

JARI KUPILA
jari.kupila@lts.fi

Kuka jaksaa kuulla saarnaajaa?



Viestinnässä pätee tuttu laki. Jos viestinnässä on joku mahdollisuus epäonnistua, se yleensä epäonnistuu. Jos viestintä joskus onnistuu, se onnistuu vahingossa.

Tämä tuli mieleen, kun luki Olympiakomitean huippu-urheilujohtajan **Matti Heikkisen** ajatuksia kansalaisten innostamisesta liikkumaan. Kovin paljon enemmän ei voi viestintä metsään mennä. Petti tietopohja, petti sanoitus, petti äänensävy.

Tämä on toki jo muuallakin todettu, joten ei siitä enempää. Etenkään kun ei Heikkisen suoritus mitenkään erityisen huono tässä aihepiirissä ollut. Koko liikuntavalistus on muutenkin ollut koko 2000-luvun, oikeastaan jo 1970-luvulta, viestinnän katastrofi.

Suomessa on pitkä historia tutkimusta ja kokemusperäisiä arkihavaintoja liikunnan merkityksestä hyvinvoinnille – ja sitä kautta kansanterveydelle ja -taloudelle. Liikunta on hyväksi, se tiedetään. Tätä on tuutattu päiväkodista alkaen kaikilla valistusviestinnän kanavilla. Tuskinpa mitään muuta asiaa on kansakunnalle yhtä massiivisesti ja toistuvasti viestetty.

Silti elämäntapasairauksien yleistyminen jatkuu. Vaikka liikkuva osa kansaa liikkuu yhä enemmän, vastapainona on iso osuus väestöstä, jota ei kuntopolulle tai salille saa.

Mikä ihme tässä mättää?

Matti Heikkisen sanoissa voisi tarttua moneen kohtaan, mutta meidän kaikkien aihepiiristä puhuvien olisi syytä kiinnittää huomio etenkin yhteen asiaan: äänensävyyn ja asetelmaan.

Heikkinen puhui harvinaisella suoraviivaisuudella ja ehdottomuudella. Lihavuus piirtyi ongelmana, jota pitää torjua pakkokeinoin. Liian vähän liikkuvista tuli suomalaisuuden alalaji, jota osoittaa syyttävä sormi.

Te siellä, te elätte ihan väärin!

Tehkää muutos, tai pakoamme!

Heikkisen sanoja on silti hätkähdetty liikaakin. Tämä asenne, vähän pehmeämmin sanoin, kun on leimannut viestintää muutenkin jo 50 vuotta. Lähes aina liikunnan ilosanomaa saarnaa valistaja, joka asettuu kuulijan yläpuolelle, joka tietää kohteitaan paremmin, miten ihmisen tulisi elää.

Eikä valistaja ymmärrä yhtään, kun kuulijat alkavat joko naureskella tai kääntyä kapinamoodiin – kuten terve ihminen usein tekee, kun joku alkaa neuvoa miten juuri minun pitäisi elää toisin kuin elämäni elän.

On selvää, että heikosti liikkuva osa kansaa olisi hyvä saada liikkumaan. Edes vähän enemmän kuin nyt.

Niin kauan kuin viestintää leimaa saarnaava, holhoava ja opettajamaisesti paa- saava äänensävy, tilanne ei kuitenkaan nykyisestä muuksi muutu. Ne, jotka omaehtoisesti oppivat liikkumaan, liikkuvat jatkossakin. Muut eivät liiku.

Mitä pitäisi tehdä?

Hyvä alkua voisi olla se, että lopetetaan tuputtaminen, syyllistäminen ja pakottaminen. Ja viedään paitsi viestinnän, myös tutkimuksen, painopiste liikkumisen ilosanoman toistamisesta niihin, jotka eivät liiku.

Liikunta- ja hyvinvointitutkimus ymmärtää miksi ihmisen olisi hyvä liikua. Sitä, miksi niin moni ei liiku, emme ymmärrä.

Kun emme ymmärrä, on asiaa tutkittava. Tilanteen loputon taivastelu ja pakkokeinojen miettiminen ei auta. On otettava selvää mistä pohjimmiltaan on kyse. On kaivettava esiin se monipuolinen taustatekijöiden kirjo, joka tekee liikunnasta niin monelle vastenmielisen.

Vasta sitten on edellytyksiä onnistu- neemmalle viestinnälle. Edes vahingossa. Edes joskus. ♦

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 € / Vuosittilaus: 45 €

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

59. vuosikerta
ISSN-L 0358-7010

Kannen kuva: Vaajakosken yhtenäis-
koulun oppilaita liikuntatunnilla.
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
sosiaalisessa mediassa:

