transformation of Civil Society. Teoksessa W. Powell & P. Bromley (ed.) *The Nonprofit Sector: A Research Handbook*, 3rd Edition. Redwood City: Stanford University Press, 123–143.

Cornforth, C. & Spear, R. 2010. The governance of hybrid organizations. Teoksessa D. Billis (toim.) *Hybrid Organizations and the Third Sector. Challenges for Practice, Theory and Policy.* Hampshire: Palgrave Macmillan, 70–90.

Hakamäki, P., Aalto-Nevalainen, P., Saaristo, V., Saukko, N. & Ståhl, T. 2020. Liikunnan edistäminen kunnissa – TEA 2020. Valtakunnalliset liikuntapoliittiset linjaukset alihyödynnetyt kuntien työkaluna. THL:n tilastoraportti 42/2020.

Hakari, K. 2013. Uusi julkinen hallinta – kuntien hallinnonuudistusten kolmas aalto? Tutkimus Tampereen toimintamallista. *Acta Universitatis Tampensis* 1871. Tampere.

Harris, M. 2010. Third sector organizations in contradictory policy environment. Teoksessa D. Billis (toim.) *Hybrid Organizations and the Third Sector. Challenges for Practice, Theory and Policy.* Hampshire: Palgrave Macmillan, 25–45.

Heikkala, J. & Koski, P. 2000. Järjestöt kolmen merkitysulottuvuuden - vapaaehtoisuuden, valtion ja markkinoiden – leikkauspisteessä. Teoksessa H. Itkonen, J. Heikkala, K. Ilmanen & P. Koski. *Liikunnan kansalaistoiminta. Muutokset, merkitykset ja reunaehdot.* Liikuntatieteellisen Seuran julkaisuja nro 152. Helsinki: LTS ry, Joensuu yliopisto, Jyväskylän yliopisto & SLU ry, 107–118.

Huhtanen, K. & Itkonen, H. 2018. Suomalaisen sosiaalipolitiikan ja liikuntapolitiikan yhtenevät päämäärät 1920–80-luvuilla. *Liikunta & Tiede* 55 (6), 111–119.

Huotari, T., Pyykkönen, M. & Pättiniemi, P. 2008. Sosiaalisen ja taloudellisen välimaastossa. Tutkimusnäkökulmia suomalaiseen sosiaaliseen yritykseen. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Hyvärinen, M. 2017. Haastattelun maailma. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.) *Tutkimushaastattelun käsikirja.* Tampere: Vastapaino.

Hyytinen, T. & Kivistö-Rahnasto, J. 2015. Liikuntapalveluiden ulkoistaminen ja palveluiden turvallisuus. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2015:9. Helsinki.

Ilmanen, K. 1996. Kunnat liikkeellä. Kunnallinen liikuntahallinto suomalaisen yhteiskunnan muutoksessa 1919–1994. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 43. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Ilmanen, K. 2015. Liikuntapalvelujen muutos 1800-luvun lopulta 2000-luvulle. Teoksessa H. Itkonen & A. Laine (toim.) *Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä.* Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitos, 19–37.

Itkonen, H. 2015. Kansalaistoimintojen kaudet ja muuttuvat käytännöt. Teoksessa H. Itkonen & A. Laine (toim.) *Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä.* Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitos, 39–58.

Itkonen, H., Lehtonen, K. & Aarresola, O. 2018. Johtopäätökset. Teoksessa H. Itkonen & K. Lehtonen & O. Aarresola (toim.) *Tutkimuskatsaus liikuntapoliittisen selonteon tausta-aineistoksi.* VLN:n julkaisuja 2018:6. Helsinki, 119–130.

Itkonen, H., & Salmikangas, A.-K. 2015. The Changing Roles of Public, Civic and Private Sectors in Finnish Sports Culture. *Viesoji politika ir administravimas*, 14(4), 545–556.

Johanson, J.-E & Vakkuri, J. 2018. *Governing hybrid organisations. Exploring Diversity of Institutional Life.* Routledge.

Karimäki, A. 2020. Kuntien liikuntapalveluiden tulevaisuus. Laaja-alainen yhteistyö korostuu. *Liikunta & Tiede* 57 (4), 54–57.

Koski, P. & Mäenpää, P. 2018. Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25. Helsinki.

Laine, A. 2015. Liikunta- ja urheilualan yrityskehittäjä. Teoksessa H. Itkonen & A. Laine (toim.) *Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä.* Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitos, 77–98.

- Laitinen, H.** 2018. Nuorten, valtion vai markkinoiden asialla? Nuorisjärjestöjen hybridit toimintalogikat. JYU Dissertations 31. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Lehtonen, K.** 2017. Muuttuvat rakenteet – staattiset verkostot. Suomalaisen liikunta- ja urheilujärjestelmän rakenteelliset muutokset 2008–2015. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 331. Jyväskylä: LIKES.
- Lonka, K., Pyhältö, K. & Lipponen, L.** 2011. Tutkimalla oppimassa – tutkiva oppiminen yliopistossa. Teoksessa S. Lindblom-Ylänne & A. Nevgi (toim.) Yliopisto-opettajan käsikirja. Helsinki: WSOYpro.
- Mäenpää, P. (toim.)** 2021. Yleisseurojen tilanne ja tulevaisuus Suomessa. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:32. Helsinki.
- Mäenpää, P. & Koski, P.** 2019. Suuret seurat suurennuslasin alla. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2019:20. Helsinki.
- Möttönen, S. & Niemelä, J.** 2005. Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Powell, W.** 2020. What Is the Nonprofit Sector? Teoksessa W. Powell & P. Bromley (ed.) The Nonprofit Sector: A Research Handbook, 3rd Edition. Redwood City: Stanford University Press, 3–18.
- Rantamäki, N.** 2016. Onko enää kolmatta vaihtoehtoa? Kolmannen sektorin erityisyys ja ammattimainen sosiaali- ja terveyspalvelujen tuottaminen. Yhteiskuntapolitiikka 81(6).
- Ruuskanen, P. & Kontinen, T.** 2015. Kolmannen sektorin muutos ja hybridioorganisaatiot. Kansalaisyhteiskunta, 6 (1), 1–4.
- Ruuskanen, P., Jousilahti, J., Faehnle, M., Kuusikko, K., Kuittinen, O., Virtanen, J., & Strömberg, L.** 2020. Kansalaisyhteiskunnan tila ja tulevaisuus 2020-luvun Suomessa. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja, 47/2020. Helsinki.
- Ruusuvirta, M.** 2019. Does sector matter? Plural characteristics and logics in third sector festival organisations. Faculty of Humanities and Social Sciences. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Ruusuvirta, M. & Saukkonen, P.** 2010. Palvelutuotannon vaihtoehtoja. Teoksessa N. Koivisto, K. Lehtikainen, R. Pasanen-Willberg, M. Ruusuvirta, P. Saukkonen, P. Tolvanen & A. Veikkolainen (toim.) Kolmannella lähteellä. Hyvinvointipalveluja kulttuurin, liikunnan ja nuorisotyön aloilta. Kokos julkaisuja 1, 87–93.
- Skelcher, C. & Smith, S.R.** 2015. Theorizing hybridity. Institutional logics, complex organizations, and actor identities. The case of nonprofits. Public Administration 93(2), 433–448. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/padm.12105>, 30.3.2022
- Smith, S.R.** 2010. Hybridization and nonprofit organizations. The governance challenge. Policy and Society, 29:3, 219–229. <https://doi.org/10.1016/j.polsoc.2010.06.003>, 30.3.2022
- Szerovay, M.** 2020. Shifting dominant logics? The organizational field of Finnish sport clubs in the 2010s. Sport in Society. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1772235>, 30.3.2022
- Temmes, M. & Kiviniemi, M.** 1995. Suomen hallinnon muuttuminen 1987–1995. Helsinki: Valtionvarainministeriö & Helsingin yliopisto.
- Temmes, M.** 2008. Suomen hallintopolitiikan pitkät aallot ja käännekohtat. Hallinnon Tutkimus 27(3), 69–79.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A.** 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Vakkuri, J., Johanson, J-E., Feng, N. & Giordano, F.** 2021. Governance and accountability in hybrid organizations – past, present and future. Journal of Public Budgeting. 33(3), 245–260.
- Vakkuri, J. & Johanson, J-E. (ed.)** 2021. Hybrid Governance, Organisations and Society. Value Creation Perspectives. Routledge.
- Valtiovarainministeriö.** 2020. Peruspalvelujen tila 2020. Ikä- ja aluerakenteen muutoksessa, kysynnän ja kustannusten paineessa. Valtiovarainministeriön julkaisuja 2020:26. Helsinki.
- Yliaska, V.** 2014. Tehokkuuden toiveuni. Uuden julkisjohtamisen historia Suomessa 1970-luvulta 1990-luvulle. Helsinki: Into Kustannus



LIIKUNTALÄÄKETIETEEN PÄIVÄT

16.–17.11.2022 | Original Sokos Hotel Presidentti

Lasten ja nuorten liikuntalääketiede

XXVIX Liikuntalääketieteen päivät pidetään 16.–17.11.2022 Original Sokos Hotel Presidentissä Helsingissä sekä etänä. Teemana on lasten ja nuorten liikuntalääketiede. Tapahtumassa luodaan kokonaistutkimusnäyttöön ja uusimpiin tutkimushavaintoihin pohjaava näkemys liikkuvien lasten ja nuorten liikunnallisuuden ja suorituskyvyn tukemiseen sekä terveyden edistämiseen.

Tapahtumassa esitellään myös tuoretta kotimaista liikuntalääketieteen tutkimustietoa tutkimusesittelysesioissa ja Vuoden liikuntalääketieteellinen tutkimus 2022 -kilpailussa.



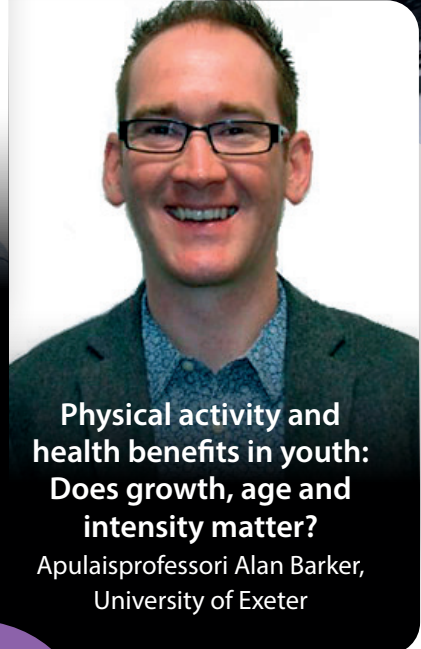
**Liikkumisen suositukset
muuttuivat, liikkuvatko
lapset ja nuoret riittävästi
ja vähäisen liikkeen
hintalappu**

Johtaja, LT Tommi Vasankari,
UKK-instituutti



**Physical activity, fitness
and cardiometabolic
risk in children and
adolescents**

Professori Ulf Ekelund,
Norwegian School
of Sport Science



**Physical activity and
health benefits in youth:
Does growth, age and
intensity matter?**

Apulaisprofessori Alan Barker,
University of Exeter

**Alan
huippu-
puhujia!**

**Osallistu
etänä tai
tule paikan
päälle!**

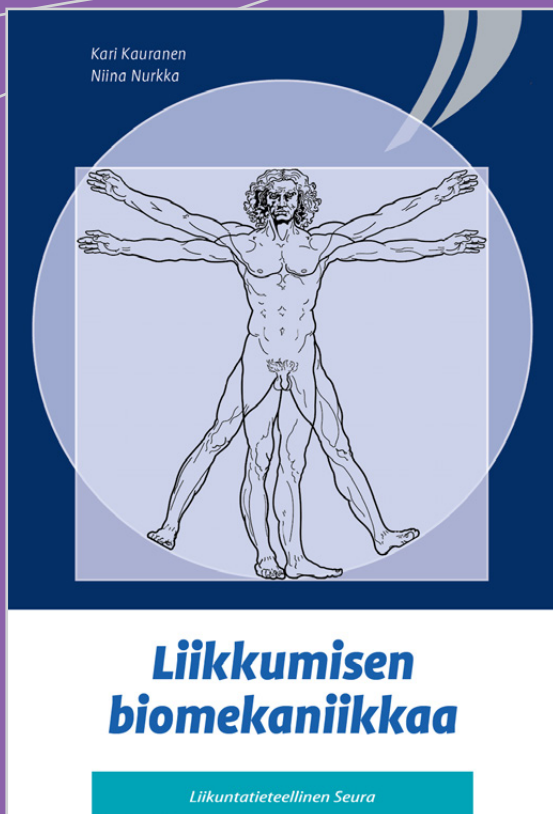
**Katso koko ohjelma ja ilmoittaudu
mukaan viimeistään 27.10.2022:
www.lts.fi/tapahtumat/lltp22**



Ensimmäinen suomenkielinen kuormitusfysiologian oppikirja

Miten fyysisen rasitus ja harjoittelu vaikuttavat elimistöön?
Kuormitusfysiologian tietous ja keskeiset tutkimustulokset yksissä kansissa.

Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 176
Hinta 60 euroa + toimituskulut
Myynti: tiedekirja.fi



Uusinta tietoa biomekaniikasta suomeksi

Biomekaniikan tutkimus on edistynyt ja mittausteknologia kehittynyt viime vuosina merkittävästi. Ymmärrys biomekaniikasta on tämän ansiosta täydentynyt.
Liikkumisen biomekaniikkaa tarjoaa alan uusimman tiedon suomeksi ammattilaisille ja opiskelijoille.

Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 177
Hinta 75 euroa
Myynti: tiedekirja.fi

Molemmat teokset saatavana myös e-kirjana: www.ellibs.com

E-kirjojen hinnat: Kuormitusfysiologia 40 €
Liikkumisen biomekaniikkaa 55 €