Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta
Lausunto: Eeva Jokinen, yhteiskuntapolitiikan professori (Itä-Suomen yliopisto)
13.1.2019

Selonteon lähtökohta on erinomainen: liikunta on itseisarvo. Ihminen tulee eläväksi ja sosiaalisessa yhteisössä toimivaksi liikkumalla paikasta toiseen, pelaamalla, ponnistelemalla, leikkimällä ja niin edelleen. Liikkuminen on paitsi elämän jatkumisen edellytys myös suunnaton mielihyvän lähde. Liikkuminen itse, yhdessä toisten kanssa tai toisten liikkumisen seuraaminen voi olla esteettinen elämys tai arjen voimaannuttava ”hetki”.

Kuten raportissakin todetaan, liikunta on erityisesti tällä vuosisadalla muuttunut (ainakin monilta osin) ikään kuin alisteiseksi jollekin muulle: ajassamme elää eetos, jonka mukaan ihmisten tulisi liikkua, jotta he olisivat terveitä ja vahvoja (työhön kykeneviä) yksilöitä. On tosin huomautettava, että ei tämä mitään ihan uutta ole: jo patruunat sata vuotta sitten patistivat työläisiään urheilemaan vapaa-ajallaan, jotta nämä eivät viettäisi aikaansa ryypäten yms., ja jotta olisivat mahdollisimman terveitä ja tuotteliaita työntekijöitä. Sen sijaan toinen nykytrendi, liikunnan markkinoituminen, on ehkä uudempi ilmiö. Puhuttiinpa miltei mistä tahansa liikunnasta, puhutaan myös rahasta: mitä kaikki maksaa, miten liikkuminen on ”investointi” ja kuinka kalliiksi liikkumattomuus tulee. Kansainvälinen kilpaurheilu on tietysti valtava bisnes, mutta paljon rahaa näyttää liikkuvan myös vaikkapa juniorijoukkueurheilussa.

Raportti ei edetessään aivan pysy omassa lähtökohdassaan tarkastella liikuntaa itsearvona, vaan lähtee keskustelemaan esimerkiksi ”vaikuttavuusmittareista” ja ”hyte-kertoimista”, jotka alleviivaavat liikunnan välinearvoa. Siellä on myös ilmaisuja kuten ”Suomi tarvitsee lisää liikuntaa”, joka on nationalistinen idea, joka ei oikein kestä tarkastelua.

Koska en ole liikuntakulttuurin enkä liikunnan asiantuntija, en osaa arvioida selonteon yhteiskuntapoliittisia ehdotuksia tarkemmin. Ne vaikuttavat perustelluilta eivätkä maksa paljon. Kiinnitin kuitenkin huomiota siihen, että tasa-arvoon, yhdenvertaisuuteen, ja seksuaaliseen ja sukupuoliseen koskemattomuuteen liittyvät huomiot ja kehittämisehdotukset (joita on useassa kohdassa) jäävät maininnan tasolle. Niitä ei ole integroitu muuhun toimintaan eikä esitetty selkeitä konkreettisia ehdotuksia. Tällainen selkeä esitys voisi olla esimerkiksi se, että kaikki kuntien liikuntaohjelmat suvataan, eli arvioidaan niiden sukupuolivaikutukset. Tätä pitäisi tehdä saman väen, joka laatii suunnitelmia. Tällöin kehittyy muidenkin yhdenvertaisuutta vailla olevien erojen taju, ja siitä tulee luonteva osa liikuntapolitiikan arkea, sen suunnittelua ja ymmäpitoa.

Seuraavassa esitän joitakin ajatuksia siitä, miten liikuntapolitiikkaa voisi mahdollisesti tulevaisuudessa jäsentää sellaisella tavalla, että se ottaisi huomioon muuttuvan yhteiskunnan, tässä erityisesti murroksessa olevan työn ja arjen uudet muodostelmat (ns. aikusten arjen näkökulma liikuntaan). Tällaisia uusia muodostelmia ovat esimerkiksi epätyypillisten työsuhteiden hidas, mutta vakaa kasvu, epätyypillisten työaikojen selvä lisääntyminen, useilla aloilla tutkitusti lisääntynyt työstressi sekä koulutuksen ja työn suhteen uudelleenrakentuminen. Teollisessa ja palveluyhteiskunnassa (miltä ajalta nykyinen yhteiskuntapoliittinen järjestelmämme on, myös liikuntapoliittinen) koulutus, vapaa-aika, perhe-elämä ja työ muodostivat ikään kuin erilliset sfäärit, joiden kesken ihmiset kulkivat tietyssä järjestyksessä elinkaaressa, päivittäin ja viikottain. Tällä hetkellä tämä järjestys on monella tapaa mennyt sekaisin (hyvässä ja pahassa). Esimerkiksi yksi koulutus ei useinkaan riitä, ja puhutaan toisaalta koulutusinflaatiosta ja toisaalta jatkuvasta oppisesta. Jatkuvan opiskelun lisäksi erilaiset uudet työn tekemisen tavat, kuten työskentely digitaalisilla alustoilla tai itsensä työllistäminen, kyseenalaistavat työn ja muun elämän erillisyyden. Vielä suuremmassa kuvassa on todennäköistä, että työaika lyhenee (ympäristömme ei kestä nykyistä määrää tuotantoa; robotit tekevät tylsät työt). Liikunta ei siten ole erillinen sfääri, jonne mennään tai jossa pistäydytään työpäivän jälkeen tai vapaa-ajalla, vaan se lomittuu muuhun tekemiseen. Erillisiä liikuntapaikkoja varmaan tarvitaan tulevaisuudessakin, mutta tarvitaan myös liikuntapolitiikkaa, joka tukee liikuntaa missä tahansa, mihin tahansa aikaan, vähän kerrallaan tai pitkän kaavan mukaan.

Positiivisesti ajateltuna edellä kuvatut todennäköiset muutokset avaavat uusia paikkoja ja tilaisuuksia liikunnalle ja sen lisääntymiselle. Millä tavoin liikuntapolitiikalla voitaisiin sitten edistää sitä, että ihmiset tarttuvat näihin tilaisuuksiin.

Arjen tutkijoiden mukaan hyvän arjen tilaulottuvuus on kodintuntuisuus, aikaulottuvuus on rutiini (tai toisto) ja toiminnan modaalisuus on tapa, tehdään asioita koska niin on tapana tehdä. Arkiliikunnan tulisi siis olla sellaista, että se tuntuu kodinomaiselta. Arjen luontevuus katoaa, jos tuntuu siltä, että on väärässä paikassa, tulee torjutuksi tai sivuutetuksi. Kuten selonteossakin sanotaan, keskeisessä asemassa ovat matalan kynnyksen liikuntapaikat, joihin uskaltaa mennä sellainenkin, joka ei esimerkiksi tunne itseään liikunnalliseksi. Omalla työpaikallani olen huomannut, että kun kopiokoneen viereen ilmestyi keppejä, ihmiset alkoivat venytellä odottaessaan kopioita. Ilman keppejä venyttely (jos ei ole jumpassa) vaivaannuttaa monia. Matala kynnys liikkua tarkoittaa tietysti myös sitä, ettei liikkuminen voi maksaa ainakaan kovin paljon.

Hyvään arkiliikuntaan kuuluvat myös toistot, rutiinit ja tavat. Nekään eivät synny tyhjästä, vaan vaativat virikkeen, ainakin aluksi. Mielessäni on jonkinlainen Museokortin liikunnallinen vastine eli Liikuntakortti (joka voisi olla kunnan/valtion subventoima ja esimeriksi ilmainen alle 18-vuotiaille, työttömille ja eläkeläisille). Sillä pääsisi joko ilmaiseksi tai pienellä maksulla kuntosaleille, uimahalleihin ja muihin liikuntapaikkoihin, ja sillä voisi myös ostaa liikuntavälineitä kuten skeittilautoja tai luistimia ja niin edelleen tietyllä summalla vuodessa. Siitä voisi tulla ”juttu”, joka buustaisi näiden paikkojen käyttöä ja tarvikkeiden myyntiä. Ennen kaikkea se saattaisi liikuttaa niitä, jotka eivät muuten liiku arjessa juurikaan, sillä harva jättäisi kortin edun kokonaan käyttämättä.

Liikuntakortti kohdistuisi siis vain ja ainoastaan toimintaan, missä kortin haltija liikkuu itse. Se ei ulottuisi urheilutapahtumien sisäänpääsyyn, vaikka urheilun seuraaminen, suorituksista ilahtuminen ja yleisöön kuuluminen ovatkin tärkeitä liikuntapoliittisia arkihetkiä.

Liikuntakortin avulla voisi pistäytyä liikkumassa tai hankkia liikuntavälineen, jolla voi luontevasti liikkua uudessa arjessa. Leikkimielisesti mutta ihan mahdollisesti: sen lanseeraaminen saattaisi synnyttää insta-ilmiön tai vastaavan, jossa kansalaiset kilpailisivat siitä, kuka keksii luovemman ja erikoisimman tavan käyttää sitä – liikkumiseen.

Aika pienellä resurssilla olisi toteutettavissa Liikuntakortin esiaste: jonkinlainen Liikuntatili 16-18-vuotiaille, kun se näyttää olevan strateginen ikä joko jatkaa tai lopettaa liikkuminen.