

Eloisia päiviä ja iltoja

Vuoden 2012 elokuu jäänee aikakirjoihin Lontoon olympialaisten vuoksi – ainakin kisojen avajaiset ja päättäjäiset olivat sykähdyttäviä tapahtumia. Kirjoitinkin aiheesta kolumnin, jossa pohdin kisoja myös ikä- tai sukupolviperspektiivistä (ks. <http://www.ikainstituutti.fi/siteneews/view/-/nid/87/ngid/3/>). Suomen menestyksestä tai menestymättömyydestä taitettiin peistä puoleen ja toiseen. **Antti Pihlakosken** (HS, 15.8.2012) ja **Manuela Boscon** (HS 19.8.2012) puheenvuoroissa oli paljon aineksia tulevaisuuden rakennuspuitteiksi. Huomioin myös uuden huippu-urheilujohtajan, **Mika Kojonkosken**, varsin sosiologiset tai kulttuuriset tulkinnat huippu-urheilun kehittämisestä.

Kojonkoskihan toivoi paikallisyhteisöjen – yritykset mukaan lukien – voimakkaampaa tukea urheilijoille ja joukkueille. Hän oli huomannut, että Norjassa tällainen vankkumaton yhteisön kannustus on huomattavasti voimakkaampaa kuin Suomessa. Pihlakoski puuttui rakenteisiin ja peräsi koulujärjestelmän suurempaa panosta urheilussa samalla, kun hän painotti urheilun perustuvan lajeihin ja paikallistason toimintaan. Valtakunnallista tasoa hän yhdistäisi voimakkaasti ja kehittäisi tutkimusta.

Kaikki hyviä tavoitteita, mutta jotenkin kirjoituspöydässä mietittyjä, vaikka Antti varmasti tietää, miten vaikeaa on muuttaa toimintakäytäntöjä pienemmässäkin mittakaavassa. Esimerkiksi suomalaisen koulujärjestelmän ja toisaalta vapaaehtoisuuteen perustuvan urheiluseurajärjestelmän saattaminen yhteen ja toimivaksi kokonaisuudeksi on valtava urakka. Mallin ottaminen Amerikasta, Australiasta tai Brittein saarilta unohtaa meidän yhteiskuntiemme perustavanlaatuiset erot yhteiskunnallisten toimintavastuiden osalta. Yhteensovittamista on tehtävä, mutta realistisesti ja pienin askelin.

Manuela Boscon näkemys oli kaikkein perustavanlaatuisin, koska se myös pohjautui hänen omaan kokemukseensa ja mainioon kirjaansa *Ylitys*, jossa ei juurikaan näkynyt sitä leikkiä, jota hän Hesarin puheenvuorossaan peräänkuulutti. Varmaan näyttelijäksi kouluttautuminen avasi hänen silmänsä ja toi esille leikin eri elementtien tärkeyden urheilun ymmärtämisessä. Liikunnanohjaajien sosiologian kurssilla käytämmekin aina aikaa leikkien ymmärtämiseen, usein leikimme ja annan tehtäväksi uuden leikin tekemisen.

Se on aina opettavaista huomata, miten tärkeää on ymmärtää leikin voima, kun se antaa mahdollisuuden ilmaista itseä ja uskallusta yrittää täysillä ilman että oma identiteetti murskautuu. Voi ottaa miimisen roolin tyyliin 'olisit sää Usain, niin mää olisin Yohan'... Leikin ja urheilun avulla saa parhaimmillaan vahvistavia kokemuksia ja pelirohkeutta, jolla otsikoin kolumnini paralympiaurheilijoille (Tiihonen, Arto (2012) Vahvistavia kokemuksia ja pelirohkeutta. *Vammaisurheilu & liikunta*, 3/2012, 18), jotka juuri aloittivat urakkansa Lontoossa. Katsotaan, ovatko he oppineet jotain olympialaisten pohjalta.

Minulta kysyttiin olympiakisojen aikana syitä suomalaisten siinä vaiheessa varsin vaisuun menestykseen. Pikaisesti teinkin pienen analyysin, jonka pohjalta oma haastatteluni lehteen tehtiin (*Piispanen, Pertti: Mihin katosi suomalainen sisu? Nykypäivä, 10.8.2012, 16-17*). Ehkä on blogikirjoitukselle sopivaa, että paljastan sellaisenaan tuon nopean 'vuodatukseni', jossa yritin vastata tuohon ihmisten mieliä askarruttaneeseen kysymykseen, jonka seurauksena alettiin puhua mm. kisaturisteista. Tässä siis omia lähtökohtiani ja näkemyksiäni kysymykseen:

*Suomalaisista vain muutamilla urheilijoilla oli alkuperinkään realistisia mahdollisuuksia menestyä kisoissa eli saada mitali tai pistesija (Satu Mäkelä-Nummela, Silja Lehtisen venekunta, Sari Multala, Anne Rikala, Jenni Mikkonen, keihäänheittäjä, Matti Kettunen/Jarkko Ala-Huikku, Pia*

Sundstedt, Ville Lång – olikohan muita (kouluratsastajat?) aiempien menestysten perusteella. Muiden mahdolliset pistesijat ovat/olivat kiinni itsensä ylittämisestä ja jonkin sortin yllätyksestä. Näistä M-Nummela, Sundstedt ja Lång eivät pettäneet, mutta eivät tosin ylittäneetkään itseään. Multala on siinä ja siinä, muista ei vielä tiedetä. Tässä vaiheessa sanoisin, että tällaisten urheilijoiden menestykseen vaikuttaa jopa se, miten koko joukkueella lähtee kisoissa kulkemaan eli itsensä ylittäminen ja menestys voivat nostaa muidenkin fiilistä ja huonot suoritukset taas heikentävät niitä.

Loput tulivat kisoihin ilman kokemusta (viime aikaisesta) a) kansainvälisestä menestyksestä tai b) edes kovista kilpailuista. Näistä suurin osa onkin sitten 'pettänyt' odotukset, jotka nekään tosin eivät olleet sen korkeammalla kuin siinä, että tekisivät kauden parhaansa (esim. uimareistahan ei kellään, ei edes Hanna-Maria Seppälällä ollut oikeastaan realistisia mahdollisuuksia pistesijoille). Tarkennettu ihmettelyn aihe (ja oikeutettukin) on siten se, miksi urheilija ei pysty kauden parhaaseensa olympialaisissa? Selitykset vaihtelevat yksilöllisesti, mutta pari asiaa voisi nostaa esille. Suomalaiset eivät kilpaile tarpeeksi varsinkaan kansainvälisissä kisoissa (joko eivät niihin pääse tai eivät niihin mene – jälkimmäinen tietysti tyhmää). Myös kotimaassa harjoitellaan liikaa fysiikkaa 'laboratoriossa' ja liian vähän kilpailemista oikeissa olosuhteissa, joissa on jännitystä, tönimistä, yleisöä... Tähän liittyy sekin, että uskotaan edelleenkin 'yhden kuntohuipun' teoriaan, vaikka todelliset huiput ovat kunnossa koko kauden ajan lajista riippumatta. Yksi kuntohuippu tuoduttaa myös ajattelemaan, että juuri olympialaisissa tulokunto nousisi sitten roimasti, kun siellä onnistuminen on kuitenkin paljon vaikeampaa kuin 'Pihtiputaalla' erilaisen ulkopuolisen paineen, sählingin jne. myötä. Sitten meistä todellakin tuntuu siltä, ettei suomalaisilla ole edes sisuakaan onnistua.

Urheilijoiden selitykset ovat silti hiukan erikoisia, kuten mainitsit, eli korostetaan yhä enemmän sitä, että pelkkä osallistuminenhan tässä oli tärkeintä (tämähän on tietysti oikeaa olympiahenkeäkin), ei niinkään menestyminen. Mistä se kertoo? Joko siitä, että itsekkin tiedetään, että itsensä ylittäminen noista yo. lähtökohdista on vaikeaa tai sitten siitä, että ei oikeasti tavoitellakaan mitään parempaa (joskus tosin saattaa selityksenä olla sekin, että urheilijoille on ikään kuin opetettu se, mitä pitää sanoa ettei katsojien mieltä pahoiteta huonotuulisilla urheilijoilla. Kaikki ovat ikään kuin tulleet vain 'nauttimaan' kisoista, vaikka ei kai se nautittavaa voi olla, jos itse epäonnistuu eli osa on mainosretoriikkaakin). Itse olen kuitenkin sitä mieltä, että pitäisi kuitenkin uskaltaa tavoitella ainakin sitä kauden parasta tulosta ja pidemmällä tähtäimellä myös kunnan menestystä. Jos ei enää uskota menestykseen tai ei uskalleta asettaa kunnan tavoitteita, niin silloin ollaan jo kulttuurisestikin ongelmallisessa tilanteessa. Ja minusta urheilija saa näyttää myös sen, että nyt v-ttaa, kun ei ole onnistunut tekemään parastaan. Kulttuurisesti ongelmallista on se, jos suomalaiset eivät uskalla olla tavoitteellisia ja/tai ilmaisullisia – urheilu on kuitenkin lähtökohtaisestikin 'turhaa leikkiä' ja 'hullujen hommaa', joten siinä tarvitaan ainakin vähän taiteilijuutta ja uskallusta.

Sosiologisesti asetelmaa voi myös lähestyä niin, että meidän urheilukulttuurimme on muuttunut niin, että 'kovimmat tyypit' (urheilijat, valmentajat, tukijat) ovat muissa kuin olympialajeissa eli lätkässä, futiksessa, salibandyssä, lento- ja koripallossa ja jopa pesäpallossa tai esim. moottoriurheilussa, koska niissä lajeissa on 'kulttuurista imua' eli ne ovat arjessamme merkityksellisempiä kuin nämä kulttuurisesti vähäpätöisemmät lajit, joista olympialaisissa kilpaillaan ja palloilulajeissa olympialaisiin pääseminen on erittäin kovan työn takana (Suomesta vain mieslentopalloilijat ja naisjalkapalloilijat voisivat päästä kisoihin). Näyttää nimittäin siltä, että ei ainoastaan yleisurheilu ja hiihto, ole kärsineet pallopelien hegemoniasta, vaan myös monet perinteiset pienet lajit ovat Suomessa nääntymässä. Missä ovat ampujien, melojien (saati

soutajien), jousiampujien, painin, painonnoston, pyöräilyn, telinevoimistelun jne. voimakkaat alakulttuurit? Osa varmaan on olympialajien ulkopuolella, kuten muodostelmaluistelussa tai cheerleadingissä, joissa menestys on ehkä helpompaa, mutta jostakin syystä siellä syntyy urheilemaan kannustavia kulttuurisia yhteisöjä ja merkityksiä. Siitähän on lopulta kysymys – huippu-urheilun täytyy olla urheilijalle tärkeää ja se ei voi olla tärkeää ellei lajikulttuuri ja perhe ja/tai paikkakunta ole siitä ylpeä ja pidä sitä tärkeänä. Tähän pitäisi OK:ssa miettiä ratkaisukeinoja. Jossain vaiheessa (muistaakseni Sydneyn kisojen jälkeen) olympiakomitea myös alkoi vähentää (mitali)tavoitteittensa esittelemistä, koska ajateltiin, että se heikentää tuloksia. Epärealistiset tavoitteet tietysti sen tekevät, mutta tavoitteellisuus itsessään ei ole paha asia, vaan se, miten siihen suhtaudutaan. Ja nyt ehkä tuntuu siltä, että kukaan ei edes uskalla esittää tavoitteita tai mikä pahempaa – ei uskalleta niihin päästä?! Mutta siis: Suomi elää pidemmässä perspektiivissä jonkinlaista kulttuurista murrosta, jossa suosikkilajit ovat vaihtuneet niin, että uusissa suosikkilajeissa ei ole vielä edes mahdollisuutta päästä maailman huipulle.

Ehkä on syytä mainita vielä sekin, että ei Suomi tässä ole suinkaan yksin 'menestymättämyytensä' kanssa. Myös muut Pohjoismaat ovat pärjänneet käsittääkseni jonkin verran alakanttiin ja osittain samoista syistäkin. Esimerkiksi yleisurheilusirkus tuottaa kovia urheilijoita vain niistä, jotka sinne timanttiliigaan pääsevät. Ja Saksakin on romahtanut esim. uinnissa lähes pohjamutiin, Kiina ei ole niin kova kuin 2008, kun taas Britit ovat nyt kovempia kuin neljä vuotta sitten – kotikisat vaikuttavat myös. Kreikkalaiset pääsevät otsikoihin vain dopingtapauksilla eikä Espanjakaan ole juhlinut liiemmästi. Brassit taas ovat tulossa muihinkin kuin perinteisiin menestyslajeihin mukaan seuraavien kisojen takia. Jos maalla on voimakas lajikulttuuri jossakin lajissa, niin se pitää pienenkin maan esillä – Tanska muutamissa omissa lajeissaan, Islanti käsipallossa, Liettua koriksessa...

Mutta jätetään nyt huippu-urheilu hetkeksi syrjään, vaikka minä en lukeudukaan niihin ihmisiin, jotka pitäisivät ihmisten omaehtoista liikuntaa irrallisena huippu-urheilun maailmasta. En minä anna yhteiskuntapolitiikkaakaan vain huippuammattilaisten hoidettavaksi tai lääketieteen eettisiä kysymyksiä vain lääkäreiden määriteltäviksi. Huippu-urheilu on urheilulajien kautta myös monen liikunnanharrastajan omakohtaista kokemus- ja merkitysmaailmaa. Katsojina, kuluttajina, veronmaksajina tai rahapelien pelaamisen kautta meillä on myös välillinen suhde myös huippu-urheiluun.

Kuluttamisen kautta sain myös omakohtaisen kokemuksen myös huippu- tai ainakin harrasteurheilun ja osin liikuntatieteenkin voimasta, kun astelin kauppaan ostamaan uusia lenkkitosseja. Hämmästykseni oli suuri, kun huomasin malliston uusiutuneen lähes täydellisesti noin 1,5 vuodessa, joka oli kulunut edellisestä tossukaupastani. Ensinnäkin pronaatiotuet olivat hävinneet lähes tyystin ja muutkin pehmennykset oli minimoitu. Tiesin tästä mm. Nikea vastaan kohdistetusta voimakkaasta kritiikistä, jonka mukaan pehmennetyt ja tuetut kengät olisivat pilanneet miljoonien kuluttajien jalat.

Pointtihan on yksinkertainen: kun kengät estävät jalan luonnolliset liikkeet, niin ne passivoivat juoksua ja kävelyä suorittavat lihakset. Mutta en arvannut kritiikin näkyvän noin nopeasti kaupan hyllyllä. Vaikutus oli sama kuin silloin, kun hallitukset päättivät kiristää autojen päästöjä ja kulutusta. Vuosikymmeniä autotehtaat vakuuttivat, että vähäkulutuksisia autoja on mahdoton tehdä (tai ettei niitä osteta), mutta muutamassa vuodessa kulutus ja päästöt on saatu oman kokemuksenikin mukaan lähes puoliintumaan. Kuluttajien liikehdinnällä ja säädöksillä saadaan kuin saadaankin aikaan hyviä muutoksia.

Itselleni tuo sinänsä hyvä kehitys aiheutti kuitenkin väliaikaisia ongelmia. Sain jalkani todella kipeiksi uusilla lenkkareillani, vaikka ne tuntuivatkin hyviltä. Syy oli toki siinäkin, että jätin pois myös teettämäni pohjalliset ja kokeilin sitä, miten pärjäisin leikkauksen jälkeen ilman niitä. Kun vielä sain flunssaviruksen samaan aikaan, niin parisen viikkoa meni melkoisten tulehdustyypisten kipujen parissa painiskellessa. Tätä kirjoittaessani tuntuu tosin siltä, että nyt 'pöpö' on jo kaikonnut kehostani. Eilisen sulkismatsin jälkeen en ole puolikuollut, kuten olin vielä viime viikolla. Kohta lähden taas kokeilemaan uusia lenkkareitani...

Muuten elokuun liikkumiseni on pitänyt sisällään erilaisia pihatöitä, mm. niittoja, perunan nostoa, marjojen poimintaa ja ruohonleikkuuta, joita mökillä voi pitää melko rankkoinakin hommina. Pyöräillyt olen reilut 200 km (aika vähän), lenkkeillyt 35 km ja pelannut sulkista pari tuntia. Yhteensä tunteja on tullut oikein hyvin eli yli 80 ja kilometrejäkin melkein 10 km/päivä. Pomputtelin jalkapalloa tasapainoharjoittelun merkeissä ja sain jaloilla aikaan 191, polvilla 78 ja päällä 48 ponnautusta sekä pari sarjaa 20-20-20 eli ensin jaloilla, sitten polvilla ja lopuksi päällä palloa pudottamatta (en ehkä kuitenkaan suosittelen kaikille).

Olen myös käyttänyt aktiivisesti jumppatelineitä lenkkipolkujen varsilla. Täytyykin kehua, että nyt on tullut jo aika hyviä mekaanisia kuntolaitteita, jotka sopivat niin lapsille kuin ikäihmisille, meistä keski-ikäisistä puhumattakaan. Menkääpäs rohkeasti kokeilemaan vaikkapa Töölönlahdelle, Myllypuron liikuntapuistoon tai uusitulle Vesalan kentälle! Vesalaan on rakennettu myös tekonurmikenttä ja muutamia pienempiä aidattuja palloalueita sekä koris-/sählykenttä. Ja heti kenttä on vetänyt porukkaa lähialueilta pelailemaan erilaisissa kokoonpanoissa. Pitkään kenttä olikin oikea murheenkryyni, kun siellä ei käynyt oikein kukaan. Hienoa, että lähiliikunta-alueisiin kiinnitsetään!

Elokuu on mielestäni vuoden hienointa aikaa monessa mielessä. Ilma on yleensä lempeä ja mainio niin ulkona liikkumiselle ja muutenkin erilaisille ulkoharrastuksille, kuten vaikkapa Taiteiden yön järjestämiseen. Elämänkulku ja ikäpolvet –hanke, jossa olen osa-aikaisena tutkijana, järjesti myös mainion tilaisuuden eli 'neljän polven lauluillan' tuodakseen esiin aktiivisen ikääntymisen teemavuotta ja eri-ikäisten yhteisen toiminnan tärkeyttä. Se oli taas kaikin puolin hieno tapahtuma, jossa viihtyivät niin lapset kuin (iso)vanhemmatkin. Lisää tietoa tapahtumista ja muustakin hankkeeseen liittyvästä, ks. (<http://www.ikapolvet.fi/ajankohtaista/257>).

Aktiivinen ikääntyminen ja sukupolvien välinen solidaarisuus oli myös teemana psykologikongressissa, jossa kävin puhumassa aktiivisten ikämiesten ja veteraaniurheilijoiden liikkumisen merkityksistä. Esitys löytyy myös näiltä sivuilta ( ). Oli mukava huomata, että psykologit ovat nykyään hyvin kiinnostuneita liikunnasta ja jopa huippu-urheilusta. Kun psykologiassa keskeistä on elämän mielekkyys, niin meidän sosiologien puhe toiminnan tai kulttuurin merkityksellisyydestä saa oivan vastaparin – ilman toista ei varmaan ole toistakaan. Jos liikkumisella ja urheilemisella on ihmiselle merkitystä, niin varmasti elämän mielekkyyskin paranee. Sen mielestäni osoittivat myös tutkimani aktiiviset ikämiehet, vaikka en heidän psyykkistä tilaansa tutkinutkaan.

Meidän tavallisten liikkujien on myös löydettävä aika arkiselle liikkumisellemme aivan kuten huippu-urheilijan on sisällytettävä urheiluunsa riittävä määrä 'tavallista arkea'. Tai urheilun on oltava myös sitä 'tavallista arkea' – tavallisuus ja arki tässä positiivisessa merkityksessään.

Kohta mennään jo syyskuuta, jolloin aloitan kirjoitussarjan, jossa esittelen ja konkretisoin (liikunta)sosiologisia teorioita ja käsitteitä, joiden avulla tuo arkinenkin liikkuminen tulee tai ainakin voi tulla meille merkitykselliseksi. Liikkumisiin...