



Vaasan yliopisto
UNIVERSITY OF VAASA

Olivia Nummi

Kehopuhe joukkuevoimistelussa

Markkinoinnin ja viestinnän akateeminen yksikkö
Viestintätieteiden kandidaatintutkielma
Viestintätieteiden koulutusohjelma

Vaasa 2024

VAASAN YLIOPISTO**Markkinoinnin ja viestinnän akateeminen yksikkö**

Tekijä:	Olivia Nummi		
Tutkielman nimi:	Kehopuhe joukkuevoimistelussa		
Tutkinto:	Humanististen tieteiden kandidaatti		
Oppiaine:	Viestintätieteiden koulutusohjelma		
Työn ohjaaja:	Teija Waaramaa		
Valmistumisvuosi:	2024	Sivumäärä:	22

TIIVISTELMÄ:

Tässä tutkielmassa tarkastellaan, kuinka kehopuhe ja kehoihanteet rakentuvat joukkuevoimistelun lajikulttuurissa ja miten ne rakentavat urheilijoiden kehonkuvaa. Lajikulttuuri, jossa kehon ulkoinen olemus on keskeinen osa arviointia, on muovannut joukkuevoimistelua esteettiseksi lajiksi, jossa tekninen suoritus ja visuaalinen harmonia ovat tiiviisti kytköksissä toisiinsa. Tutkimuksessa hyödynnetään diskurssianalyysia ja siinä tarkastellaan kielen roolia sosiaalisena toimintana ja sen roolia kehon ja kehoihanteiden muodostumisessa. Erityisesti keskitytään siihen, miten joukkuevoimistelun keskusteluissa Gymner-nimisellä keskustelupalstalla, käsitellään urheilijoiden kehoa ja millaisia kielellisiä valintoja käytetään luomaan ja ylläpitämään lajikulttuurin kehoihanteita.

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, millaista on joukkuevoimistelun kehopuheen kulttuuri ja miten tämä kulttuuri rakentuu kielellisesti. Analyysissa keskitytään erityisesti kielellisiin keinoihin, kuten sanavalintoihin ja sävyihin, joilla kehoista puhutaan ja joiden avulla normatiivisia kehoihanteita vahvistetaan. Aineistona on käytetty Gymnerin keskusteluja, joissa urheilijat, valmentajat ja lajista kiinnostuneet keskustelivat joukkueiden suorituksista, kilpailuista ja urheilijoiden ulkonäöstä. Näitä keskusteluja analysoitiin diskurssianalyttisin menetelmin, joiden avulla pyrittiin purkamaan kielen roolia kehoihanteiden ja lajikulttuurin rakentamisessa.

Tuloksena voidaan todeta, että joukkuevoimistelussa vallitseva kehopuhe on jokseenkin normatiivista ja esteettisiä ihanteita korostavaa. Ryhmän sisäisessä keskustelussa tiettyjen kehojen arvostaminen ja toisten kehojen väheksyminen luo ryhmälle normin, jonka jäsenet helposti omaksuvat. Erityisesti kehon linjakkuus, siro rakenne ja notkeus nousevat keskeisiksi arvoiksi, jotka liittyvät paitsi suorituskyykyyn myös visuaaliseen vaikutelmaan. Kielelliset valinnat, kuten käsitteet "esteettinen", "virheetön" ja "harmonia", viestivät siitä, että lajikulttuurissa arvostetaan tiettytyyppistä kehoa, joka vastaa näitä normeja. Lisäksi keskusteluissa ilmenee, että kehopuhe ei ole vain yksilöiden välistä vuorovaikutusta, vaan se heijastaa laajempia kulttuurisia ja sukupuolittuneita odotuksia, jotka liittyvät naisten kehojen rooliin esteettisissä urheilulajeissa.

AVAINSANAT: kehopuhe, kehoihanne, esteettinen, kehotytyymättömyys, joukkuevoimistelu

Sisällys

1	Johdanto	4
2	Joukkuevoimistelijan kehonkuva	7
2.1	Naisurheilijoiden kehotyytymättömyys	8
2.2	Kehot esiteltyinä joukkuevoimistelun säännöissä	9
3	Gymner kommentit kehonkuvan representaatiossa	9
3.1	Diskurssianalyysi	12
3.2	Tutkimusetiikka	12
4	Analyysi ja tulokset	14
4.1	Gymner kommentti 1	14
4.2	Gymner kommentti 2	15
4.3	Gymner kommentti 3	16
4.4	Gymner kommentti 4	17
5	Pohdinta ja johtopäätökset	19
	Lähteet	21

1 Johdanto

Kandidaatintutkielmani on diskurssianalyysi siitä, kuinka kehopuhe ja kehoihanteet rakentuvat joukkuevoimistelun lajikulttuurissa. Kunnioittava kehopuhe on jokaisen urheilijan ja ihmisen perusoikeus. Kehopuheella tarkoitetaan sitä tyyliä, jolla ihmisen kehosta käydään keskustelua. Kehopuhe synnyttää yleisesti ryhmän, kuten joukkueen, kesken tietynlaisen kehoihanteen. Ilmiötä voidaan soveltaa laajemmin länsimaita koskevaksi tai keskittyä pienempään ryhmään, kuten tietyn lajin urheilijoihin.

Termillä kehonkuva viitataan yksilön kokemukseen ja näkemykseen hänen omasta kehostaan (Hargreaves & Tigermann, 2006, s. 44). Kehonkuvan muotoutumisen kannalta kriittisintä aikaa on kouluikään saapuminen sekä erityisesti yläasteelle siirtyminen ja murrosiän alkaminen (Lewis, 2016, luku 3). Rakentuminen alkaa emotionaalisten kokemusten kautta, jotka luovat perustaa ihmisen kehonkuvan muovautumiselle ja vaikuttavat sen kehittymiseen läpi elämän (Herrala & Kahrola & Sandström 2008, s. 25.). Yksilön kehonkuva voi häiriintyä ja siihen voivat vaikuttaa erinäiset kokemukset, kuten yksilöä ympäröivä kehopuhe. Tutkimuksen kannalta on oleellista huomata, että lajin sisäisestä kehopuheesta ja sen synnyttämästä kulttuurista kärsivät eniten lajin harrastajat, joista suuri osa on nimenomaan murrosikäisiä lapsia ja nuoria. Ryhmän keskinäinen kehopuhe muodostaa ryhmälle normin, jota jäsenet ovat taipuvaisia noudattamaan.

Gymner on joukkuevoimistelusta kiinnostuneiden oma anonyymi ja julkinen keskustelupalsta internetissä, jonne kuka tahansa voi tehdä aloituksia mistä tahansa aiheista, joita muut voivat kommentoida. Vilkkainta aikaa keskustelupalstalla on kilpailukausi, jolloin yksittäisistä kilpailuista tehdään aloituksia. Kommentoijat kommentoivat usein kilpailevia joukkueita, heidän suorituksiaan ja sijoituksiaan.

Tutkimuksen tavoite on Gymneriä tutkimalla diskurssianalyttisin menetelmin selvittää, millä tavoin joukkuevoimistelun piirissä keskustellaan urheilijan kehosta, miten keskustelu rakentaa kehoihannetta ja mitä keskustelun tyyli kertoo lajinsisäisestä kehonkuvasta.

Pyrin purkamaan diskurssin rakentumista analysoimalla kielellisiä valintoja, kuten sana-valintoja sekä sitä äänensävyä, millä tietyistä kehoista puhutaan. Tähän tavoitteeseen pyrin pääsemään seuraavilla tutkimuskysymyksillä:

1. *Millainen on joukkuevoimistelun kehopuheen kulttuuri?*
2. *Miten joukkuevoimistelun kehopuheen kulttuuri rakentuu kielellisesti?*

Käsitteellä diskurssi tarkoitetaan sitä, kuinka kieli ajatellaan sosiaalisesti toiminnaksi, jonka avulla luodaan todellisuutta. Kehopuheen diskurssi rakentuu sosiaaliessa ympäristössä kuitenkin moninaisemmin kuin vain yksittäisillä kommentaareilla. Diskurssianalyysin mukaisesti pyrin tutkimaan eri kielellisiä keinoja, jotka suoraan tai epäsuorasti rakentavat kehoihanteisiin liittyvää lajikulttuuria.

Viime vuosikymmeninä julkinen keskustelu kehonkuvasta, kehoihanteista ja niiden vaikutuksista erityisesti nuorten naisten elämään on muun muassa sosiaalisen median myötä voimistunut merkittävästi (Cwynar-Horta, 2016, s. 112). Julkiseen keskusteluun on noussut median rooli epäterveiden ja epärealististen kehoihanteiden synnyttämisessä ja levittämisessä. Vastauksena ilmiölle globaalit korporaatit, jotka ovat omalta osaltaan vastuussa yhteiskunnan kehonkuvasta, kuten suuret vaateyritykset sekä media, ovat siirtyneet kohti inklusiivista ja moninaista representaatiota ihmisvartalosta (Huang, Peng, Ahn, 2020, s. 55). Tutkielmani on aiheen tiimoilta ajankohtainen ja aiheellinen, sillä se tukee globaalin ilmiön jo tutkitun tiedon merkittäviä mikrovaikutuksia pienessä ryhmässä. Globaalilla ilmiöllä viitataan kehopuheeseen ja kehoihanteisiin liittyvään kulttuuriin, joka on voimakkaasti esillä erityisesti länsimaisissa yhteiskunnissa. Kehonkuvaan liittyvät ongelmat, kuten ulkonäköpaineet, itsetuntohaasteet ja syömishäiriöt, ovat kansainvälisesti tunnistettuja ja laajalti tutkittuja ilmiöitä (Grabe, Ward & Hyde, 2008; Tiggemann, 2011, s. 13). Sosiaalinen media, valtamedia ja mainonta vaikuttavat voimakkaasti siihen, millaisia kehoihanteita pidetään tavoiteltavina, usein pitämällä yllä epärealistisia ja terveydelle haitallisia normeja (Cwynar-Horta, 2016; Huang, Peng & Ahn, 2020, s. 10).

Tutkittua tietoa löytyy erityisesti median ja kehopuheiden yhteydestä nuorten naisten kehonkuvaan ja identiteettiin. Esimerkiksi Tiggemannin (2011, luku 8) mukaan jatkuva altistuminen normatiivisille kauneusihanteille johtaa usein kehotyytymättömyyden lisääntymiseen ja vaikuttaa haitallisesti itsetuntoon. Kehotyytymättömyydellä tarkoitetaan tilannetta, jolloin ihminen kokee ristiriidan oman kehonsa ja ihannekehonsa välillä (Bell & Rushforth 2008, 3). Grabe, Ward ja Hyde (2008, s.27) puolestaan osoittavat, että median luomat ulkonäköodotukset liittyvät vahvasti syömishäiriöiden ja muiden mielen-terveysongelmien esiintymiseen. Näiden tutkimusten valossa on selvää, että urheilulajien sisäiset kulttuurit voivat heijastaa tai vahvistaa samoja ilmiöitä.

Kun puhutaan mikrovaikutuksista, viitataan näiden globaalien ilmiöiden vaikutuksiin pienemmissä ja spesifimmissä yhteisöissä. Joukkuevoimistelun lajikulttuuri tarjoaa konkreettisen esimerkin siitä, miten kehopuhe ja kehoihanteet konkretisoituvat pienryhmissä. Näissä ryhmissä voi muodostua erityisen voimakkaita sosiaalisia normeja, jotka vaikuttavat lajin harrastajien kehonkuvaan ja itsetuntoon. Verrattuna suurempiin viitekehyksiin, kuten yleiseen mediaympäristöön tai länsimaiseen kulttuuriin, joukkuevoimistelun kaltaiset pienemmät ryhmät ovat intensiivisempiä ja tiiviimpiä yhteisöjä, joissa kehopuhe voi saada erityisen merkityksen. Ongelman tarkastelussa tulee ottaa huomioon, että suuri osa lajin harrastajista on lapsia ja nuoria, jotka ovat herkässä kehitysvaiheessa.

Tutkimuksessani tarkastelen näitä ilmiöitä joukkuevoimistelun lajikulttuurissa ja hyödynän aineistoniani Gymner-keskustelufoorumien sisältöä. Foorumilla käytävä anonyymi keskustelu tarjoaa mahdollisuuden tutkia, miten urheilijoiden kehoista puhutaan ja millaisia ihanteita keskusteluissa tuotetaan. Keskustelufoorumien aineisto toimii esimerkkinä siitä, miten diskurssit rakentuvat ja toistavat globaaleja ilmiöitä rajatummassa kontekstissa.

2 Joukkuevoimistelijan kehonkuva

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että urheilulajeissa, joissa keho on vahvasti esillä sen ulkoisen olemuksen puolesta, on taipumus luoda lajikulttuureita, joissa tietyt kehoihantet korostuvat ja vaikuttavat voimakkaasti lajin parissa toimijoihin (Markula & Pringle, 2006, s. 45). Esteettisillä lajeilla tarkoitetaan lajeja, joissa suorituksen arviointiin kuuluu fyysisen suorituskyvyn lisäksi suorituksen esteettinen puoli. Esimerkkejä tällaisista lajeista ovat esteettiset lajit, kuten joukkuevoimistelu, taitoluistelu tai nykytanssi.

Näiden lajien yhteyttä syömishäiriöihin on tutkittu melko laajalti. Shilling (2012, s. 33) lähestyy kehoa kulttuurisena ja sosiaalisena konstruktiona, joka muotoutuu lajin erityisten käytäntöjen ja arvojen välityksellä. Hänen mukaansa esteettisissä urheilulajeissa keho nähdään paitsi suorituksen välineenä, myös visuaalisena esityksenä, jonka on vastattava tiettyjä esteettisiä standardeja. Tämä kaksijakoinen rooli voi johtaa tilanteeseen, jossa urheilijat kokevat ulkonäköön liittyviä paineita osana suorituksen kokonaisarviointia. Shillingin tutkimus tuo esiin, kuinka lajin kulttuuriset normit ja säännöt voivat vaikuttaa kehonkuvan kehitykseen erityisesti nuorten urheilijoiden kohdalla.

Tutkimukset osoittavat, kuinka kehoihanteet eivät ole esteettisissä lajeissa vain yksilöllisiä tavoitteita, vaan ne kietoutuvat lajin kulttuuriin ja vaikuttavat siihen, miten urheilijat kokevat kehonsa ja suorituksensa (Hargreaves, 1994, Shilling, 2012, s.35). Tutkimustulokset ovat osoittaneet, että esteettiset lajit altistavat urheilijoita suuremmalle riskille sairastua syömishäiriöön kuin muut lajit. Tämän todettiin johtuvan kehon painoon ja ulkonäköön kohdistuvasta paineesta, jota ulkopuoliset standardit ja arviointikriteerit lisäävät (Sundgot-Borgen & Torstveit, 2004, luku 5.3). Tutkimukseni nojaa näihin öydöksiin, ja pyrin selvittämään konkreettisia tilanteita, joissa nämä standardit ja paineet luodaan. Tilanteet voivat olla tietoisia tai tiedostamattomia. Vaikka kielenkäyttäjillä on suhteellinen vapaus valita, miten asioita tuo esille, liittyy kielenkäyttöön myös rajoituksia ja normeja. Valinnan runsautta karsivat yhteiskunnan normit, arvot, institutionaaliset rutiinit ja muut kielenkäyttäjät. Viestintätilanteisiin ja kielenkäyttöön kirjautuu paitsi yksittäisten

kielenkäyttäjän valintoja ja arvoja, myös ympäröivän kulttuurin, yhteiskunnan sekä sen instituutioiden arvoja ja normeja (Mäntynen & Pietikäinen, 2019, 1.2).

2.1 Naisurheilijoiden kehotyymättömyys

Naisurheilijoilla syömishäiriötä tai häiriintynyttä syömishäiriökäyttäytymistä on todettu tutkimuksesta ja lajista riippuen 6-45 prosentilla (Sundgot-Borgen & Torstveit, 2004, luku 7.1). Esteettisissä lajeissa on tutkitusti tarkkoja normeja ja odotuksia siitä, miltä urheilijan tulisi näyttää (Sundgot-Borgen, 2010, luku 4.1). Joukkuevoimistelun harrastajakanta on lähes täydellisesti naisia (Suomen Voimisteluliitto). Lajin lasten sarjat ovat kaikki tyttöjen sarjoja ja aikuisten sarjat naisten sarjoja. Lajissa esiintyy silloin tällöin sekasarja, mutta sen toiminta on ollut tauolla lähestulkoon olemattoman mieskannan vuoksi. Tämän vuoksi nojaankin tutkimukseen naisurheilijoiden syömishäiriöistä tutkiessani niihin mahdollisesti liittyviä kielellisiä tilanteita joukkuevoimistelussa.

Kehotyymättömyys kuvastaa tilannetta, jolloin ihminen kokee ristiriidan oman kehonsa ja ihannekehon välillä (Bell & Rushforth, 2008, luku 3). Jokaisen henkilökohtainen ihannekeho muovautuu osittain ympäristön vaikutuksesta. Nuoret ihmiset kaipaavat myös aikuisia enemmän sosiaalista hyväksyntää omalle ulkonäölleen, sillä se auttaa muovaamaan nuoren kehonkuvaa (Bell, Rushforth, 2008, luku 3). Joukkuevoimistelussa vallitseva ihannekeho on verraten pieni ja siro eikä aina tue kasvavan urheilijan terveyttä. Tästä syystä kulttuuri voi altistaa urheilijat kehotyymättömyyteen, joka puolestaan saattaa johtaa syömishäiriön puhkeamiseen (Hale & Smith, 2012, s. 25).

2.2 Keho esiteltyinä joukkuevoimistelun säännöissä

Joukkuevoimistelun sääntöihin on kirjattu otteita siitä, millaista voimistelun tulee kilpailusuorituksen arvioinnin näkökulmasta olla ja mistä kriteereistä tuomari suoritusta arvostelee. Kirjatut säännöt, joiden mukaan valmentajat ja urheilijat pyrkivät toimimaan, ovat vaikutusvaltaisessa asemassa yhteisön normien luomisessa. Kansainvälisen IFAGG:n (International Federation of Aesthetic Group Gymnastics) säännöissä kuvaillaan perusvoimistelutekniikan yhdeksi puutteeksi ”keveyden puute”. Suorituksen kriteeriksi on merkitty muun muassa ”pidennetty keho”.

Joukkuevoimistelun sääntöjen tarkastelu M.A.K. Hallidayn (1985) systeemifunktionaalisen kieliteorian näkökulmasta auttaa ymmärtämään, miten lajikulttuuri ja siihen liittyvä kehopuhe rakentuvat. Halliday painottaa kielen roolia sosiaalisena toimintana, ja se jakautuu kolmeen funktioon: ideationaaliseen, interpersonaaliseen ja tekstuaaliseen (Shore, 2021, s. 158-178). Näiden avulla voidaan analysoida sääntöjen kieltä ja sen vaikutusta lajin kehoihanteisiin.

Ideationaalinen funktio liittyy siihen, miten sääntöjen kieli kuvaa ja jäsentää maailmaa. Joukkuevoimistelun säännöillä luodaan kuva tietynlaisesta ideaalisesta kehosta, joka vastaa lajin asettamia odotuksia. Esimerkiksi säännöissä käytetyt käsitteet, kuten ”linjakkuus,” ”harmonia” ja ”esteettinen vaikutelma,” viittaavat ulkoiseen kauneuteen ja joukkueen urheilijoiden kehojen yhtenäisyyteen liikehdintään. Tällaiset kuvaukset voivat viestiä, että vain tietyn tyyppinen keho pystyy täyttämään nämä kriteerit.

Tekniset vaatimukset, kuten notkeus, tarkat linjat ja sulava liike, asettavat harrastajille fyysisiä ja esteettisiä normeja. Näin säännöissä esitetty kieli ei ole ainoastaan ohjeellinen, vaan se myös rakentaa ja ylläpitää lajin kehoihanteita. Samalla se voi sulkea pois ne kehot, jotka eivät vastaa näitä odotuksia. Tässä tulee kuitenkin huomata, että esimerkiksi notkeus ja sulava liike ovat lajitaitoja, jota kuka tahansa pystyy harjoittamaan.

Interpersonaalinen funktio kuvaa kielen roolia sosiaalisten suhteiden ja valta-asetelmien säätelyssä. Joukkuevoimistelun säännöt määrittelevät arvostelun perusteet ja antavat tuomareille vallan päättää, millaiset suoritukset ja kehot täyttävät esteettiset ja tekniset vaatimukset. Tämä valta-asetelma vaikuttaa suoraan myös valmentajien ja urheilijoiden välisiin suhteisiin. Valmentajat toimivat ikään kuin sääntöjen välittäjinä, ja heidän tehtävänä on varmistaa, että joukkueen suoritukset ja urheilijoiden ulkonäkö vastaavat lajikulttuurin ihanteita. Tällainen sääntöjen kautta välittyvä normatiivisuus voi heijastua ryhmän sisäiseen kehopuheeseen. Jos lajin sisäiset arvot painottavat harmoniaa ja esteettisyyttä, valmentajien ja ryhmän jäsenten välinen vuorovaikutus saattaa vahvistaa tai jopa luoda uusia ihanteita, jotka eivät ole yksilöiden terveyden tai hyvinvoinnin kannalta kestäväällä pohjalla.

Tekstuaalinen funktio liittyy siihen, miten kieli järjestyy johdonmukaiseksi ja vakuuttavaksi kokonaisuudeksi. Joukkuevoimistelun sääntöjen tarkka ja yhtenäinen esitystapa luo vaikutelman objektiivisuudesta ja yleispätevyydestä. Tämä tekee säännöistä tehokkaan välineen normien ja ihanteiden välittämisessä. Sääntöjen kielelliset painotukset, kuten esteettisyyden korostaminen ja virheettömän teknisen suorituksen tavoittelu, muokkaavat lajikulttuuria ja vaikuttavat siihen, millaisia odotuksia kehoille asetetaan. Tällöin sääntöjen kautta välittyvä kieli osallistuu lajin kehopuheen kulttuurin rakentamiseen ja vahvistaa diskursseja, jotka voivat vaikuttaa urheilijoiden kehonkuvaan.

Säännöt eivät ole vain teknisiä ohjeita, vaan ne toimivat myös sosiaalisina ja kulttuurisina välineinä, jotka ylläpitävät ja uusintavat joukkuevoimistelun kehoihanteita. Hallidayn (1985) systeemifunktionaalinen teoria auttaa ymmärtämään, miten sääntöjen kieli luo ideaaleja, säätelee valtasuhteita ja vaikuttaa urheilijoiden tapaan puhua ja ajatella kehostaan. Näin sääntöjen merkitys ulottuu paljon teknisten suoritusten ulkopuolelle, aina urheilijoiden kekokokemuksiin ja lajikulttuurin ytimeen asti.

3 Gymner-kommentit kehonkuvan representaatioissa

Tutkimusaineistonani käsittelen joukkuevoimistelun oman, anonyymin keskustelupalstan *Gymnerin* (www.tapatalk.com) kommentteja. Valikoimani kommentit koskevat lajin sisäistä kulttuuria siitä, kuinka kehoista puhutaan, ja niistä käy ilmi kommentoijien ajatukset kehonkuvastaan lajin parissa toimijoina. Laadin aineiston pohjalta diskurssianalyysin, sillä menetelmä auttaa tunnistamaan oletukset, normit ja arvot kielenkäyttötilanteissa, ja tarkastelen sanojen valtaa suhteessa sosiaaliseen toimintaan (Mäntynen & Pietikäinen, 2019, luku 1.1).

Aineistoni on anonyymin keskustelupalstan *Gymnerin* kommentit, jotka koskevat urheilijoiden kehollista suoritusta ja ulkomuotoa. Sivuston kuvauksessa lukee ”keskustelua voimistelusta”. Joukkuevoimistelu on kuitenkin Voimisteluliiton kilpailuajasta harrastajamäärältään suosituin, ja palstan suurin osa keskustelusta liittyykin nimenomaan joukkuevoimisteluun (Voimisteluliitto, 2021). Joukkuevoimistelun kilpailukalenterissa kilpailukausia on kaksi vuodessa. Kevätkausi ajoittuu maaliskuusta toukokuun loppuun ja syyskausi ajoittuu syyskuun lopusta marraskuun loppuun. Koska palstalla kommentointi on vilkkainta kilpailukauden aikaan, olen noutanut aineistoni kahden eri kilpailukauden ajalta. Palstalla käydään ympärivuotista keskustelua erinäisistä aiheista, kuten harrastusmaksuista, koreografeista, valmennukseen liittyvistä ongelmista. Suorituksia koskevaa keskustelua käydään luonnollisesti eniten kilpailukauden aikaan. Nämä keskustelut olivatkin tutkimukseni kannalta oleellisia, sillä ne sisälsivät kommentteja urheilijoiden kehoista ja kuvailivat lajinsisäistä kehopuhetta.

Tutkittavat kommentit (1) ja (2) ovat Valintakilpailu-nimisestä ketjusta, jossa keskusteltiin yksittäisen kilpailun suorituksista huhtikuussa vuonna 2023. Valitsin kyseisen ketjun kyseiseltä ajankohdalta, sillä huhtikuu on lajin kilpailukauden huippu, ja kilpailukauden aikana kommentointi palstalla on vilkkainta. Kommentit (3) ja (4) puolestaan ovat Ylen juttu-nimisestä ketjusta, jossa käytiin keskustelua Ylen julkaisemasta artikkelista. Vuonna 2022 Yle julkaisi rytmisen voimistelun maajoukkueen valmentajasta Laura Ahosesta teh-

dyn artikkelin, jossa Ahosen valmentamat urheilijat kertoivat kokemuksiaan Ahosen valmennusmetodeista. Ahosen toimintatavat ohjata urheilijoita ruokailun ja painon kontrolloinnin saralla olivat haastatteluiden keskiössä. Valitsin ketjun, sillä artikkeli synnytti runsaasti keskustelua myös joukkuevoimisteluun keskittyvällä *Gymner*-palstalla, ja useat käyttäjät kertoivat kokemuksistaan joukkuevoimistelussa.

3.1 Diskurssianalyysi

Diskurssianalyysin luonteen mukaisesti merkittävää on huomioida se, mikä jää sanomatta (Pietikäinen, Mäntynen, 2019, luku 1.1). Negatiiviset kommentit altistavat kommentin saajia kohti negatiivista kehonkuvaa (Borges, 2018, s. 23). Diskurssianalyysin mukaisesti tutkin myös, mitä sanomatta jääneet kommentit kertovat urheilijoiden ja esimerkiksi joukkueen sisäisestä kehoihanteiden kulttuurista. Tässä tilanteessa tulisi huomioida ne kehot, jotka jäävät kommentoimatta, ja mistä se kertoo.

Joukkuevoimistelun kehoihanteelle ominaista ja ihailtavaa ovat pitkät raajat sekä notkea ja rasvaprosenttiltaan pieni, hoikka vartalo. Kehoihanteen vastakohtaa kuvastaisivat adjektiivit iso, raskas ja kankea. Diskurssianalyysin avulla pyrin tutkimaan kielenkäytön rakentumista myös niissä hetkissä, jolloin jokin asia jätetään aktiivisesti sanomatta ääneen. Kun joukkueessa kehuaan positiiviseen sävyyn pitkiä raajoja, notkeutta ja pientä kokoa, kehot nostavat samalla näitä piirteitä ylöspäin. Kun muunlaiset vartalot jäävät ilman kehuja ympäristössä, jossa kehuja kuitenkin annetaan, sen voidaan tulkita kommentoijan halua olla korostamatta muunlaisia vartaloita samanlaisessa positiivisessä sävyssä. Tällöin pienille kehoille annetaan kielenkäytöllisin keinoin enemmän valtaa.

3.2 Tutkimusetiikka

Aineistoni on julkisella verkkosivulla, eikä se ole maksumuurin takana, ja se on helposti saavutettavissa. Lisäksi kommentit ovat anonyymejä, enkä sido tutkittavaa materiaaliani

yksittäisiin urheilijoihin tai urheiluseuroihin, vaan käsittelen kommentoijia ainoastaan lajin parissa toimijoina. He voivat olla siis joko urheilijoita, tuomareita, valmentajia taikka muita lajista kiinnostuneita. Tämä lisää tutkimukseni luotettavuutta, sillä kommentit eivät rajoitu ainoastaan yhteen toimijaryhmään, ja se antaa kokonaiskatsauksen koko lajia koskevasta kehohanteiden kulttuurista.

Tutkimuksen eettisyyden vuoksi on merkittävää puoltaa sitä, että tarkasteltavana on nimenomaan anonyymi keskustelupalsta. Anonyymit keskustelut mahdollistavat näkemysten laajan kirjon, ja anonyymiin keskusteluun osallistuu varmemmin esimerkiksi vähemmistöjen edustajia kuin omalla nimellä käytyihin keskusteluihin (McCluskey & Hmielowski, 2011, luku 3.4). Anonymiteetti voi siis lisätä marginalisoitujen ryhmien osallistumista keskusteluun. Kehonkuvan muodostumisen näkökulmasta voidaan todeta, että keskustelussa marginalisoitu ryhmä on osallistujat, jotka ovat joukkuevoimistelun parissa toimiessaan havainneet muutoksia kehonkuvassaan ja mahdollisia siitä seuranneita ongelmia. Nämä henkilöt voivat olla esimerkiksi urheilijoita, jotka eivät edusta enemmistön vartalotyyppiä tai ihannekehoa ja ovat tulleet marginalisoiduiksi esimerkiksi kokonsa puolesta. Vähemmistön marginalisoituminen voi diskurssianalyysin mukaan tapahtua esimerkiksi jättämällä heidät positiivisen huomion, kuten kehujen, ulkopuolelle. Tuomalla esiin ainoastaan pientä kehoa viedään huomiota muilta kehoilta ja rakennetaan sosiaalista todellisuutta, jossa ihannekehosta poikkeavat kehot eivät ole positiivisen huomion arvoisia. Joukkuevoimistelussa tätä voi tapahtua harjoituksissa valmentajan tai urheilijoiden toimesta tai esimerkiksi internetissä kommenttien muodossa.

4 Analyysi ja tulokset

Aineistokseni olen valinnut neljä kommenttia keskustelupalstan eri aloituksista. Valitsin nämä neljä, sillä niissä tulee edustetuksi keskenään hieman eri näkökulmia. Kommentti (1 ja 2) tuo esiin suorituksen katselijan näkökulmaa. Kommentit (3 ja 4) puolestaan ovat joukkuevoimistelijoiden itsensä kirjoittamia omakohtaisia kokemuksia, jotka liittyvät heidän ulkomuotoonsa ja painoonsa voimistelijoina sekä painon kontrolliin. Kommentit on analysoitu nimenomaan tässä järjestyksessä, jotta analyysi vastaisi loogisesti tutkimuskysymyksiin ja veisi tutkielmaa kohti sen tavoitetta.

4.1 Gymner-kommentti 1

Tässä kappaleessa analysoin seuraavaa kommenttia.

- (1) Ovo junnujen ohjelmaa odotin kovasti, ja se rummutus mikä on ollut tällä viikolla niin odotukset oli korkeella. Ohjelma ja musiikki raskas ja sai tytötkin näyttämään erilaiselta, kuin viime vuonna (anonyymi239494, 16.5.2022).

Komentissa (1) tartutaan ensisijaisesti urheilijoiden ulkonäköön, eikä suorituksen fyysisyyteen. Termiä Ovo käytetään lyhenteenä puhuttaessa isosta ja meenstyneestä voimisteluseurasta, Olarin Voimistelijoista. Kommentin ilmaus ”musiikki raskas ja sai tytötkin näyttämään erilaiselta, kuin viime vuonna” asettaa kehojen raskauden kaiken muun edelle ikään kuin viestiäkseen, ettei muulla ollut väliä, koska kehot näyttivät raskailta. Tämä vie huomiota suorituksen muilta osa-alueilta, kuten kilpailutilanteessa arvioitavaan suorituksen yhdenaikaisuuteen tai tekniseen puhtauteen ja asettaa nämä kommentin näkökulmasta arvottomiksi urheilijoiden ”raskaan” ulkomuodon vuoksi.

Kommentti kuitenkin sitoo kehojen ”raskauden” nimenomaan raskaaseen musiikkiin. Tällainen representaatio vihjaa, että kehojen ulkonäkö ja niiden tulkinta ovat sidoksissa esityksen estetiikkaan ja tunnelmaan, eivätkä ole pysyvä ominaisuus. Voidaan tulkita,

että kommentti arvosteleeikin enemmänkin esityksen kokonaisuudesta vastaavaa valmentajaa ja hänen valintojaan, eikä suoranaisesti pidä urheilijoita huonoina heidän raskaan ulkomuotonsa vuoksi.

4.2 Gymner-kommentti 2

Tässä kappaleessa analysoin seuraavaa kommenttia.

- (2) Hyvät näytti kyllä tosi raskailta Minetit sennuilla, huomaa, että osa ollut tauolla (ovo233, 23.5.2022).

Kuten ensimmäinen kommentti, tämäkin kommentti sitoo urheilijoiden fyysisen suorituksen heidän kehojensa ulkomuotoon. Sanalla "sennu" viitataan senior sarjaan, jossa kilpailevat yli 16-vuotiaat urheilijat. Diskurssianalyttisesti tarkasteltuna sanavalinta "raskailta" luo mielikuvan ponnistelusta ja vaivalloisuudesta, mikä etäännyttää kehot ihanteellisesta urheilullisuudesta tai keveydestä ja sulavuudesta, johon joukkuevoimistelun estetiikka usein liitetään. Joukkuevoimistelun säännöissä korostetaan joukkueen yhtenäisyyttä ja voimistelun keveyttä. Ohjelman tulisi synnyttää katsojalle illuusio, jossa voimisteleminen näyttää keveältä ja helpolta (Suomen Voimisteluliitto, 2017). Kommentti ja sanavalinta "raskas" vie siis hyppysuoritusta ihanteesta päinvastaiseen suuntaan.

"Huomaa, että osa ollut tauolla" puolestaan yhdistää keholliset havainnot aiempiin tapahtumiin, kuten harjoittelun puutteeseen tai muuhun epäurheilijamaiseen toimintaan. Ilmaus asettaa kehojen nykytilan osaksi kronologista narratiivia, jossa kehot eivät ole pysyneet urheilijan tavoitteleman kehityksen mukana. Kommentissa kehot eivät esiinny itsenäisinä toimijoina, vaan diskurssissa ne kytkeytyvät menneisiin toimiin ja siitä seuraaviin, havaittaviin vaikutuksiin. Kommenttia tarkasteltaessa laajemmin tulee erityisesti ottaa huomioon urheilijoiden ikä. Minetit-joukkueen urheilijat ovat 16-19 -vuotiaita nuoria.

lkäryhmä on tutkitusti muita alttiimpi kommenteille omasta kehostaan (Kosola & Martinen, 2021, s. 12). Vaikka kommentilla on voitu tarkoittaa esimerkiksi hallinnan puutteesta johtuvaa huonoa hypyn alastuloa, joka on vähentävä tekijä pisteissä (Suomen Voimisteluliitto, 2023), nuoret urheilijat saattavat tulkita raskaan vaikutelman yksinomaan viittaavan kehojen ulkomuotoon. He eivät välttämättä osaa sitoa kommenttia kehosta hypyn aikana yksittäiseen hyppysuoritukseen tai urheilullisuuteen. Kehotyytymättömyys, joka liitetään syömishäiriölle altistaviin tekijöihin, rakentuu omasta heikentyneestä kehokuvasta. Syömishäiriöille yhteistä on myös se, että paino ja ulkonäkö ovat korostuneessa roolissa yksilön itsearvostuksessa ja omanarvontunteessa (Suokas ja Rissanen, 2013, s. 355).

4.3 Gymner-kommentti 3

Tässä kappaleessa analysoin seuraavaa kommenttia.

- (3) Minulla taas on, punnituksessa ollut muutaman kerran kaudessa ja sitä pelättiin etukäteen. Olin muutaman viikon nälkäkuurilla, kun pelkäsi omaa painoa ja valmentajan reaktiota – vaikuttaako kisakokoonpanoon (Koe, 18.11.2022).

Kommentti tuo esiin kehojen hallinnan ja arvioinnin keskeisen aseman urheilukontekstissa. Kommentissa kehot ja niiden koko tai koostumus, eivät ole yksinomaan yksilön autonomian alaisia, vaan ne kietoutuvat valtasuhteisiin valmentajan ja lajikultuurin kanssa. Lajista työnsä puolesta tietotaitoisen valmentajan odotukset ja punnitustilanteen uhkaava ilmapirii luovat mielikuvan, että kommentoija pelkää punnituksessa jotain, mihin kuitenkin tulisi pyrkiä. Havainto on selkeä esimerkki kehoihanteesta. Ilmaus ”sitä pelättiin etukäteen” korostaa, että kehojen arviointi ei ole vain neutraali mittaustilanne, vaan siihen liittyy emotionaalisia ja sosiaalisia ulottuvuuksia.

Vaikkakin tarkat kriteerit kehon fyysisyydestä kuuluvat huippu-urheiluun, ei siihen tulisi liittyä pelkoa (Borges, 2018, s. 17). Voimakkaat sanavalinnat, kuten ”nälkäkuurilla” ja ”pelkäsi omaa painoa”, kielivät siitä, kuinka paino yhdistyy normatiivisiin odotuksiin

kehosta (Hale & Smith, 2012, s. 66-73). Joukkuevoimistelun normatiivisissa odotuksissa korostuvat vielä pitkät ja hoikat raajat sekä vaivattomuuden ja keveyden illuusio. Kommentissa rakentuu diskurssi, jossa kehon paino nähdään keskeisenä kilpailullisen kelpoisuuden mittarina. Valmentajan reaktioiden pelko heijastaa urheilijan kokemaa kehoon kohdistuvaa ulkoista kontrollia ja vallankäyttöä, joka pakottaa yksilön alistumaan jopa äärimmäisiin toimiin, kuten ruokavalion rajoittamiseen. Tämä kuitenkin sotii Voimisteluliiton asettamia joukkuevoimistelijan ravintosuosituksia vastaan, joissa ohjataan urheilijoita huolehtimaan riittävästä ja säännöllisestä ravinnonsaannista (Suomen Voimisteluliitto, 2021).

Kommentoijan huoli punnitustuloksen vaikutuksesta kilpailukokoonpanoon pääsemisestä kielii siitä, että kehon arvo on linkitetty suorituskykyyn ja hyödyllisyyteen osana joukkuetta. Keho ei ole tässä diskurssissa yksilöllinen tai autonominen vaan se alistetaan laajempaan rakenteeseen, jossa kilpailulliset intressit ohjaavat kehon muokkausta, kuten kommentissa ilmi tullutta laihduttamista. Tällainen diskurssi paitsi vahvistaa kehojen kontrollin kulttuuria, myös osoittaa, miten kehot toimivat vallankäytön välineinä joukkuevoimistelun urheiluyhteisössä.

4.4 Gymner-kommentti 4

Tässä kappaleessa analysoin seuraavaa kommenttia.

- (4) Ne mittaukset on nöyryyttäviä ja vaarallisia etenkin, jos urheilijan keho- ja ruokasuhteessa on häiriintyneitä piirteitä ja isolla osalla väkisinkin ollut. Väitän, että kaikista joukkueista missä oon ollut, yli puolella oli syömishäiriöoireilua, omaa kehoa hävettiin, laihoja ihannoitiin ja painonnousua pelättiin (Abc, 19.11.2022).

Kommentti avaa vahvoin sanallisin ilmauksin kehojen merkityksellistämistä urheiluyhteisössä erityisesti vallan, kontrollin ja häpeän näkökulmista. Kommentissa kehot eivät ole neutraaleja ja itsenäisiä, vaan niitä hallitaan ja tarkastellaan lajikultuurin

normatiivisten odotusten perusteella. Odotukset kytkeytyvät ihanteellisiin kehokäsityksiin ja pelkoon näistä poikkeamisesta.

Kuvaillessaan kehonkoostumusmittauksia ”nöyryyttäviksi ja vaarallisiksi” kommentoija tuo esiin kokemuksensa siitä, kuinka kehot altistetaan ulkoiselle arvioinnille, jolla on sen fyysisyyden lisäksi myös psyykinen ja vahva vaikutus urheilijan kehosuhteeseen. Joukkuevoimistelun parissa vaikutus ilmaistaan negatiivisena. Kommentoija esimerkiksi kuvailee usean tuntemansa joukkuevoimistelijan ”häiriintyneitä keho- ja ruokasuhteen piirteitä”. Tämä kieli siitä, että kehojen sosiaalisella hallinnalla sekä siitä koituvat normit ja paineet vaikuttavat lähes väistämättä urheilijoihin. Lause ”isolla osalla väkisinkin ollut” viittaa siihen, että kommentoija kokee tämän olleen kollektiivinen kokemus. Kollektiivinen kokemus rakentaa yhteisön normeja ja vaikuttaa niihin.

Diskurssissa nousee esiin keskeinen kulttuurinen arvo, rasvaprosenttiltaan pienen kehon ihannoiti ja painonnousun pelko. Maininta ”omaa kehoa hävettiin ja laihoja ihannoitiin” on esimerkki tästä rakentuneesta sosiaalisesta toiminnasta. Diskurssintutkimus on tutkimusta ja teoretisointia kielenkäytön sekä todellisuuden, maailman ja tilanteisen toiminnan välisestä suhteesta (Mäntynen & Pietikäinen, 2019, luku 1.2). Kommentoijan esille tuoma sosiaalinen häpeä isokokoisesta kehosta kieli aiemmin todettujen lajinomaisten ihanteiden arvostuksesta, mikä on sosiaalisessa vuorovaikutuksessa rakentunut yhteisöön.

Analysoitujen kommenttien perusteella voidaan todeta, että joukkuevoimistelua koskevassa keskustelussa puhutaan tavalla, joka korostaa ulkoisen ilmeen ja siihen kohdistuvien normatiivisten ja esteettisten ihanteiden merkitystä. Ihanteet esitetään lähestulkoon ensisijaisina suhteessa fyysiseen suoritukseen tai teknisiin ominaisuuksiin. Kehot eivät näyttäyty itsenäisinä, vaan niitä merkityksellistetään ja arvotetaan toimijoiden keskuudessa esteettisten ihanteiden ja lajikulttuurin sääntöjen perusteella.

5 Pohdinta ja johtopäätökset

Pyrin aineiston avulla havainnoimaan sitä, millainen on joukkuevoimistelun kehoihanne ja kuinka se rakentuu kielellisesti. Tärkeää on huomioida, että ottamatta kantaa siihen, kuinka terveydellisesti turvallisia kehonkoostumusmittaukset urheilijoille ovat, kommenteissa heijastuu kommentoijien kokemukset mittauksista lajissa. Näitä autenttisia kokemuksia tutkittiin osana esimerkkejä vallitsevasta kulttuurista joukkuevoimistelun kehoihanteista, sillä kieli liittyy oleellisesti inhimilliseen toimintaan (Mäntynen & Pietikäinen, 2019, luku 1.1).

Sanavalinnat, kuten ”raskas” ja ”nälkäkuuri” ovat diskursiivisia keinoja, joiden myötä urheilijoiden kehot asetetaan tarkkailun, arvioinnin ja normatiivisten vaatimusten kohteiksi. Nämä kommentit ensisijaisesti tuottavat ja vahvistavat joukkuevoimistelun kulttuurisia odotuksia vallitsevasta kehoihanteesta. Diskurssissa kehojen fyysiset piirteet eivät ole vain yksilön ominaisuuksia, vaan ne mallintavat lajin sosiaalisia valtasuhteita.

Havainnoidakseni kehoihanteiden rakentumista mahdollisimman selkeästi valitsin aineistoikseni kommentin sekä suorituksen katselijan näkökulmasta että urheilijan näkökulmasta. Kahden eri näkökulmasta tulleen kommentin analysointi rinnakkain todistaa sitä, millaisia kehoja lajin parissa ihannoidaan ja miten näiden kehojen ihannointi rakentaa urheilijoiden todellisuutta lajin harrastajina. Diskurssi ”laihojen ihannoinnista” sulkee ihannoinin ulkopuolelle muut kuin laihat kehot, ja se on esimerkki kehoihanteen vaikutuksesta lajissa.

Tulosten valossa voidaan todeta, että joukkuevoimistelussa osa keskusteluista nostaa yhtä vartalotyyppiä muiden yläpuolelle, mikä on vaikuttanut lajin parissa toimijoihin. Kommenttien analyysi voidaan sitoa selvään yhdenmukaisuuden aiempiin tutkimuksiin kehoihanteiden vaikutuksesta yksilön terveyteen ja todeta, että vaikutus on negatiivinen.

Diskurssianalyysi on hyödyllinen menetelmä keskustelupalstan kielen analysointiin. Olin kuitenkin voinut valita analyysin kohteeksi jonkin muunkin alustan kuin anonyymien keskustelupalstan. Tutkimusetiikka tukee anonyymien palstan valintaa, mutta se ei ole täysin luotettava kattaus autenttisesta keskustelusta. Anonyymeilla keskustelupalstoilla toimintaa ylläpitävät ja valvovat moderaattorit, joilla on oikeus poistaa asiattomia tai loukkaavia kommentteja. Diskurssianalyysin tutkija pyrkii tutkimaan todellisten ihmisten todellista kielenkäyttöä yhteiskunnassa (Pietikäinen, Mäntynen 2019, 1.1). Vaikkakin moderointi tukee käyttäjäkokemusta (Ruohisto, 2021, s. 255), voisivat tulokset olla erilaiset alustalla, jolla moderointia ei tapahdu. Tämän vuoksi anonyymien palstan tutkiminen ei anna täysin puhdasta tulosta.

Tutkimusta olisi hyödyllistä jatkaa ja jalostaa. Jatkotutkimusideana voisi olla esimerkiksi valmennustilanteessa käytetyn kielen tutkiminen kehopuheen näkökulmasta. Tutkimusidea voitaisiin hyödyntää joukkuevoimistelun lisäksi myös muissa esteettisissä lajeissa, kuten taitoluistelussa tai tanssissa. Tutkimuksen avulla voitaisiin tukea esimerkiksi lajiliittojen ja urheiluseurojen toimintaa kohti terveempää ja näin ollen menestykkäämpää urheilua.

Lähteet

- Bell, L. & Rushforth, J. 2008. *Over coming body image disturbance: a programme for people with eating disorders*. New York: Routledge.
- Borges, F. (2018) *Perceptions and attitudes of children experiencing obesity*. Luvut 1-8. Noudettu osoitteesta <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/31599/pdf>
- Cwynar-Horta, J. (2016). The Commodification of the Body Positive Movement on Instagram. *Stream Interdisciplinary Journal of Communication* (4), 23-26
- Hale, B.D. & Smith, D. 2012. Bodybuilding. Teoksessa T.F. Cash (toim.) *Encyclopedia of body image and human appearance*. (5), 66-73.
- Hargreaves, D. A. & Tiggemann, M. 2006. 'Body Image Is for Girls' A Qualitative Study of Boys' body image. *Journal of Health Psychology* 11(4), 567–576.
- Herrala, Helinä & Kahrola, Tytti & sandström, Marita 2008. *Psykofyysinen ihminen 1. painos*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Huang, Q., Peng, W., & Ahn, S. (2021) When media became the mirror: A meta-analysis on media and body image. *Media Psychology*, (10), 437-489. <https://doi.org/10.1080/15213269.2020.1737545>
- Jokinen, A. & Juhila, K. & Suoninen, E. 2016. *Diskurssianalyysi: teorian, peruskäsitteet ja käyttö*. Tampere: Vastapaino.
- Kosola, S. & Marttinen, E. 2021. *Nuoruusikä – elämän toinen mahdollisuus*. https://www.oppiportti.fi/op/ote00121/do?p_haku=nuoruuden%20kehitys#q=nuoruuden%20kehitys
- Lewis, V. (2016). No Body's Perfect: A Helper's Guide to Promoting Positive Body Image in Children and Young People. *Australian Academic Press*. (6), 41-44.
- Pietikäinen, S., Mäntynen Anne (2019). *Uusi kurssi kohti diskurssia*. <https://www.elibslibrary.com/reader/9789517688253>
- Sundgot-Borgen, J.& Torstveit, M.K. (2004). Prevalence of eating disorders in elite athletes in higher in lean sports than in non-lean sports. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. Luku 3. <https://pub-med.ncbi.nlm.nih.gov/14712163/>

- McCluskey, Michael & Hmielowski, Jay (2011). *Opinion expression during social conflict: Comparing online reader comments and letters to the editor*. Journalism 13.3, 303–319. <https://doi.org/10.1177/1464884911421696>
- Suokas, J. & Rissanen, A. 2013. Syömishäiriöt. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Heikkinen, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim.), *Psykiatria*. Helsinki: *Duodecim*, (8), 346–361
- Suomen Voimisteluliitto, 2021. Terve Voimistelija -materiaal. https://www.voimistelu.fi/voimisteluliitto/vastuullisuus__trashed/terve-voimistelija/