

Kuinka liikkumattomuutta pyritään ehkäisemään?

Nuorten liikkumattomuus biopoliittisen hallinnan kohteena
ja habituksen näkökulmasta tarkasteltuna

Sosiaalitieteiden kandidaatintutkielma

Laatija:
Henrik Honni

15.5.2025

Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu
Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Kandidaatintutkielma

Oppiaine: Sosiaalitieteet

Tekijä: Henrik Honni

Otsikko: Kuinka liikkumattomuutta pyritään ehkäisemään?: Nuorten liikkumattomuus biopoliittisen hallinnan kohteena ja Bourdieun habituksen näkökulmasta tarkasteltuna

Ohjaaja(t): VTT Emma Lamberg

Sivumäärä: 36 sivua

Päivämäärä: 15.5.2025

Tässä kandidaatintutkielmassa tarkastelen nuorten liikkumattomuutta koskevan politiikkaongelman esittämistä ja ratkaisua sekä ilmiön kytköksiä eriarvoisuuteen. Tutkielmani vastaa tarpeeseen tuottaa tietoa merkittävänä pidetystä yhteiskunnallisesta haasteesta ja avaa ilmiötä käsittelevässä aikaisemmassa tutkimuksessa katveeseen jäänyttä sosiologista näkökulmaa. Tutkielman tavoitteina oli selvittää, miten nuorten liikkumattomuutta pyritään ehkäisemään politiikkasuosituksilla ja miten liikkumattomuuteen liittyviä rakenteellisia taustatekijöitä, kuten sosioekonomista asemaa ja taloudellista tilannetta tarkastellaan suhteessa ilmiötä koskeviin ongelmien määrittelyihin ja niiden ratkaisuun. Tutkielmassa tarkastelin biopoliittikan ja habituksen käsitteiden avulla, kuinka nuorten liikkumattomuutta esitetään ja pyritään ratkaisemaan politiikkasuosituksissa sekä miten eriarvoisuus ja erilaiset resurssit kytkeytyvät nuorten liikkumattomuuden ilmiöön.

Toteutin tutkimuksen analysoimalla kolmea eri politiikkasuositusaineistoa, joita käytetään poliittisen päätöksenteon tukena. Analyysin muodostamisen apuna käytin Carol Bacchin What's the Problem Represented to be -analyysityökalua. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissäni koodasin aineistoissa esiintyviä keskeisiä teemoja osin teoreettisen viitekehäkseni avulla ja myös aineistolähtöisesti. Analyysin tuloksina selvisi, että politiikkasuosituksissa nuorten liikkumattomuutta esitetään pitkälti kansanterveyden ja kansantalouden näkökulmista. Suosituksissa keskeisimpinä ongelmanratkaisukeinoina olivat julkinen päätöksenteko ja yhteiskunnalliset ohjaustoimet. Eriarvoisuuden kytköksiä nuorten liikkumattomuuteen kuvattiin suosituksissa taloudellisen tilanteen ja sosioekonomisten terveyserojen huomioimisen kehyksissä. Perheet, koulut ja kasvatus sekä julkinen sektori nähtiin politiikkasuosituksissa keskeisimpinä liikkumattomuuden ongelmaa ratkaisevina toimijoina.

Johtopäätöksinä selvisi, että nuorten liikkumattomuuden esittäminen politiikkasuosituksissa kansanterveydellisessä näkökulmassa ilmentää vahvasti biopoliittista hallintaa koskevaa terveystaloudellisuutta ja siihen liittyvien väestön kansalaistamisen ja elinvoiman ylläpidon tavoitteita. Kansantaloudellinen näkökulma puolestaan tukee biopoliittiseen hallintaan liittyvää uusliberaalin ajan ihannetta yhteiskunnalle tuottavasta yksilöstä, joka ottaa terveydestään vastuuta. Julkinen valta pyrkii myös vaikuttamaan liikkumattomuuteen jo varhaisessa ikävaiheessa. Tämän ohessa nuorten liikkumattomuutta koskevan biopoliittisen hallinnan nähtiin hyödyttävän julkista valtaa samanaikaisesti myös siten, että sen avulla voidaan hallita nuorten kouluttautumista. Lisäksi selvisi, että liikkumattomuuden kansantaloudellisten vaikutusten tutkimusta on kritisoitu ei-empiirisenä, mikä korostaa empiirisemmän ilmiötä koskevan tutkimuksen tarvetta. Ratkaisukeinoista julkisen päätöksenteon asema pohjautuu pitkälti terveystaloudellisuuden määrittelyn historialliseen taustaan. Yhteiskunnallisten ohjaustoimien ja tuuppimisen nähtiin aiheuttavan ristiriitaa aineistossa. Tämän pohjalta voidaan todeta, että ohjaustoimet hyväksytään suosituksissa yhtenä tapana ratkaista nuorten liikkumattomuutta, mutta samalla niiden sisältämät tehokkuusvaatimukset tunnustetaan ja ollaan valmiita sivuuttamaan, sillä parempaa ratkaisukeinoa ei ole havaittu.

Johtopäätöksissä selvisi myös, että perheiden taloudellisia tilanteita huomioidaan kattavasti suosituksissa, mikä edesauttaa nuoren liikunnallisen habituksen muodostumista. Eriarvoisuutta lähestytään myös sosioekonomisten terveyserojen kautta, mikä auttaa tunnistamaan paremmin erilaisten liikunnallisten habitusten taustoja, jotta matalamman liikunnallisen pääoman omaavia nuoria voidaan tukea paremmin. Tutkimukseni osoitti, että habituksen käsite on hyödyllinen väline nuorten liikkumattomuutta koskevan eriarvoisuuden tarkastelussa, sillä sen avulla voidaan tarkastella esimerkiksi perheiden erilaisten taloudellisten tilanteiden ja yksilöllistyneiden ja eriytyneiden sosioekonomisten taustojen vaikutuksia liikunnallisen habituksen muodostumiseen ja eriarvoisuuden kehittymiseen. Lisäksi johtopäätöksissä

nähtiin perheiden vastuuttamisen olevan olennaista liikkumattomuuden ongelman ratkaisussa, kunhan niihin kohdistetaan riittävästi resursseja. Koulut ja kasvatus nähtiin potentiaalisena toimijana tasaamaan liikkumista koskevia sosioekonomisia eroja, ja julkisen sektorin kohdalla selvisi, että nuorten liikkumiseen tulee kohdistaa paremmin erilaisia hankkeita. Julkisen sektorin nähtiin myös voivan vähentää liikunnallista eriarvoisuutta tukemalla nuorten liikkumista kattavasti eri sektoreilla. Jatkotutkimuksen kohteina esitän nuorten oikeuksien ja yksilöllistyneiden elämäntapojen näkökulmien tarkastelun, arki- ja hyötyliikunnan mahdollisuuksien tarkastelun ja kavereiden merkitystä liikunnallisen habituksen syntymään koskevan tarkastelun. Lopuksi korostan ilmiötä koskevan monialaisen tutkimuksen merkitystä tulevaisuudessa.

Avainsanat: liikkumattomuus, nuoret, biopolitiikka, habitus, liikuntasosiologia

Sisällysluettelo

1	Johdanto	5
2	Teoria	8
2.1	Katsaus liikkumattomuuteen ilmiönä	8
2.2	Biopolitiikka	10
2.3	Habitus	13
3	Tutkimusasetelma	15
3.1	Tutkimuskysymykset	15
3.2	Aineistot, menetelmät ja analyysin kuvaus	15
4	Tulokset	18
4.1	Nuorten liikkumattomuuden esitys politiikkasuosituksissa	18
4.2	Nuorten liikkumattomuuteen ehdotetut ratkaisukeinot politiikkasuosituksissa	21
4.3	Eriarvoisuuden ja erilaisten resurssien yhteys nuorten liikkumattomuuden ongelmaan ja sen ratkaisuun	24
5	Johtopäätökset	29
	Tutkimuksen aineisto	33
	Lähteet	34

1 Johdanto

Nuorten liikkumattomuus nähdään tänä päivänä merkittävänä yhteiskunnallisena haasteena. Ilmiöön puuttumisen tärkeyttä ja ajankohtaisuutta korostaa nykyisen pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma, jossa liikkumattomuuden ehkäisyn merkitys painottuu huomattavasti jo äitiyspakkauksesta lähtien: “3. Tuetaan perheiden liikunnan edistämistä. Sisällytetään pallo äitiyspakkaukseen ja lisätään neuvoloihin perheliikuntaneuvontaa.” (Valtioneuvosto 2023, 210). Samaisessa ohjelmassa on suurta mediahuomiota osakseen saaneen pallon lisäksi muitakin nuorten liikkumattomuuden näkökulmasta kiinnostavia painopisteitä. Näitä ovat esimerkiksi terveydenhuollon, koulujen ja kasvatuksen vastuiden korostaminen sekä erilaisten taloudellisten kannustimien, kuten harrastesetelin ja verotuksen, tarkastelu liikkumista tukevin toimenpiteinä.

Hallitusohjelman tavoitteet ja niihin kytkeytyvät politiikkatoimet vaikuttavat olevan yhteydessä liikkumattomuutta koskevaan tieteelliseen tutkimukseen, jossa samaiset kansanterveyden, kansantalouden ja kasvatuksen näkökulmat korostuvat. Nämä näkökulmat voivat siirtyä myös päätöksenteon tueksi ja poliittisen hallinnan taustalle, kuten pääministeri Orpon hallituksen ohjelmasta voidaan havaita (Valtioneuvosto 2023). Kansanterveydellinen ja -taloudellinen näkökulma tarjoavat nuorten liikkumattomuuden ehkäisyn kannalta tärkeitä selityksiä. Korostaessaan esimerkiksi ilmiön kustannuksia tai terveydellisiä vaikutuksia, näkökulmat saattavat kuitenkin sivuuttaa olennaisia kysymyksiä liikkumattomuuden taustalla olevista rakenteellisista tekijöistä, kuten vanhempien merkityksestä nuoren liikunnallisuuteen. Koska liikkumattomuus kytkeytyy näihin rakenteisiin, eriarvoisuuksiin ja yhteiskunnan normeihin, ilmiön kokonaisvaltaisempaan ymmärtämiseen tarvitaan myös katveeseen jäänyttä sosiologista näkökulmaa.

Sekä kotimaisessa että kansainvälisessä liikkumattomuutta käsittelevässä tutkimuskirjallisuudessa on tuotu esiin tarve ilmiön sosiologisen painotuksen lisäämisestä. Tarvetta on osoitettu esimerkiksi painottamalla liikunnallisuuteen vaikuttavien sosiodemografisten taustatekijöiden selvittämistä (Alosaimi ym. 2023) ja korostamalla yleisesti liikkumattomuutta koskevan sosiologisen ja monitieteisen tutkimuksen tarvetta (Rich, De Pian ja Francombe-Webb 2015). Ilmiötä koskevassa suomalaisessa tutkimuskirjallisuudessa sosiologista näkökulmaa ei ole kuitenkaan huomioitu kovinkaan kattavasti. Näiden taustojen pohjalta olen muodostanut tutkimusongelmaksi: kuinka nuorten liikkumattomuutta pyritään hallitsemaan poliittisesti ja miten sen nähdään kytkeytyvän eriarvoisuuteen. Näin pyrin lisäämään sosiologista ymmärrystä nuorten liikkumattomuudesta.

Tutkimukseni ensimmäisenä tavoitteena on luoda käsitteen avulla ymmärrystä siitä, miten liikkumattomuudesta tulee yhteiskunnallinen ongelma ja kuinka ilmiötä pyritään poliittisesti hallitsemaan. Toisena tavoitteena on tarkastella, miten eriarvoisuutta otetaan huomioon liikkumattomuuden taustasyynä ja ongelman ratkaisussa. Pyrin tutkimuksessani vastaamaan näihin tavoitteisiin kahta sosiologista lähestymistapaa – biopolitiikkaa ja habitusta – apuna käyttäen.

Nuorten liikkumattomuutta koskevaa poliittista hallintaa tarkastelen erityisesti biopolitiikan käsitteen avulla. Biopolitiikalla tarkoitetaan tiivistetysti ihmiselämän politisoitumista, ja siihen liittyy olennaisena ajatus julkisen vallan hallinnan käytöstä kansalaisia kohtaan (Helén 2016). Tutkimuksessani hyödynnän eriarvoisuuden tarkastelussa Pierre Bourdieun (1985) habituksen käsitettä, jonka avulla pohdin nuorten liikkumattomuuden ja liikkumisen tapojen eriytymisen taustalla vaikuttavia rakenteellisia tekijöitä. Bourdieulaisen tarkastelukulman kannalta on myös kiinnostavaa, millaisissa paikoissa – tai kentillä – erilaisia liikunnallisia habituksia esitetään ja kuinka liikkumista koskevat politiikkasuositukset suhteutuvat näihin kenttiin. Toisin sanoen, tutkin esimerkiksi sitä, kuinka suosituksissa painotetaan kasvatusta ja kouluja kenttinä, joiden avulla nuorten liikkumattomuutta pyritään ehkäisemään. Lisäksi tuon tutkimuksessani esiin, että liikkumattomuutta koskeva sosiologinen näkökulma on olennaista huomioida erityisesti suomalaisen hyvinvointivaltion poliittisessa päätöksenteossa. Tutkimuksen aineistona käytän liikkumista koskevia politiikkasuosituksia, joita hyödynnetään poliittisen päätöksenteon tukena (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta 2019).

Analyysistani selvisi, että nuorten liikkumattomuuden esitystä koskien aineistoissa painottuivat kansanterveyden ja kansantalouden näkökulmat. Suosituksissa keskeisimpinä ratkaisukeinoina olivat julkinen päätöksenteko ja yhteiskunnalliset ohjaustoimet. Eriarvoisuuden linkittymistä nuorten liikkumattomuuteen kuvattiin puolestaan voimakkaimmin taloudellisen tilanteen ja sosioekonomisten terveyserojen huomioimisen kehyksissä. Perheet, koulut ja kasvatusta sekä julkinen sektori nähtiin aineistoissa keskeisimpinä liikkumattomuuden ongelmaa ratkaisevina toimijoina.

Johtopäätöksinä selvisi, että nuorten liikkumattomuuden esittäminen politiikkasuosituksissa kansanterveydellisessä näkökulmassa ilmentää vahvasti biopolitiittista hallintaa koskevaa terveyskansalaisuutta ja siihen liittyvien väestön kansalaistamisen ja elinvoiman ylläpidon tavoitteita. Kansantaloudellinen näkökulma puolestaan tukee biopolitiittiseen hallintaan liittyvää uusliberaalin ajan ihannetta yhteiskunnalle tuottavasta yksilöstä, joka ottaa terveydestään vastuuta. Julkinen valta pyrkii myös vaikuttamaan liikuntatottumuksiin jo varhaisessa ikävaiheessa. Tä-

män ohessa nuorten liikkumattomuutta koskevan biopoliittisen hallinnan nähtiin samanaikaisesti hyödyttävän julkista valtaa myös siten, että sen avulla voidaan hallita nuorten kouluttamista. Lisäksi selvisi, että liikkumattomuuden kansantaloudellisten vaikutusten tutkimusta on kritisoitu ei-empiirisenä, mikä korostaa empiirisemmän ilmiötä koskevan tutkimuksen tarvetta. Ratkaisukeinoista julkisen päätöksenteon asema pohjautuu pitkälti terveystaloudellisuuden määrittelyn historialliseen taustaan. Yhteiskunnalliset ohjaustoimet ja tuuppiminen nähtiin suosituksissa hyväksyttävänä tapana ratkaista liikkumattomuutta, mutta samalla niiden sisältämät tehokkuusvaatimukset tunnustetaan ja ollaan valmiita sivuuttamaan, sillä parempaa ratkaisukeino ei ole havaittu.

Johtopäätöksissä selvisi myös, että suosituksissa huomioidaan kattavasti perheiden taloudellisia tilanteita ja sosioekonomisia terveyseroja. Tutkimukseni osoitti, että habituksen käsite on hyödyllinen väline nuorten liikkumattomuutta koskevan eriarvoisuuden tarkastelussa, sillä sen avulla voidaan tarkastella esimerkiksi perheiden erilaisten taloudellisten tilanteiden ja yksilöllistyneiden ja eriytyneiden sosioekonomisten taustojen vaikutuksia liikunnallisen habituksen muodostumiseen ja eriarvoisuuden kehittymiseen. Lisäksi johtopäätöksissä nähtiin perheiden vastuuttamisen olevan keskeistä liikkumattomuuden ongelman ratkaisussa, kunhan niihin kohdistetaan riittävästi resursseja. Koulut ja kasvatus nähtiin potentiaalisena toimijana tasaamaan liikkumista koskevia sosioekonomisia eroja, ja julkisen sektorin kohdalla selvisi, että nuorten liikkumiseen tulee kohdistaa paremmin erilaisia hankkeita. Julkisen sektorin nähtiin myös voivan vähentää liikunnallista eriarvoisuutta tukemalla nuorten liikkumista kattavasti eri sektoreilla.

Tutkielma rakentuu siten, että seuraavaksi avaan tarkemmin Michel Foucault'n biopolitiikan (2008) ja Pierre Bourdieun (1985) habituksen käsitteitä teoreettisina viitekehyksinä ja tiivistän, kuinka näitä voidaan hyödyntää nuorten liikkumattomuuden tarkastelussa. Tämän jälkeen esittelen tutkimuskysymykset, tutkimusaineiston ja käytetyn tutkimusmenetelmän. Tulosoissa raportoin tarkemmin analyysini tuloksia. Osio jakautuu kolmeen alalukuun, joista ensimmäisessä käsittelem, kuinka nuorten liikkumattomuutta esitetään politiikkasuosituksissa ja toisessa puolestaan, millaisia ratkaisukeinoja ongelmaan ehdotetaan. Kolmannessa alaluvussa pohdin, kuinka nuorten liikkumattomuus linkittyy eriarvoisuuteen ja erilaisiin resursseihin, ja lisäksi, keiden toimijoiden nähdään olevan keskeisiä ongelman ratkaisussa. Johtopäätöksissä tarkastelen analyysini tuloksia laajemmassa kontekstissa ja peilaan niitä esimerkiksi aiempaan aihetta käsittelevään tutkimukseen. Johtopäätöksissä pyrin lisäksi reflektimaan omaa tutkimusprosessiani ja esittämään tarvetta aihetta käsittelevälle jatkotutkimukselle.

2 Teoria

Tässä luvussa luon ensin katsauksen liikkumattomuuteen ilmiönä ja asetan siten tutkielmani osaksi aiempaa liikkumattomuutta koskevaa tutkimuskeskustelua. Sen jälkeen esittelen analyysissä käyttämäni teoreettiset lähestymistavat – biopolitiikan ja habituksen – ja perustelen, millaisia lähtökohtia ne avaavat ilmiön tarkasteluun.

2.1 Katsaus liikkumattomuuteen ilmiönä

Liikkumattomuudelle ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää, vaan sitä on määritelty tutkimuksissa eri tavoin. Aikaisemmassa tutkimuksessa liikkumattomuuden on määritelty tarkoittavan korostunutta paikallaanoloa ja liian vähäistä fyysistä aktiivisuutta, jonka tutkijat ovat käsitäneet kestävyysliikuntasuosituksen rajan, eli vähintään 2,5 h reipasta tai 75 min rasittavaa liikuntaa viikossa, alittavana toimintana (Vasankari ym. 2018). Tämä kestävyysliikuntasuositus pohjautuu heidän mukaansa UKK-instituutin liikuntapiirakkaan, joka on puolestaan luotu Yhdysvaltain terveysministeriön suositusten pohjalta (Vasankari ym. 2018; UKK-instituutti 2025). Sovellan tätä määritelmää tutkielmassani niin, että näen termin tarkoittavan erityisesti käyttäytymistä, jossa arkinenkin liikunta yleisesti on hyvin vähäistä ja paikallaanolo (engl. sedentary behaviour) on korostunutta. Taustoitan seuraavaksi liikkumattomuutta ilmiötä käsittelevällä tutkimuksella.

Liikkumattomuutta on tarkasteltu Suomessa pitkälti kansantaloustieteen, terveystieteen ja kasvatustieteen näkökulmista. Aikaisemmassa tutkimuksessa liikkumattomuuden on todettu aiheuttavan huomattavia kuluja suomalaiselle yhteiskunnalle (Kolu, Kari, Raitanen, Sievänen, Tokola, Havas, Pehkonen, Tammelin, Pahkala, Hutri-Kähönen, Raitakari ja Vasankari 2022). Pitkälti kansantaloustieteilijöistä sekä terveys- ja lääketieteilijöistä koostuneen tutkimusryhmän raportista selvisi, että liikkumattomuudesta aiheutuvat epäsuorat kulut ovat jopa kolminkertaisia suhteessa suoriin kuluihin. Kvantitatiivisessa tarkastelussaan suorilla kuluilla tutkijat tarkoittavat terveydenhuollon palveluita, lääkkeitä ja vanhainkoteja ja epäsuorilla puolestaan sairauspoissaoloja, työkyvyttömyyseläkettä, työttömyystukea, menetettyä tuloveroa ja kuolleisuutta. (Kolu ym. 2022). Kolun ym. (2022) tutkimus painottuu vahvasti kansantaloudelliseen näkemykseen liikkumattomuudesta yhteiskunnallisena kustannuksena. Siinä todetaan myös, että kansalaisten liikunnallista aktiivisuutta nostavat sosiaaliset investoinnit toisivat todennäköisesti merkittäviä säästöjä yhteiskunnalle. Sosiaaliset investoinnit tarjoavat yksilöille ja perheille mahdollisuuksia eriarvoistuvassa maailmassa, ja julkisin varoin kustannetut sosiaaliset

investoinnit täytyy toteuttaa niin, että ne maksavat itsensä takaisin (Erola ja Räsänen 2014, 207).

Liikkumattomuutta koskevaa suomalaista tutkimusta on tehty kansanterveyden näkökulmasta esimerkiksi selvittämällä kunnan terveydenedistämisen aktiivisuuden yhteyttä kuntalaisten liikunnan harrastamisen aktiivisuuteen (Nummela, Hätönen, Saaristo ja Helakorpi 2014). Tutkimuksessa korostuu liikunnallisen aktiivisuuden poliittinen hallinta kuntatasolla ja myös vähäisen liikunnallisuuden näkeminen kansanterveydellisenä ongelmana, jota pyritään ratkaisemaan.

Kasvatustieteitä edustavat Lehmuskallio, Konkarikoski ja Tiistola (2015) ovat tutkineet opetusministeriön ja Nuori Suomi ry:n vuonna 2008 julkaiseman kouluikäisten fyysistä aktiivisuutta koskevan suosituksen tunnettuutta ja toteutumista. Kasvatustieteellinen näkökulma tulee esiin aikaisemmassa tutkimuksessa erityisesti silloin, kun liikkumattomuuden ilmiötä tarkastellaan lasten ja nuorten kontekstissa. Lehmuskallion ym. (2015) tutkimuksessa todetaan, että heidän aineistonaan olleista alakouluikäisten vanhemmista yli neljäsosa ei ollut kuullut liikkumissuosituksista aiemmin. Tutkijat kertovat myös, että korkeasti koulutetut vanhemmat tunsivat suositukset paremmin kuin matalasti koulutetut vanhemmat. Lehmuskallion ym. (2015) tutkimuksen tuloksissa todetaan, että vanhempien liikunnallinen roolimalli lisää lasten fyysistä aktiivisuutta, erityisesti koskien arki- ja hyötyliikuntaa. Tutkimuksessa esitetään myös mielenkiintoinen pohdinta siitä, että mikäli lapsi vaikuttaa vanhemmalle vastentahtoiselta liikkujalta, häntä ei pyritä sosiaalistamaan liikkumiseen yhtä vahvasti kuin siitä innostunutta. Tutkijat toteavat, että tällaisissa tapauksissa lapsi saattaa tarvita vanhemmiltaan juuri vahvempaa tukea liikunnallisuuden suhteen.

Aikaisemman liikkumattomuutta koskevan tutkimuksen pohjalta voidaan siis todeta, että ilmiötä on tutkittu vahvasti kansantalouden, kansanterveyden ja kasvatustieteiden näkökulmista. Kolun ym. (2022) kansantaloudellisen tarkastelun kohdalla painotettiin kuitenkin myös esimerkiksi sosiaalisten investointien tarvetta. Lehmuskallion ym. (2015) tutkimuksen pohjalta puolestaan voidaan nähdä esimerkiksi, että matalasti kouluttautuneet vanhemmat tuntevat liikkumissuosituksia korkeasti kouluttautuneita vanhempia heikommin. Tämäkin korostaa tarvetta liikkumattomuutta käsittelevälle sosiologiselle tarkastelulle, jossa huomioidaan eriarvoisuus ja perheiden erilaiset resurssit. Suomalaisessa liikkumattomuutta koskevassa tutkimuksessa vaikuttaa myös painottuvan määrälliset näkökulmat, ja ilmiön tarkastelu vaatii mielestäni myös laadullista tutkimusta.

Vaikka suomalaisessa tutkimuksessa on tähän asti korostunut kansantaloudellinen ja -terveydellinen sekä kasvatustieteellinen näkökulma, kansainvälisessä tutkimuksessa liikkumattomuutta on tarkasteltu myös kriittisen yhteiskuntatieteellisen linssin läpi. Sosiaali- ja liikuntatieteitä edustavat Rich, De Pian ja Francombe-Webb (2015) käsittelevät artikkelissaan terveyttä koskevien poliittisten päätösten suhdetta terveydelliseen eriarvoisuuteen Isossa-Britanniassa. Tutkijat kritisoivat artikkelissaan myös lihavuutta koskevaa diskurssia, jossa julkinen hallinto toteuttaa liikkumista koskevaa politiikkaa, tavoitteenaan vastata lihavuuteen ongelmana tai jopa “kriisinä”. Tekstissään he toteavat myös, että poliittisissa teksteissä liikuntaa käytetään väliinään, jonka avulla pyritään edistämään julkisen terveydenhuollon tavoitteita. Rich ym. (2015) esittelevät tekstissään myös PCS:n, eli Physical Cultural Studies:in, lähestymistavan, jonka avulla voidaan tarkastella arjen fyysistä toimintaa. He korostavat, että sosiologiaa tulisi soveltaa PCS:n kanssa yhdessä, jotta voidaan tarkastella erilaisia epäoikeudenmukaisuuksia, joita terveyttä ja liikkumattomuutta käsitteleviin poliittisiin päätöksiin liittyy.

Tässä tutkielmassa kiinnitän huomiota näihin epäoikeudenmukaisuuksiin ja niiden ilmenemiseen politiikkasuosituksissa sekä pohdin, miten liikkumattomuutta pyritään hallitsemaan politiikkasuosituksissa. Tarkastelen ensin biopolitiikan käsitteen avulla nuorten liikkumattomuuden esityksiä ja ratkaisukeinoja politiikkasuosituksissa. Tämän jälkeen pohdin habituksen käsitettä soveltaen, miten eriarvoisuus ja perheiden erilaiset resurssit kytkeytyvät politiikkasuosituksissa nuorten liikkumattomuuden ilmiöön ja sen ratkaisuun. Seuraavaksi avaan biopolitiikan ja habituksen käsitteitä tarkemmin.

2.2 Biopolitiikka

Ensimmäinen tutkielman teoreettisista viitekehyksistä on Foucault’lta (2008) peräisin oleva biopolitiikan käsite. Foucault on kuvannut biopolitiikan tarkoittavan 1700-luvulta lähtöisin olevaa ajatusmallia, jossa käsitetään ihmiselämälle olennaisten ominaispiirteiden, kuten esimerkiksi terveyden, hygienian ja syntyvyyden aiheuttavan ongelmia valtiolle (Foucault 2008, 317). Ilpo Helén (2016) on suomentanut biopolitiikan termin “elämän politiikaksi”. Käytän kuitenkin tässä tutkielmassani pääosin termiä biopolitiikka, sillä nimitys on mielestäni selkeämpi ja laajemmin käytetty.

Helén kertoo teoksessaan, ettei pyri tiivistämään biopolitiikkaa, tai elämän politiikkaa, yhteen termiin. Hän avaa käsitettä seuraavasti: “Koetan esittää elämän politiikan *avaavana* käsitteenä, sellaisena joka tekee mahdolliseksi oman aikamme ymmärtämisen – “diagnoosin” (Noro 2000), jos niin halutaan – sekä kritiikin eli toisin ajattelun ja vastaan sanomisen. Ymmärrän elämän

politiikan analyttisen ja kriittisen ajattelun työkaluksi, *tulkinnan välineeksi* sikäli kuin tulkinta käsitetään foucaultlaisittain.” (Helén 2016).

Biopolitiikkaa on käsitteenä vaikea tiivistää rajattuun muottiin. Tässä tutkielmassa ymmärrän sen koskettavan ihmiselämän, ja erityisesti liikkumisen, asettumista elämän osa-alueeksi, jota pyritään poliittisesti hallitsemaan. Käytän biopolitiikkaa tarkastellakseni esimerkiksi valtion harjoittamaa poliittista hallintaa kansalaisistaan ja pohtiessani nuorten liikkumattomuuteen liittyvää terveyskansalaisuutta ja tuuppimista. Käsitteen avulla tarkastelen erityisesti myös sitä, kuinka nuorten liikkumattomuutta esitetään ja pyritään ratkaisemaan politiikkasuosituksissa.

Biopolitiikan käsite on hyödyllinen työkalu nuorten liikkumattomuuden ilmiön tarkastelussa. Käsitettä on avattu esimerkiksi terveyskansalaisuuden ja tuuppimispolitiikan tarkasteluissa (Helén ja Jauho 2003; Peeters ja Schuilenburg 2017). Terveyskansalaisuudella tarkoitetaan tiivistetysti valtion tavoitetta ja pyrkimyksiä kansalaistaa yksilöitä terveyden kehityksessä ja asettaa yksilöt terveydentilansa pohjalta tiettyihin asemiin. Käsitettä on määritelty myös siten, että väestöllä on nähty olevan oikeus terveyteen, jolloin esimerkiksi väestön terveyden vaaliminen korostuu valtion tavoitteena. (Helén ja Jauho 2003, 13–28). Tuuppimisella puolestaan tarkoitetaan valtion harjoittamaa toimintaa, jossa kansalaisia hallitaan ohjailemalla heitä tekemään tiettyjä valintoja (Peeters ja Schuilenburg 2017, 153). Aiemmassa liikkumista koskevan biopolitiittisen hallinnan tutkimuksessa on myös tarkasteltu esimerkiksi uusliberaalin kulttuurin yhteyttä kilpaurheilijamaiseen subjektiin. Tässä kontekstissa on avattu hyvin myös uusliberaalin ajan kytköksiä liikkumista koskevaan biopolitiikkaan. (Harjunen 2024).

Liikkumattomuutta koskevaa biopolitiittista hallintaa voidaan lähestyä terveyskansalaisuuden käsitteen avulla. Terveyskansalaisuutta on määritelty entisaikaan kansakuntaan kuulumisen ja oikeuksien näkökulmista (Helén ja Jauho 2003). Kansakuntaan kuulumisen kohdalla ihmisiä pyrittiin kansalaistamaan terveydenhoitoa apuna käyttäen, levittämällä henkilökohtaisen terveydenhoidon sanomaa suuremmille väestöryhmille. Tästä näkökulmasta kansalaisia eriarvoistettiin myös kansanterveyden vaalimisen nimissä. Toimintaa toteutettiin aikanaan Suomessa esimerkiksi julkisen vallan ja lääkärinkunnan tarkkailun avulla. Myöhemmin Suomeen tullessa oikeuksien näkökulmassa terveys nähtiin yksilölle kuuluvana luonnollisena oikeutena. Tähän liittyen kansanterveys alkoi kohdistumaan aiempaa enemmän väestöön. Kansanterveystyössä ryhdyttiin kiinnittämään myös huomiota esimerkiksi väestöllisten terveyserojen kaventamiseen ja yksilöiden terveyden edistämiseen. (Helén ja Jauho 2003, 13–29).

Biopolitiikkaa on avattu kolmella eri tapaa suhteessa terveystieteiden entisajan Suomessa (Helén ja Jauho 2003). Kansa on ensiksikin nähty elävänä eliönä ja kansan elinvoiman ylläpitoa ja lisäämistä on pidetty yhteiskunnallisen terveydenhuollon tärkeimpänä tehtävänä. Toiseksi eriarvoisuutta koskevassa strategiassa kansalaisuuden aste alkoi määräytyä yksilön elinvoiman sekä ruumiin ja mielen laadun pohjalta, eikä esimerkiksi perustuen moraaliin, vaurauteen tai syntyperään. Kolmas biopolitiikkaa ilmentävä ulottuvuus liittyi itsekasvatukseen ja siinä painotettiin, että kansalaisuuden tärkein asia on, että yksilö voi kasvattaa itsensä kansalaisuuteen ja tehdä itsensä hyödylliseksi osallistumalla politiikkaan. (Helén ja Jauho 2003, 16–20). Biopolitiikan suhteen pohdinnat esimerkiksi terveydenhuollon toteuttamisesta hallinnasta, eriarvoisuuden pohjautuminen vahvaan ruumiiseen ja elinvoimaisuuteen ja yksilön vastuun korostus kasvatuksen kohdalla avaavat liikkumattomuutta koskevan hallinnan, eriarvoisuuksien ja vastuutuksen taustoja.

Liikkumattomuutta koskevaa biopolitiikkaa voidaan toteuttaa tuuppimis- tai tuuppauspolitiikan (engl. nudging) avulla. Alankomaissa tehdyssä tutkimuksessa on selvitetty julkisen terveydenhuollon tuuppimispolitiikkaa eri aikakausilla (Peeters ja Schuilenburg 2017). Tutkimuksessa todetaan, että tänä päivänä yksilön valinta on sekä suurin haaste että suurin auttava tekijä julkisen terveydenhuollon tavoitteiden saavuttamisessa. Tuuppimisella tarkoitetaan julkisen sektorin toimintaa, jossa kansalaisia hallitaan ohjailemalla heitä tekemään tiettyjä valintoja. Tämä toteutetaan esimerkiksi tekemällä tiettyjä valintoja houkuttelevammaksi kuin toisia. (Peeters ja Schuilenburg 2017, 153). Tuuppimispolitiikka ilmentää konkreettisesti valtioiden toimeenpanemaa biopolitiikkaa ja sitä voidaan toteuttaa myös suhteessa liikkumista koskeviin valintoihin.

Tuuppiminen yhdistyy myös uusliberaalin ajan terveystieteeseen ja yhteiskunnan tavoitteisiin. Suomalaisessa tutkimuksessa on kuvattu tämänhetkisen uusliberaalin ajan merkitystä liikkumista koskevaan hallintaan (Harjunen 2024). Uusliberaalina ilmiönä pidetyssä healthismissa korostetaan terveyden merkitystä elämässä ja yksilön omaa vastuuta terveytensä ylläpidosta. Healthismilla pyritään tuottamaan tehokkaita ja tuottavia kansalaisia, ja ilmiötä voidaan tarkastella suhteessa biopolitiikkaan esimerkiksi sen kautta, että yksilöä vastuutetaan huolehtimaan terveydestään. (Harjunen 2024, 198). Tutkimuksessa todetaan, että kilpaurheilijan ruumiillisuuteen yhdistetyt normit ja ominaisuudet ovat siirtyneet yleisesti käytyyn diskurssiin elämän tehokkuudesta ja tuottavuudesta. Tutkimuksen tuloksissa esitetään, että uusliberaalin yhteiskunnan tavoitteena vaikuttaa olevan yksilö, joka on kontrolloitu, tehokas, itseohjautuva, vastuullinen, hyviä valintoja tekevä ja joka lisäksi panostaa omaan terveyteensä aikaa ja rahaa.

Tutkija kuitenkin muistuttaa myös, että tehostamista ja kilpailua korostavan yhteiskunnan tuottamia ajatusmalleja ja käytäntöjä suhteessa terveyteen tulisi pohtia. (Harjunen 2024, 204). Kansainvälisessä tutkimuksessa on käsitelty myös kriittisesti liikkumisen käyttöä biopoliittisen hallinnan välineenä. Tällaisessa kontekstissa liikkumattomuus on kytketty poliittisessa päätöksenteossa esimerkiksi lihavuusdiskurssiin (Rich, De Pian ja Francombe-Webb 2015).

2.3 Habitus

Toisena teoriana tutkielmassani käytän Pierre Bourdieun habituksen käsitettä. Habituksella tarkoitetaan tietynlaisia hankittuja olemisen ja tekemisen tapoja, joita yksilöllä on (Bourdieu 1985, 47). Habituksat koostuvat pääomista. Bourdieu erittelee teoriassaan kolme keskeistä pääoman lajia: taloudellisen, sosiaalisen ja kulttuurisen pääoman, joiden lisäksi hän tunnistaa useampia alalajeja, kuten koulutuksellisen tai taiteellisen pääoman (Bourdieu 1985, 12). Habitukseseen sisältyy Bourdieun mukaan joukko sisäistettyjä tapaisuuksia tai pääomia, jotka ovat eräänlaista pelin tajuja, ja joiden kautta erilaisten kenttien sääntöjä omaksutaan ikään kuin tiedostamattomasti (Bourdieu 1985, 11–13). Bourdieu näkee myös, että tietynlainen habitus muodostuu tietynlaisista määristä eri pääomia – ylempiluokkaisen habitus koostuu suuremmista määristä pääomia kuin alempiluokkaisen yksilön habitus (Inglis ja Thorpe 2019, 205). Habitus onkin Bourdieun tarkastelussa keskeisesti yhteydessä eri sosioekonomisiin luokkiin.

Habituksat omaksutaan osin perheen kautta esimerkiksi kasvatuksen ja perinnön myötä, mutta niitä voidaan hankkia myös kentiltä (Bourdieu 1985, 12). Bourdieun näkemyksen mukaan kentät ovat eräänlaisia sosiaalisen elämän osa-alueita, joilla habitusten välillä käydään taisteluita (Bourdieu 1985, 105–107). Bourdieulle kasvatusta on eräänlainen peli, jossa ylempiluokkaiset habitukset voittavat lähes aina ja alempiluokkaiset habitukset puolestaan häviävät. Bourdieun mukaan yksilöt tulevat kouluihin niin, että heillä on jo mukanaan entuudestaan tietynlaiset kotoa omaksutut habitukset. (Inglis ja Thorpe 2019, 206–210). Habituksen avulla pohdin nuorten liikkumattomuutta koskevan poliittisen hallinnan painotuksia ja pyrin erityisesti tarkastelemaan erilaisten liikunnallisten tapojen taustoja. Käsittelen esimerkiksi kasvatuksen merkitystä habituksen kenttänä ja sitä, kuinka erilaiset nuorena muodostuneet liikunnalliset habitukset suhteutuvat liikkumattomuuteen. Myös perhe, joka on keskeinen nuoren habituksen muodostumiseen vaikuttava instituutio, on olennaisena osana tarkasteluani.

Habitusta on sovellettu aikaisemmin myös liikkumattomuutta ja liikunnallisia tottumuksia koskevassa tutkimuksessa (Wiltshire, Lee ja Williams 2019; Stuij 2015). Wiltshire ym. (2019) tar-

kastelevat tutkimuksessaan eri sosioekonomisista taustoista tulevien nuorten suhdetta liikuntaan Englannissa. Tutkijat toteavat, että tutkimuksen arkisten esimerkkitalanteiden pohjalta voidaan nähdä, kuinka yksilölliset taustat muovaavat tietynlaisen habituksen liikuntaan. Heidän mukaansa tämä voi puolestaan johtaa siihen, että tietynlaisen habituksen omaavat yksilöt toimivat tietyllä tavalla tulevaisuudessa suhteessa liikuntaan, mikä saattaa tuottaa liikunnallista eriarvoisuutta. Wiltshire ym. (2019) toki huomauttavat myös, ettei habitus ole pysyvää, vaan voi muokkaantua erilaisten tulevaisuuden kokemusten myötä.

Alankomaissa tehdyssä tutkimuksessa on puolestaan tutkittu eri sosioekonomisista taustoista tulevien lasten liikunnallisen habituksen muodostumista (Stuij 2015). Tutkimuksessa selvitettiin, kuinka sosioekonomisen taustan mukaan kahteen eri luokkaan (matala- ja korkea sosioekonominen tausta) kuuluvat 9–11-vuotiaat hankkivat liikuntaa koskevan habituksensa. Tutkimuksen tuloksena todettiin, että korkeasta sosioekonomisesta taustasta olevat lapset oppivat liikunnallisen habituksen pääosin ydinperheeltään, kun puolestaan matalasta sosioekonomisesta taustasta olevat lapset oppivat liikuntaa koskevia tietoja ja taitoja hajanaisesti eri paikoista, kuten vanhemmilta, sisaruksilta, muilta sukulaisilta, kavereilta ja liikunnanopettajilta. Stuij (2015) toteaa myös tutkimuksessaan, että lasten liikunnallisen habituksen muodostumisen prosessi on pitkälti tiedostamaton. Tiedostamattomuutta ilmentää hänen mukaansa se, että eri sosioekonomisista taustoista tulevat lapset omaksuvat pitkälti saman käsityksen siitä, mitä liikunta on, vaikka he käyvät läpi aivan erilaisen sosialisatioprosessin. Sosioekonomisten taustojen pohjalta eriytyvät sosialisatioprosessit ja niissä painottuvat asiat puolestaan johtavat hänen mukaansa tiedostamatta ja kyseenalaistamatta eriytyneisiin liikuntaa koskeviin toimintatapoihin.

Wiltshiren ym. (2019) ja Stuijn (2015) tutkimukset avaavat kiinnostavia näkökulmia liikkumattomuuden ja habituksen yhtymäkohdista. Sosioekonomisen taustan vaikutus habitukseen ja sen muodostumiseen on tärkeä tarkastelun kohde myös tutkimuksessani, erityisesti pohtiessani eriarvoisuuden yhteyttä nuorten liikkumattomuuteen politiikkasuosituksissa ja myös tutkiesani politiikkasuosituksista erilaisten toimijoiden vastuuta nuorten liikkumattomuudesta.

3 Tutkimusasetelma

Tutkielmani tavoitteena on selvittää, miten politiikkasuosituksilla pyritään ehkäisemään nuorten liikkumattomuutta. Tavoitteenani on myös tarkastella, korostuuko näissä suosituksissa esimerkiksi kansantaloudellinen ja -terveydellinen tai jokin muu näkemys liikkumattomuuden ehkäisyyn ja jääkö jokin näkökulma vaille huomiota. Pohdin myös, miten ongelmien määrittelyssä ja niiden ratkaisussa jäsennetään liikkumattomuuteen liittyviä rakenteellisia taustatekijöitä, kuten sosioekonomista asemaa ja taloudellista tilannetta. Näin pyrin tarjoamaan sosiologisen tarkastelukulman nuorten liikkumattomuuden ehkäisyn tueksi. Seuraavaksi esittelen tutkimuskysymykseni.

3.1 Tutkimuskysymykset

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni on: *millaisena nuorten liikkumattomuuden politiikkaongelma esitetään politiikkasuosituksissa, ja mitä ratkaisukeinoja siihen ehdotetaan?* Keskustelutan kysymyksen avulla aineistoista saatuja tuloksia suhteessa biopoliittista hallintaa koskeviin teoreettisiin keskusteluihin. Tutkin myös sitä, jääkö liikkumista koskevien politiikkasuositusten ulkopuolelle jotakin olennaista tai korostuvatko niissä jotkut tietyt näkökulmat nuorten liikkumattomuuden ehkäisystä.

Toinen tutkimuskysymykseni on: *miten ja missä määrin eriarvoisuus ja perheiden erilaiset taloudelliset tilanteet ja voimavarat linkittyvät politiikkasuosituksissa nuorten liikkumattomuuden ongelmaan ja sen ratkaisuun?* Tämän kysymyksen avulla tarkastelen sitä, kuinka politiikkasuosituksissa kohdistetaan resursseja nuoren habituksen muodostumisen kannalta keskeisiin instituutioihin kuten perheisiin. Pohdin myös, korostuuko suosituksissa perheiden lisäksi muiden instituutioiden, kuten koulujen ja kasvatuksen vastuu nuorten liikkumattomuuden ongelman ratkaisijana.

3.2 Aineistot, menetelmät ja analyysin kuvaus

Tutkimukseni aineistoina käytän valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan (VN TEAS) julkaisemia raportteja. VN TEAS on ollut käytössä ollut rahoitusmekanismi, jonka avulla on tilattu tutkimuksia poliittisen päätöksenteon tueksi. VN TEAS -toiminnassa on korostunut myös tietotarpeen yksityiskohtaisuus, esimerkiksi tiettyyn päätöksentekoa koskevaan kysymykseen. (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta 2019). Lisäksi käytän aineistona opetus- ja kult-

tuuriministeriön vuonna 2021 julkaisemaa liikkumissuositusta 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Suosituksen on koonnut työryhmä, jonka nimitti liikuntapolitiikan koordinaatioelin. Tämä koordinaatioelin puolestaan asetettiin tekemään toimenpiteitä, jotka koskivat Sanna Marinin hallituksen ohjelman tavoitetta liikunnallisen kokonaisaktiivisuuden lisäämisestä (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2021). Valitsin pohjatekstit juuri siksi, että haluan tarkastella poliittisen päätöksenteon tukena käytettäviä aineistoja. Poliittiset päätökset ovat merkittävässä asemassa esimerkiksi resurssien kohdentamisessa, ja niillä voidaan vaikuttaa kansalaisten toimintaan, kuten esimerkiksi erilaisiin mahdollisuuksiin liikkua. Liikkumista koskevat politiikkasuositukset aineistoina toimivat myös hyvin suhteessa tutkimusongelmaani.

Tutkimusaineistoinani käytän siis opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisua: “Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille” (2021) sekä kahta valtioneuvoston kanslian julkaisemaa VN TEAS-tutkimusta: “Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset” (2018) ja “Epäterveellinen ruokavalio, vähäinen liikunta ja polarisaatio – syyt, kustannukset ja ohjaustoimet” (2016). Aineistot on numeroitu yllä mainitussa järjestyksessä yhdestä kolmeen ja käytän tätä numerointia analyysini esittelyn tukena. Aineistoja yhdistää niiden kiinnittyneisyys poliittiseen päätöksentekoon ja liikkumattomuuden ilmiöön. Osaa aineistoista yhdistää myös painotus liikkumattomuuden yhteiskunnallisiin kustannuksiin, mikä on biopoliittista hallintaa tarkastelevan ensimmäisen tutkimuskysymyksen kannalta kiinnostavaa. Biopoliittisen hallinnan ohella tarkastelen aineistoista myös sitä, kuinka erilaisia resursseja kohdennetaan nuorten habituksen muodostumisen kannalta keskeisiin instituutioihin.

Toteutin analyysin havainnoiden edellä mainittuja aineistoja valitsemieni teorioiden valossa. Tutkimusmenetelmänä on teoriaohjaava sisällönanalyysi. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä aineistoa luokitellaan abduktiivisesti, eli niin, että teoria ja aineisto toimivat yhdessä analyysin tukena (Tuomi ja Sarajarvi 2013). Päädyin valitsemaan kyseisen menetelmän siksi, että koen teorian olevan merkittävässä osassa aineistoni jäsentelyä. Teoriaohjaava analyysitapa mahdollistaa kuitenkin sen, että aineistosta voi löytyä itsessään kiinnostavia havaintoja. Analyysiani on lisäksi ohjannut Carol Bacchin kehittämä What’s the Problem Represented to be -analyysityökalu, jossa politiikkasuositusten nähdään sisältävän tietynlaisen kuvauksen siitä, mitä pidetään varsinaisena politiikkaongelmana (Bacchi 2012). Hyödynsin työkalua tarkastellessani, millaisena nuorten liikkumattomuuden politiikkaongelmaa esitetään politiikkasuosituksissa ja pohtiessani, otetaanko niissä huomioon riittävästi perheiden erilaisia resursseja ja taloudellisia tilanteita.

Tutkimusaineistojen koodaamiseen käytin Nvivo-ohjelmistoa. Aloitin aineistojen analyysiprosessin johtamalla ensiksi yläluokkia tutkimuskysymysteni, valitsemieni teorioiden ja aiemman liikkumattomuutta koskevan tutkimuksen pohjalta. Tältä pohjalta syntyivät yläluokat: ongelman esitys, ongelman ratkaisukeino, eriarvoisuus ja erilaisten resurssien linkitys sekä ketkä ratkaisevat ongelman. Näiden luokkien alle muodostin pääosin aineistolähtöisesti alaluokkia.

Ensimmäisen yläluokan, ongelman esityksen alle koostin seuraavat luokat: kansanterveys, kansantalous, elintapojen polarisaatio, nuorten oikeudet ja yksilölliset elämäntavat. Ongelman ratkaisukeinojen alle muodostin puolestaan seuraavat luokat: julkinen päätöksenteko, yhteiskunnalliset ohjaustoimet, perheiden ja koulujen tuki, kustannusten arviointi, monialainen yhteistyö, harrastustoiminta ja arki- ja hyötyliikunnan edistäminen. Eriarvoisuuden ja erilaisten resurssien linkityksen alle analysoin alaluokiksi taloudellisen tilanteen huomioimisen, sosioekonomisten terveyserojen huomioimisen sekä yhdenvertaisuuden. Ketkä ratkaisevat ongelman -yläluokan alle luokittelin puolestaan perheet, koulutuksen ja kasvatuksen, julkisen sektorin, kaverit ja urheiluseurat. Lopuksi tarkastelin näitä alaluokkia vielä teoreettisen viitekehýkseni yhteydessä ja rajasin lopullisen tarkasteluni kohteeksi päätyneet alaluokat, jotka esittelen tarkemmin luvussa neljä. Teemoittelu on analyttinen kategorisointi, mutta todellisuudessa teemat limittyvät toisiinsa monin tavoin. Esittelen seuraavaksi analyysini tuloksia siten, että alaluvut 4.1 ja 4.2 käsittelevät erityisesti ensimmäistä tutkimuskysymystäni koskevia tuloksia ja 4.3 puolestaan vastaavasti toista.

4 Tulokset

Tutkielmani tulososiossa esittelen analyysissä tekemiäni havaintoja, jonka jälkeen kuvaan konkreettisesti, miten ne näkyvät aineistoissa. Tämän jälkeen pohdin tekemiäni havaintoja suhteessa tutkielmani teoreettiseen viitekehykseen. Aineistoista muodostamani havainnot koostuvat pääosin toistuvista teemoista, voimakkaista painotuksista ja poikkeuksista. Nuorten liikkumattomuuden esitystä koskien aineistoissa painottuivat kansanterveyden ja kansantalouden näkökulmat. Suosituksissa keskeisimpinä ratkaisukeinoina olivat julkinen päätöksenteko ja yhteiskunnalliset ohjaustoimet, sillä ne toistuivat kaikissa aineistoissa. Eriarvoisuuden kytköksiä nuorten liikkumattomuuteen kuvattiin puolestaan voimakkaimmin taloudellisen tilanteen ja sosioekonomisten terveyserojen huomioimisen kehyksissä. Perheet, koulut ja kasvatusta sekä julkinen sektori nähtiin aineistoissa keskeisimpinä liikkumattomuuden ongelmaa ratkaisevina toimijoina.

4.1 Nuorten liikkumattomuuden esitys politiikkasuosituksissa

Tässä alaluvussa käsittelen, kuinka liikkumattomuutta esitetään politiikkasuosituksissa. Nuorten liikkumattomuutta kuvataan aineistoissa viidessä eri kehyksessä, jotka ovat kansanterveys, kansantalous, elintapojen polarisaatio, nuorten oikeudet ja yksilölliset elämäntavat. Erityisesti ensimmäiset kaksi mainitsemaani teemaa painottuivat eniten aineistoissa, joten keskityn analyysissäni niihin. Elintapojen polarisaation näkökulmaa avaavan kuitenkin alaluvun 4.2 eriarvoisuutta koskevassa tarkastelussa. Kansanterveyden näkökulma kytkeytyy olennaisesti biopolitiikkaan, sillä siinä esitetään terveyskansalaisuuden tavoitteita kansalaistamisesta terveydenhoidon kehyksessä, jota esimerkiksi Helén ja Jauho (2003) ovat historiallisessa kontekstissa myös avanneet. Kansantalouden näkökulma linkittyy puolestaan biopolitiikkaan siten, että yksilö kuvataan siinä jo nuoresta lähtien itsestään ja omasta terveydestään vastuuta ottavana kansalaisena. Tämä näkemys on linjassa biopolitiikkaan hallintaan vahvasti liittyvän healthismin ihanteen kanssa, jossa yksilöä vastuutetaan huolehtimaan terveydestään (Harjunen 2024).

Ensimmäisessä teemassa, eli kansanterveydellisessä näkökulmassa pyritään vaikuttamaan nuorten liikuntatottumuksiin terveyden kehyksessä. Tämä edistää biopolitiikan tavoitetta väestön elinvoiman ylläpidosta, jota esimerkiksi Helén ja Jauho (2003) ovat kuvanneet. Aineistossa käytetään myös Maailman terveysjärjestö WHO:n koostamaa tutkimusnäyttöä tukena, mikä ko-

rostaat terveydellisen näkökulman merkitystä. Kansanterveyden kehys painottuu myös esimerkiksi siinä, kuinka vahvasti kouluterveydenhuolto nähdään aineistoissa nuorten liikunnallisuuden vaikuttavana toimijana.

“Ravitsemuksen ja liikkumisen määrän muutokset yhdessä ovat vaikuttaneet siihen, että ylipainoisten lasten ja nuorten osuus on lisääntynyt ja kestävyyskunto on heikentynyt vuosikymmenten varrella. Tarve liikkumisen lisäämiseen on olemassa. -- Maailman terveysjärjestö WHO päivitti marraskuussa 2020 kansainväliset liikkumisen suositukset lapsille ja nuorille. Tässä yhteydessä WHO:n työryhmä kokosi yhteen myös kansainvälisen tutkimusnäytön liikkumisen ja paikallaanolon vaikutuksista terveyden eri osatekijöihin. Suomalaisen suosituksen laatinut ryhmä on hyödyntänyt tätä työtä valmistellessaan suomalaisen suosituksen päivitystä ja soveltanut sitä meidän meidän toimintaympäristöömme sopivaksi.” (Aineisto 1, 9)

“Fyysistä aktiivisuutta tukevalle kouluterveydenhuollolle on tyypillistä: terveystottumuksista ja liikunnasta keskustellaan kaikissa terveystarkastuksissa -- Move!-mittaustuloksia hyödynnetään 5. ja 8. luokkien laajoissa terveystarkastuksissa -- kannustava terveys- ja liikuntaneuvonta sekä terveydenhoitajan että lääkärin antamana.” (Aineisto 1, 34–35)

Kansanterveydellinen näkökulma näkyy aineisto-otteissa siten, että liikuntasuosituksen kerrotaan pohjautuvan WHO:n tuottamaan tutkimustietoon ja kouluterveydenhuollon asemaa korostetaan. Ensimmäisessä otteessa puhutaan myös ylipainoisten lasten ja nuorten osuuden kasvusta ja kestävyyskunnan heikentymisestä, sekä peräänkuulutetaan tarvetta liikkumisen lisäämiseen. Jälkimmäisessä otteessa puolestaan painotetaan liikuntaa koskevia mittaustuloksia ja terveys- ja liikuntaneuvonnan merkitystä. Otteet yhdistyvät vahvasti terveyskansalaisuuden ajatukseen väestön kansalaistamisesta ja elinvoiman ylläpidosta. Erityisen konkreettisesti tätä ilmentää kouluterveydenhuollon merkityksen korostaminen, sillä terveydenhuolto on nähty myös historiallisesti keskeisenä väestön elinvoimaa ylläpitävänä instituutiona, kuten Helén ja Jauho (2003, 18–20) ovat todenneet.

Toisessa nuorten liikkumattomuuden esitystä koskevassa teemassa ilmiötä kuvataan kansantalouden näkökulmasta. Näkökulma kytkeytyy uusliberaalin yhteiskunnan tavoitteeseen tuottaa itsestään vastuuta ottavia kansalaisia. Yksilöiden vastuuttaminen puolestaan liittyy biopoliittiseen hallintaan, kuten esimerkiksi Harjunen (2024, 198) on kuvannut. Aineistoissa nuorten liikkumattomuuden nähdään vaikuttavan kustannuksiin kahdella tapaa: paljon liikkuvien nähdään kuluttavan vähemmän yhteiskunnan tukia ja kiinnittyvän paremmin työmarkkinoille, mikä puolestaan lisää verotuloja.

“Edellä esitytetyt tulokset antavat tukea sille, että lapsuuden ja nuoruuden liikunnalla voi olla kauaskantoisia seurauksia koulutuksen ja työurien näkökulmasta. Yksilön kohdalla tulos näyttää mm. paljon liikkuvien korkeampana koulutustasona sekä parempana työmarkkinoille kiinnittymisenä. Yhteiskunnan näkökulmasta paljon liikkuvien parempi työmarkkinoille kiinnittyminen näkyy mm. suurempina verotuloina ja vähäisempinä maksettujen tukien määränä.” (Aineisto 2, 37)

“Yksi mielenkiintoinen havainto koulutuksen osalta on se, että liikunta-aktiivisuuden laskulla 12 ja 15 ikävuoden välillä näyttäisi olevan negatiivinen yhteys sekä koulutusvuosiin (Kari ym. 2017) että korkea-asteen koulutuksen todennäköisyyteen. Esimerkiksi korkea-asteen koulutuksen osalta liikunta-aktiivisuuden lasku 12 ja 15 ikävuoden välillä on yhteydessä keskimäärin 8 % alhaisempaan todennäköisyyteen saavuttaa korkea-asteen koulutus.” (Aineisto 2, 32)

Aineistossa kaksi tiivistetään, kuinka nuorten liikkumattomuudella on vaikutus tulevaisuuden koulutustasoon ja sitä kautta verotuloihin sekä vähäisempiin maksettuihin tukiin. Aineistossa korostuu uusliberaalin ajan ihanne yksilöstä, joka ottaa vastuutaan omasta terveydestään ja on yhteiskunnalle tuottava, jota myös Harjunen (2024) on käsitellyt. Otteessa painotetaan lisäksi, että vastuuta terveydestä tulisi ottaa jo nuorena, mikä ilmentää biopoliittisen hallinnan ulottamista jo varhaisiin liikuntaa koskeviin valintoihin. Toisessa aineisto-otteessa biopoliittista hallintaa ulotetaan nuoriin esimerkiksi perustelemalla, kuinka 12 ja 15 ikävuoden välillä laskevalla liikunta-aktiivisuudella on negatiivinen yhteys korkea-asteen koulutuksen saavuttamiseen. Perustelun voidaan nähdä myös liittyvän Harjusen (2024) tutkimaan uusliberaalin yhteiskunnan tavoitteiseen tehokkaasta ja itsestään vastuuta ottavasta yksilöstä. Kouluttautumista voidaan pitää terveydestä huolehtimisen ohella keskeisenä yhteiskunnan tavoitteena ja biopoliittisen hallinnan kohteena, jota Helén ja Jauhokin (2003, 17–18) ovat itsekasvatuksen osalta avanneet. Nuorten liikkumattomuutta koskeva biopoliittinen hallinta näyttäytyy siis yhdenaikaisesti keinoon vastata sekä terveyden hallintaa että itsensä kasvatusta koskeviin tavoitteisiin.

Kansantaloudellisen näkökulman suhteen aineistojen kesken oli havaittavissa myös eriäviä näkemyksiä. Kolmas aineistoni eroaa muista tutkimusaineistoistani siten, että siinä painotetaan, etteivät tutkijat löytäneet vahvoja yhteyksiä vähäisen liikunnan ja suorien kustannusten välillä.

“Liikkumattomuuteen liittyvien yhteiskunnallisten kustannuksien selvittäminen on nähty tärkeäksi, mutta huolellisia empiirisiä tutkimuksia aiheesta ei ole saatavilla.” (Aineisto 3, 68)

Kolmannessa aineistossa todetaan, että liikkumattomuuden yhteiskunnallisia kustannuksia koskevia huolellisia empiirisiä tutkimuksia ei ole juuri tehty. Väittäjä on ristiriidassa suhteessa

Kolun ym. (2022) kustannuksia käsittelevään tutkimukseen. Nuorten liikkumattomuutta koskevan kansantaloudellisen näkökulman voidaan nähdä osittain rakentuvan määrällisen tutkimuksen pohjalle ja empiirisemmän ilmiötä koskevan tutkimuksen tarve on huomioitu, kuten yleisemmällä tasolla alaluvussa 2.1 pohdin.

4.2 Nuorten liikkumattomuuteen ehdotetut ratkaisukeinot politiikkasuosituksissa

Seuraavaksi käsittelen politiikkasuosituksista löytämiäni ratkaisukeinoja liikkumattomuuteen. Aineistojen luonteen takia erilaisia ratkaisukeinoja oli ajoittain ripoteltu hyvin yksityiskohtaisesti esimerkiksi erilaisia listoja hyödyntäen. Pysin löytämään näille ehdotuksille yhdistäviä tekijöitä ja kokoamaan niistä alaluokkina mainitsemani teemat selkeyttääkseni analyysini tuloksia. Poliitiikkasuosituksissa esitetään seitsemän eri keinoa, joiden kautta nuorten liikkumattomuutta pyritään ratkaisemaan: julkinen päätöksenteko, yhteiskunnalliset ohjaustoimet, perheiden ja koulujen tuki, kustannusten arviointi, harrastustoiminta, monialainen yhteistyö ja arki- ja hyötyliikunnan edistäminen. Tarkastelen näistä teemoista kahta ensimmäistä, sillä ne painottuivat aineistoissa eniten. Julkinen päätöksenteko linkittyy olennaisesti biopolitiikkaan liittyvän terveystasokansalaisuuden historialliseen taustaan ja pohdintoihin kansakuntaan kuulumisen tavoitteesta, joita Helén ja Jauho (2003) ovat myös taustoittaneet. Yhteiskunnalliset ohjaustoimet puolestaan yhdistyvät biopolitiikkaan liittyvään tuuppimispolitiikkaan, jonka Peeters ja Schuilenburg (2017) ovat kuvanneet tarkoittavan julkisen sektorin toimintaa, jossa kansalaisia hallitaan ohjailemalla heitä tekemään tietynlaisia valintoja. Tuuppimispolitiikka liittyy osaltaan myös uusliberaalille yhteiskunnalle ominaiseen healthismin ilmiöön, jonka avulla yksilöitä vastuutetaan huolehtimaan omasta terveydestään (Harjunen 2024, 198).

Ensimmäinen ja erittäin keskeinen nuorten liikkumattomuuden ratkaisukeino aineistoissa on julkinen päätöksenteko. Julkisen päätöksenteon voidaan nähdä olleen keskeisessä asemassa biopoliittisen hallinnan toteuttamisessa, sillä esimerkiksi Helén ja Jauho (2003) ovat kuvanneet, kuinka esimerkiksi julkinen valta ja lääkärikunta valjastettiin entisaikaan tarkkailemaan kansalaisten terveydentilaa. Teema kohdistuu pitkälti julkista päätöksentekoa toteuttavien instituutioiden tarkasteluun. Valtionhallinnon vastuu nuorten liikkumisesta nähdään aineistoissa merkittävänä ja myös kuntatasolla esitetään kattavasti erilaisia toimia, joita nuorten liikkumattomuuden ehkäisemiseksi voidaan tehdä.

“Panostuksilla ennaltaehkäisevään terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen, liikunta mukaan lukien, saavutetaan merkittäviä parannuksia yksilöiden elämänlaatuun. Yhteiskunnan tasolla

ennaltaehkäisevään toimintaan panostaminen on keino saavuttaa säästöjä. -- Valtionhallinnossa voidaan vaikuttaa lasten ja nuorten liikkumiseen esimerkiksi seuraavilla toimilla: -- ymmärretään eri hallinnonalojen vaikutukset lasten ja nuorten liikkumiseen (mm. liikkuminen osana kasvatusta ja opetusta, kävelyn ja pyöräilyn edistäminen, luonnon virkistyskäyttö, liikkumisen edistäminen osana sosiaali- ja terveystaloutta); tehdään poikkihallinnollista ja poikisektorista yhteistyötä lasten ja nuorten liikkumisen lisäämiseksi ja liikkumisen esteiden purkamiseksi -- tehdään liikkumisvaikutusten arviointi kaikessa päätöksenteossa.” (Aineisto 1, 40–41)

“Kunnissa voidaan edistää lasten ja nuorten liikkumista esimerkiksi seuraavilla tekijöillä: -- liikunnan lisääminen huomioidaan kunnan strategiassa kaikki hallinnonalat läpileikkaavana tavoitteena ja tehdään poikkihallinnollista yhteistyötä liikunnan lisäämiseksi -- päätösten ja toimenpiteiden vaikutukset lasten ja nuorten liikuntaan ennakoarvioitaan järjestelmällisesti - - ylläpidetään ja rakennetaan esteettömiä liikunnan olosuhteita suunnitelmallisesti -- harrastuspaikkojen käyttömaksut ovat kohtuullisia tai lapsille ja nuorille maksuttomia -kodin, koulun ja harrastuspaikkojen väliset kulkuväylät ovat turvallisia, jolloin lapsilla sekä nuorilla on mahdollisuus kulkea omin lihasvoimin -- vähävaraisille ja lastensuojelun asiakkaille on mahdollistettu taloudellisen tuen hakeminen lasten harrastamiseen.” (Aineisto 1, 38–39)

Ylemmässä otteessa painotetaan valtionhallinnon kohdalla nuorten liikkumisen edistämisen huomioimista ennaltaehkäisevänä kansanterveyteen ja -talouteen vaikuttavana toimena. Myös esimerkiksi hallinnonalojen vaikutuksia nuorten liikkumiseen, liikkumista koskevien esteiden purkaminen ja liikkumisvaikutusten arvioinnin tekeminen päätöksenteossa esitetään ratkaisukeinoina. Jälkimmäisessä otteessa nuorten liikkumattomuuden ongelman ratkaisuksi esitetään kuntatasolla esimerkiksi liikunnan lisäämisen huomioimista kunnan strategiassa, ennakoarvioiden tekemistä, liikkumispaikkojen ylläpitoa, nuorille maksuttomia harrastuspaikkoja, turvallisia kulkuväyliä harrastuspaikkoihin ja vähävaraisille sekä lastensuojelun asiakkaille mahdollisuutta hakea tukea lasten harrastuksiin. Julkista päätöksentekoa toteuttaviin instituutioihin painottuu aineistoissa runsaasti ratkaisukeinoja. Julkinen päätöksenteko ilmentää terveyskansalaisuuteen sisältyvää kansakuntaan kuulumisen tavoitetta, jossa Helén ja Jauho (2003) kuvaavat julkisella vallalla olleen historiallisesti keskeinen asema. Aineiston pohjalta nähdään, että julkinen valta pyrkii päätöksenteon avulla hallitsemaan nuorten liikkumattomuutta, ja tavoittelee siten sitomaan nuoria osaksi kansakuntaa.

Toinen ratkaisukeino nuorten liikkumattomuuden ongelmaan on yhteiskunnalliset ohjaustoimet, jotka ovat vahvasti sidoksissa julkiseen päätöksentekoon. Yhteiskunnallisten ohjaustoimien ohessa aineistoissa mainittiin myös tuuppiminen, joka nähdään lähinnä yhtenä vaihtoehtoisena keinona vaikuttaa liikunnallisiin terveyseroihin. Yhteiskunnallisten ohjaustoimien voidaan nähdä linkittyvän vahvasti tuuppimispolitiikkaan, jossa Peetersin ja Schuilenburgin (2017, 153) mukaan julkinen sektori pyrkii hallitsemaan kansalaisia ohjailemalla heitä tiettyihin valintoihin. Tuuppimispolitiikka edistää siis biopoliittisen hallinnan toteutumista hyvin konkreettisesti.

“Julkinen tuki esimerkiksi välineiden lainaamoille, uusien urheilulajien kokeilulle ja harjoittelun mahdollistamiselle kaikille on yksi mahdollinen ohjauskeino liikunnan edistämiseksi. Verotus- ja tukipolitiikan kannalta liikuntaan ja harrastustoimintaan sisältyy paljon sellaista vapaaehtoistoimintaa ja talkootoimintaa, jonka osalta tulisi arvioida, missä määrin nykyinen veropolitiikka kannustaa talkoo- ja vapaaehtoistoimiin. -- Liikuntatoimi työllistäjänä sekä liikuntapainotteiset työllistymismahdollisuudet voivat muodostaa tärkeän ja myös terveyttä tukevan mahdollisuuden etenkin nuorille. -- Avain liikuntamahdollisuuksien kehittämiseen on vahvasti kuntatasolla, jossa etenkin yhteiskunta- ja liikuntasuunnittelun kautta voidaan vahvistaa, tukea, ylläpitää ja uudistaa liikuntamahdollisuuksia. -- Arkiliikunta nousee liikkumisen mahdollisuuksista osana arkea. Tätä on mahdollista tukea myös yhteiskunta- ja liikennesuunnittelun kautta. Yksi tärkeä osa liikkumista on lasten ja nuorten elinpiiri ja itsenäisen liikkumisen mahdollisuudet. Liikkuminen lähiympäristössä ja pihalla on edelleenkin tärkeä osa liikuntamahdollisuuksia.” (Aineisto 3, 85–87)

“Erityistä huomiota on kiinnittänyt niin kutsuttu ”tuuppiminen” tai ”vaivihkaa vaikuttaminen”, jonka olennainen osa on kuluttajien valinta-arkkitehtuurin huomiointi ilman, että valinnan vaihtoehtoihin puututaan käytännössä. Tuuppiminen on kuitenkin ainoastaan yksi tapa ja lähtökohta soveltaa käyttäytymistaloustieteen tutkimuksen tuloksia. Siinä painottuu pyrkimys olla puuttumatta valinnan mahdollisuuksiin sinänsä. Tuuppiminen on terveyserojen kaventamisen näkökulmasta kannalta huono lähtökohta, mutta käyttökelpoinen lisä keinovalikoimaan.” (Aineisto 3, 76)

Ylemmässä aineisto-otteessa esiteltyjen yhteiskunnallisten ohjaustoimien avulla nähdään voitavan vaikuttaa elintapaerojen kaventamiseen ja liikunnalliseen elämäntapaan kannustamiseen. Ohjaustoimet ratkaisukeinona ilmentävät vahvasti nuorten liikkumattomuutta koskevaa biopoliittista hallintaa ja uusliberaalin yhteiskunnan ihannetta tehokkaasta yksilöstä, sillä niiden taustalla on ajatus tuuppimisesta tietynlaisiin liikkumista koskeviin valintoihin. Aineistoissa tämä

ihanne ilmenee esimerkiksi siten, että nuorten toivotaan ja oletetaan osallistuvan urheilulajikokeiluihin, työllistyvän liikuntatoimelle ja toteuttavan itsenäisesti liikkumista. Toisessa ohjaustoimia koskevassa otteessa käsitellään tuuppimista ja todetaan sen olevan ikään kuin vaihtoehto ratkaista ongelmaa, mutta silti yksi mahdollinen lähestymistapa. Ajatuksen taustalla on mahdollisesti näkemys siitä, että liikkumista koskevat ohjaustoimet voivat olla hyödyllisiä ja niillä voidaan saada aikaan tuloksia, mutta samalla niitä tulisi tarkastella kriittisesti esimerkiksi tehokkuuden vaatimuksen suhteen, kuten (Harjunen 2024) on myös todennut.

4.3 Eriarvoisuuden ja erilaisten resurssien yhteys nuorten liikkumattomuuden ongelmaan ja sen ratkaisuun

Seuraavaksi käsittelen aineistoissa esiintyneitä yhteyksiä nuorten liikkumattomuuden ja eriarvoisuuden sekä erilaisten resurssien välillä. Tämän jälkeen kuvaan aineistojen pohjalta, keiden oletetaan ratkaisevan nuorten liikkumattomuutta koskevan politiikkaongelman. Aineistosta löytämäni eriarvoisuutta koskevat teemat ovat taloudellisen tilanteen huomioiminen, sosioekonomisten terveyserojen huomioiminen sekä yhdenvertaisuus. Keskityn näistä kahteen ensimmäiseen, sillä ne korostuivat aineistoissa huomattavasti. Taloudellisten tilanteiden ja sosioekonomisten terveyserojen huomiointi ovat keskeisiä myös habituksen tarkastelun kannalta, sillä Bourdieu (1985, 12) on teoriassaan käsittänyt habitusten koostuvan erilaisista määristä pääomia, ja nähnyt niiden siten olevan yhteydessä eri sosioekonomisiin luokkiin ja sitä kautta myös eriarvoisuuteen. Eri sosioekonomisten taustojen on lisäksi nähty vaikuttavan tietynlaisen liikunnallisen habituksen muodostumiseen nuorilla, minkä on todettu saattavan aiheuttaa eriarvoisuutta (Wiltshire ym. 2019).

Ensimmäinen aineiston eriarvoisuutta koskeva teema käsittelee perheiden erilaisten taloudellisten tilanteiden huomioimista. Teema kiinnittyy Bourdieun (1985, 12) näkemykseen erilaisten habitusten sisältämistä eri määristä taloudellista pääomaa. Teeman keskeisyys aineistoissa korostaa sitä, että eriarvoisuutta on pyritty huomioimaan suosituksissa ja myös perheittäin eriytyneet pääoman kertymät on huomioitu. Aineistoissa taloudellisten tilanteiden huomioimista kuvataan painottamalla esimerkiksi kohtuullisia harrastusmaksuja ja avaamalla, että urheiluvälineitä voidaan hankkia nuorille osana ehkäisevää toimeentulotukea.

“Lasten ja nuorten liikunnan harrastamisen aloittamista ja harrastuksessa pysymistä edistävät -- kohtuulliset harrastusmaksut.” (Aineisto 1, 37)

“Kaupunkipyörien ohella voidaan liikunnan edistämiseksi tukea sosiaalipyöriä kypärineen sekä osana ehkäisevää toimeentulotukea esimerkiksi urheiluharrastuksen perusvälineitä lapsille ja nuorille.” (Aineisto 3, 85)

Taloudellisten tilanteiden kehyksessä aineistossa kaksi käsiteltiin myös Veikkauksen rahapeli-toiminnan tuotoista jaettavia avustuksia.

“Kuten liikuntapainotteisten hankkeidenkin analyysistä näemme, keskittyy hanketoiminta sote-järjestöissä liikuntasektorilla paljon sairaus- ja potilasjärjestöjen toimintaan. -- Sen sijaan työttömien, syrjäytyneiden ja nuorten parissa tehtävä liikuntapainotteinen työ loistaa lähes kokonaan poissaolollaan, jos ei oteta huomioon esimerkiksi Huoltoliiton hanketta.” (Aineisto 2, 54)

Aineisto-otteiden pohjalta voidaan todeta, että perheisiin kohdistetaan jossakin määrin tärkeitä resursseja esimerkiksi kohtuullisten maksujen ja tukien avulla. Aineistossa kaksi kuvattujen avustusten nähtiin puolestaan kohdistuvan tärkeisiin liikkumista tukeviin sote-järjestöihin, mutta niiden työttömien, syrjäytyneiden ja nuorten parissa tekemä liikunnallinen työ oli lähes olematonta. Nuoria tulisi siis huomioida enemmän myös liikunnan avustusten toimeenpanossa, esimerkiksi erilaisten hankkeiden avulla, jotta resurssit kohdentuisivat heihin paremmin. Otteiden kohdalla voidaan kuitenkin todeta, että perheiden erilaisten taloudellisten tilanteiden huomioimista pidetään politiikkasuosituksissa tärkeänä, sillä nuorten harrastusmaksuja ja tukia maksavat ja saavat todennäköisesti nuoren vanhemmat. Erityisesti matalammassa sosioekonomisessa asemassa oleviin perheisiin kohdistetut taloudelliset tukitoimet voivat osaltaan vähentää nuorten liikkumista koskevaa eriarvoisuutta, sillä eri sosioekonomisesta asemasta tulevilla nuorilla on erilaisia liikunnallisia habituksia, mikä saattaa tuottaa liikunnallista eriarvoisuutta, kuten Wiltshire ym. (2019) ovat tutkineet.

Toinen aineistoista löytämäni eriarvoisuutta koskeva teema on sosioekonomisten terveyserojen huomioiminen. Aineistossa todetaan vähäisen liikunnan olevan yleisempää matalan sosioekonomisen aseman omaavien keskuudessa. Vähäinen liikunta kasaantuu myös muiden epäterveellisten elintapojen, kuten epäterveellisen ruokavalion, tupakoinnin ja runsaan alkoholinkäytön kanssa. Tämän seurauksena elintavat polarisoituvat ja terveyserot kasvavat, mikä aiheuttaa eriarvoisuutta.

“Elintapojen polarisaatiossa on kyse tilanteesta, jossa väestö jakautuu aiempaa selvemmin vähän tai paljon liikuntaa harrastaviin sekä ruokatottumuksiltaan erittäin epäterveellisesti tai

terveellisesti syöviin. Aiempi väestötasoinen tutkimus Suomessa on painottanut elintapojen polarisaation taustalla olevia sosioekonomisia eroja, jossa epäterveellisesti syöminen ja vähäinen liikunta ovat yleisempää matalan sosioekonomisen ryhmässä. Epäterveellisiin elintapoihin liittyy myös kasautumisilmiö, jossa epäterveellinen ruokavalio, vähäinen liikunta, liian vähäinen nukkuminen, tupakointi ja runsas alkoholinkäyttö esiintyvät samoilla yksilöillä samanaikaisesti. Tästä syystä polarisaatio heikentää terveyden tasa-arvoa ja kasvattaa väestön terveyseroja. Epäterveellinen ruokavalio ja vähäinen liikunta lisäävät yhteiskunnan polarisaatiokehitystä ja kohdistuvat väestön haavoittuviin ryhmiin. Polku matalasta sosioekonomisesta asemasta ylipainon kehittymiseen selittyy lähes täysin elintavoilla, joista ruokavalio ja vähäinen liikunta ovat tärkeimmät selittävät tekijät.” (Aineisto 3, 10)

Aineistossa korostetaan siis liikkumattomuuden suhdetta elintapa- ja terveyseroihin ja kerrotaan vähäisen liikunnan lisäävän yhteiskunnan polarisaatiokehitystä. Näkökulma yhtenee osaltaan kansanterveydelliseen näkökulmaan ja ilmentää biopolitiikan nykyaikaisempaa kehitystä, jossa Helénin ja Jauhon (2003) mukaan on ryhdytty kiinnittämään aiempaa enemmän huomiota terveyserojen kaventamiseen. Liikunnallisuuden kytkeminen yksilöllisiin ja eriytyneisiin elintapoihin on askel lähemmäksi ilmiön sosiologista tutkimusta, koska tarkastelussa huomioidaan ainakin osittain yksilöllistyneiden ja eriytyneiden sosioekonomisten taustojen yhteys liikunnallisen habituksen muodostumiseen ja eriarvoisuuden kehittymiseen, jota esimerkiksi Stuij (2015) ja Wiltshire ym. (2019) ovat tutkineet.

Seuraavaksi esittelen keskeisimmät aineistoissa kuvatut nuorten liikkumattomuuden ongelman ratkaisevat toimijat. Suosituksissa tällaisina toimijoina mainittiin perheet, koulutus ja kasvatus, julkinen sektori, kaverit ja urheiluseurat. Kaverit ja urheiluseurat eivät korostuneet kovinkaan vahvasti aineistoissa, joten otin tarkasteluuni perheet, koulutuksen ja kasvatuksen sekä julkisen sektorin.

Ensimmäinen aineistosta löytämäni nuorten liikkumattomuuden ongelman ratkaisussa keskeisenä nähty taho on perheet. Perheiden vastuun voidaan nähdä korostuvan aineistoissa juuri liikunnalliseen elämäntapaan kannustamisena ja sen tukemisena.

“Perhe voi tukea alakoululaisen liikuntaa esimerkiksi säännöllisellä liikkumisella kannustamisella, liikkumalla yhdessä lapsen kanssa, kustantamalla liikuntaharrastuksia ja kuljettamalla niihin (Laukkanen ym. 2020; LIITU 2018). -- Perheet voivat tukea lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan omaksumista esimerkiksi seuraavilla tavoilla: perheen yhteisellä liikkumisella -- hyvinvointia ylläpitävillä arkirutiineilla -- kannustamalla liikkumaan lähiympäristössä

yhdessä kavereiden kanssa -- kannustamalla omatoimiseen liikkumiseen ja ulkoiluun -- kannustamalla ohjattuun liikunnan harrastamiseen -- hakemalla tarvittaessa tukea lasten ja nuorten liikunnan harrastamiseen.” (Aineisto 1, 31–32)

Perheiden vastuun korostumista aineistoissa kuvaavat esimerkiksi perheen yhteisen liikkumisen ja liikunnallisuutta ylläpitävien arkirutiinien peräänkuuluttaminen. Perheiden huomioiminen suosituksissa liikkumattomuutta ehkäisevänä toimijana on keskeistä, sillä perheestä sisäistetyt ja perityt liikkumisen tavat pohjustavat osaltaan nuoren liikunnallista habitusta, kuten Bourdieu (1985, 12) on yleisemmällä tasolla perheen vaikutuksesta habitukseen kuvannut.

Toinen aineistossa korostuva nuorten liikkumattomuuden ongelman ratkaiseva taho on koulut ja kasvatus. Kouluja painotetaan esimerkiksi järjestämään liikkumaan houkuttelevia välitunti-paikkoja, toteuttamaan tasokasta liikunnanopetusta ja tuottamaan kerho- ja harrastustoimintaa esimerkiksi paikallisten seurojen, järjestöjen tai yhdistysten kanssa. Myös mahdollisuus vaikuttaa heikoimmassa sosioekonomisessa asemassa oleviin nuoriin on huomioitu.

“Koulut ja oppilaitokset ovat moniammatillisia yhteisöjä, joissa jokaisella on mahdollisuus omalta osaltaan tukea liikkumisen mahdollisuuksia. -- Koulut ja oppilaitokset voivat tukea lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta ja liikkumista esimerkiksi: -- suunnittelemalla liikkumaan houkuttelevia välitunti- ja hyppytuntipaikkoja -- järjestämällä laadukasta liikunnanopetusta ja innostamalla opettajia täydennyskoulutuksiin -- järjestämällä monipuolista, matalan kynnyksen aamupäivä-, iltapäivä-, kerhoja harrastustoimintaa yhteistyössä paikallisten seurojen, järjestöjen ja yhdistysten kanssa.” (Aineisto 1, 32–33)

“Neuvoloiden, varhaiskasvatuksen, koulun ja oppilaitosten merkitys voi olla suuri etenkin sosioekonomisesti heikoimmassa olevien perheiden ja lasten ravitsemuksen ja liikuntatottumusten kehittymisen kannalta.” (Aineisto 3, 91)

Ylemmässä aineisto-otteessa esitellään kattavasti erilaisia toimia, joiden avulla koulut voivat tukea lasten liikkumista. Tämän lisäksi kolmannessa aineistossa koulujen nähdään voivan vaikuttaa sosioekonomisesti heikoimmassa asemassa olevien lasten ja nuorten liikuntatottumuksiin. Vaikka koulujen nähdään voivan kaventaa eriarvoisuutta vaikuttamalla sosioekonomisesti heikoimmassa asemassa olevien nuorten liikuntatottumuksiin, käsitys on kuitenkin osin ristiriitainen suhteessa Bourdieun (Inglis ja Thorpe 2019, 206–210) kriittiseen näkemykseen kasvatukselta habituksen ilmentämisen kenttänä.

Kolmas keskeisenä nähty ongelman ratkaiseva taho on julkinen sektori. Julkista sektoria pidetään aineistoissa yhtenä merkittävimmistä toimijoista nuorten liikkumattomuuden ratkaisussa. Teeman kohdalle painottui määrällisesti eniten ja sisällöllisesti keskeisimpiä koodaushavain- toja. Tarkastelussani julkinen sektori kattaa esimerkiksi valtionhallinnon, kunnat, sote- ja lii- kuntatoimen sekä opetus- ja kulttuuritoimen.

“Varmistetaan, että liikuntaharrastamisen hinnoittelupolitiikka mahdollistaa edulliset, mah- dollisesti jopa ilmaisvuorot työttömille ja pienituloisille. -- Vastuutahot: Sektorien ja ministe- riöiden välinen yhteistyö, kuntatason ja aluehallinnon päätökset omalla vastuu-alallaan. -- Edistetään ihmisten jokapäiväistä liikkumista, jossa kansalliset ohjelmat ja kärkihankkeet toi- mivat suunnannäyttäjinä. Liikkuvan koulun lisäksi on mahdollista tukea liikkuvaa esikoulua, varhaiskasvatusta sekä -- Koulun ja varhaiskasvatuksen sekä ikääntyvien palveluiden osalta arkiliikuntaa voidaan edistää myös järjestöjen kautta.” (Aineisto 3, 102)

Julkista sektoria koskien aineistoissa käsiteltiin esimerkiksi pienituloisia huomioivaa hinnoit- telupolitiikkaa ja nuorten liikkumista koskevien hankkeiden tukemista. Nämä toimet voivat aut- taa osaltaan erityisesti matalammista sosioekonomisista asemista tulevia perheitä, mikä voi tu- kea nuoren liikunnallisen habituksen syntymistä, jota esimerkiksi Wiltshire ym. (2019) ovat tutkineet. Lisäksi eri julkisen sektorin vastuualoilla tehdyt päätökset vaikuttavat aineiston mu- kaan kouluissa toteutettavien liikuntahankkeiden tukemiseen ja esimerkiksi liikkumista koske- van järjestötoiminnan edistämiseen. Nämä julkisen sektorin usealle eri vastuualalle kohdistuvat toimet voivat vähentää liikkumista koskevaa eriarvoisuutta tukemalla erityisesti matalammasta sosioekonomisesta asemasta tulevien nuorten liikunnallista habitusta, sillä esimerkiksi Stuij (2015) on todennut tällaisessa asemassa olevien nuorten muodostavan liikunnallisen habituk- sensa ydinperheen ohella hajanaisesti eri paikoista, joita tässä kontekstissa olisivat koulut ja järjestötoiminta.

5 Johtopäätökset

Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää, miten politiikkasuosituksilla pyritään ehkäisemään nuorten liikkumattomuutta. Tavoitteena oli myös tarkastella, korostuuko suosituksissa tietyt näkemykset liikkumattomuuden ehkäisystä ja jääkö jokin näkökulma vaille huomiota. Tarkastelin lisäksi, miten eriarvoisuutta huomioidaan politiikkasuosituksissa nuorten liikkumattomuuden taustasyynä ja suhteessa ongelman ratkaisuun. Tällä tavalla pyrin luomaan sosiologisen tarkastelukulman nuorten liikkumattomuuden ehkäisyn tueksi.

Analyysissani selvisi, että politiikkasuosituksissa nuorten liikkumattomuutta esitetään aineistoissa erityisesti kansanterveyden ja kansantalouden näkökulmista. Suosituksissa nuorten liikkumattomuuteen tarjotaan useita ratkaisukeinoja, joista keskeisimmät ovat julkinen päätöksenteko ja yhteiskunnalliset ohjaustoimet. Eriarvoisuus kytkeytyy suosituksissa nuorten liikkumattomuuteen erityisesti perheiden taloudellisten tilanteiden ja sosioekonomisten terveyserojen huomioimisen kehyksissä. Poliitiikkasuosituksissa nuorten liikkumattomuuden ratkaisijoina nähdään erityisesti perheet, koulut ja kasvatustieteet sekä julkinen sektori.

Nuorten liikkumattomuuden esittäminen politiikkasuosituksissa kansanterveydellisestä näkökulmasta ilmentää vahvasti biopoliittista hallintaa koskevaa terveyskansalaisuutta ja siihen liittyvien väestön kansalaistamisen ja elinvoiman ylläpidon tavoitteita, joita esimerkiksi Helén ja Jauho (2003) ovat kuvanneet. Kansantaloudellinen näkökulma puolestaan tukee biopoliittiseen hallintaan liittyvää uusliberaalin ajan ihannetta yhteiskunnalle tuottavasta yksilöstä, joka ottaa terveydestään vastuuta, kuten Harjunen (2024) on kuvannut. Kansantaloudellisessa näkökulmassa ollut pyrkimys vaikuttaa liikuntatottumuksiin jo nuoresta iästä lähtien korostaa julkisen vallan tavoitetta siitä, että kansalaisten tuottavuutta yhteiskunnalle arvioidaan, ja siihen pyritään vaikuttamaan jo varhaisessa ikävaiheessa. Tämän ohessa nuorten liikkumattomuutta koskevan biopoliittisen hallinnan nähtiin hyödyttävän julkista valtaa myös siten, että sen avulla voidaan hallita nuorten kouluttautumista. Tämä terveyteen ja samanaikaisesti itsensä kasvatukseen, eli kouluttautumiseen, kohdistuva hallinta vaikuttaa toteutuvan erityisesti juuri nuorten kohdalla. Lisäksi kansantaloudellista näkökulmaa koskeva aineiston ja aikaisemman tutkimuksen välinen ristiriita määrällisen tutkimuksen empiirisyyden puutteesta on kiinnostava havainto, jonka pohjalta voidaan todeta, että kustannuksiin painottunutta määrällistä tutkimusta on kritisoitu ei-empiirisenä. Tämä korostaa empiirisen sosiologisen tutkimuksen tarvetta liikkumattomuuden tarkastelussa tulevaisuudessa.

Ratkaisukeinojen kohdalla on huomioitava, että julkinen valta on nähty keskeisenä toimijana myös historiallisesti, kun yksilöitä tarkkailtiin kansanterveyden vaalimisen nimissä (Helén ja Jauho 2003, 15). Tämä historiallinen julkisen päätöksenteon keskeinen terveyden hallintaa koskeva asema on voinut osaltaan vaikuttaa siihen, miksi julkisen vallan asema on keskeinen ongelman ratkaisussa tänäkin päivänä. Yhteiskunnallisia ohjaustoimia ja tuuppimista koskeva aineistossa todettu ristiriita voi kertoa siitä, että ohjaustoimet hyväksytään yhtenä tapana ratkaista nuorten liikkumattomuutta. Samalla kuitenkin niiden sisältämät tehokkuusvaatimukset, joita esimerkiksi Harjunen (2024) on kehottanut huomioimaan, tunnustetaan ja ollaan valmiita siuuttamaan, sillä parempaa ratkaisukeinoa ei ole havaittu.

Eriarvoisuutta ja perheiden erilaisia resursseja käsitellään politiikkasuosituksissa kattavasti kiinnittämällä huomiota erilaisiin taloudellisiin tilanteisiin ja sosioekonomisen aseman pohjalta eriytyneisiin elintapoihin. Nämä lähestymistavat edesauttavat nuorten habituksen muodostumista suhteessa liikuntaan, sillä habitukset muodostuvat erilaisista määristä pääomia ja sosialisoituvat osaltaan perheiltä, kuten Bourdieu (1985) on todennut. Sosioekonomista asemaa huomioitiin erityisesti tarkastelemalla liikunnallisista tottumuksista johtuvia terveyseroja. Näkökulma ilmentää osaltaan biopolitiikan nykyaikaisempaa kehitystä, jossa Helénin ja Jauhon (2003) mukaan on ryhdytty kiinnittämään aiempaa enemmän huomiota terveyserojen kaventamiseen. Habituksen tarkastelun kannalta sosioekonomisten erojen huomioiminen on merkittävää, jotta voidaan tunnistaa paremmin erilaisten liikunnallisten habitusten taustoja ja voidaan paremmin tukea matalamman liikunnallisen pääoman omaavia nuoria. Tutkimukseni osoitti, että habituksen käsite on hyödyllinen väline nuorten liikkumattomuutta koskevan eriarvoisuuden tarkastelussa. Sen avulla voidaan pohtia esimerkiksi perheiden erilaisten taloudellisten tilanteiden ja yksilöllistyneiden sekä eriytyneiden sosioekonomisten taustojen vaikutuksia liikunnallisen habituksen muodostumiseen ja eriarvoisuuden kehittymiseen.

Politiikkasuosituksissa vastuutetaan perheitä ratkaisemaan liikkumattomuuden ongelmaa, mikä osaltaan vaikuttaa hyödylliseltä näkökulmalta habituksen muodostumisen tarkasteluun (Bourdieu 1985) peilaten. Tässä suhteessa on kuitenkin tärkeä huomioida, että perheisiin kohdistetaan riittävästi resursseja, mikä tosin on otettu hyvin huomioon politiikkasuosituksissa. Koulujen ja kasvatuksen merkityksen korostaminen aineistossa nuorten liikkumattomuuden ongelman ratkaisijana ja koulujen näkeminen sosioekonomisesti heikoimmassa asemassa olevien lasten ja nuorten liikuntatottumuksiin vaikuttavana toimijana, on osin ristiriidassa suhteessa habituksen teoriaan. Pierre Bourdieu on käsitellyt kasvatusta kriittisesti habituksen ilmentämisen kenttänä, sillä hänen mukaansa nuoret tulevat kouluihin alun perin erilaisten pääoman määrien kanssa

(Inglis ja Thorpe 2019, 206–210). Toisaalta esimerkiksi Stuijn (2015) tutkimuksen pohjalta voidaan todeta, että matalammista sosioekonomisista asemista tulevat muodostavat liikunnallisen habituksen hajanaisesti, toisin kuin korkeammasta sosioekonomisesta asemasta tulevat muodostavat sen pitkälti ydinperheestä. Täten esimerkiksi kouluissa toteutettavan liikunnanopetuksen voidaan nähdä kaventavan eriarvoisuutta. Koulujärjestelmällä on siis potentiaalia tasoittaa sosioekonomisia eroja liikkumattomuuden suhteen, mutta perheet tulee silti huomioida resurssien kohdentamisessa.

Julkisen sektorin vastuuttamisessa nousi esiin tarve huomioida erilaisten hankkeiden merkitys nuorten liikkumattomuuden ehkäisyyn, mutta hieman ristiriitaisesti samalla aineistossa kaksi todettiin, etteivät Veikkauksen tuotoista jaetut avustukset ole kohdistuneet riittävästi nuorten liikkumista koskeviin hankkeisiin. Nuorten liikkumattomuutta koskevien hankkeiden kattavampi huomiointi voisi siis olla olennaista tulevaisuudessa ja se saattaisi kaventaa nuorten liikunnallista eriarvoisuutta. Lisäksi julkisen sektorin eri vastuualoilla tekemien päätösten nähtiin vaikuttavan esimerkiksi kouluissa toteutettavien liikuntahankkeiden tukemiseen ja liikkumista koskevan järjestötoiminnan edistämiseen. Julkisella sektorilla on siis potentiaalia vähentää liikunnallista eriarvoisuutta, sillä se voi vaikuttaa liikkumisen tukemiseen usealla eri sektorilla. Tätä puoltaa Stuijn (2015) tutkimuksessa todettu näkemys siitä, että matalasta sosioekonomisesta taustasta tulevat lapset muodostavat liikunnallisen habituksensa hajanaisesti eri paikoista.

Kandidaatintutkielmani pituus ja teoreettinen viitekehys rajasivat analyysiani niin, ettei tutkielmassa käsitelty kaikkia analyysin tuloksia, vaan keskeisimmät. On myös syytä huomioida, että julkisen sektorin painottuminen liikkumattomuuden ongelman ratkaisijana voi osin johtua aineistojen kontekstista.

Nuorten oikeuksien näkökulma, joka rajautui vähäisten aineistohavaintojen takia tutkielmani ulkopuolelle, voisi olla kiinnostava jatkotutkimuksen kohde myös biopolitiikan viitekehyyksessä. Teemassa nuorten liikkumattomuutta koskevaa biopoliittista hallintaa pyrittiin oikeuttamaan vetoamalla esimerkiksi nuoren oikeuteen elää terveenä ja korostamalla kansantalouden näkökulmaan liittyen liikunta-aktiivisuuden suhdetta tulevaisuuden koulutus- ja tulotasoon. Näkökulma saattaisi pohjautua jossakin määrin yhteen terveystalouden määrittämistä, jossa väestöllä on nähty olevan oikeus terveyteen (Helén ja Jauho 2003, 25–28), ja se voisi antaa siten työkaluja biopoliittisen hallinnan oikeuttamisen tarkasteluun. Lisäksi vähäisten havaintojen takia tutkimukseni ulkopuolelle jäänyttä yksilöllistyneiden elämäntapojen näkökulmaa voisi myös tarkastella jatkotutkimuksissa laajemmin esimerkiksi habituksen viitekehyyksessä. Yksilöllistyneiden elämäntapojen avulla voitaisiin tutkia nuorten liikkumattomuutta

osana harrastuksellista habitusta, jossa yksilön mielenkiinnon ja ajankäytön kohteena ovat muut vapaa-ajan aktiviteetit kuin liikunta.

Nuorten liikkumattomuuden ratkaisua koskevien keinojen kohdalla jatkotutkimuksissa voitaisiin myös selvittää arki- ja hyötyliikunnan edistämistä ja monialaisen yhteistyön korostamista, jotka rajautuivat ulos tarkastelustani. Arki- ja hyötyliikunnan merkitystä nuorten liikkumattomuuden ehkäisyyn korostaa Lehmuskallion ym. (2015) tutkimuksen näkemys vanhempien liikunnallisen roolimallin positiivisesta vaikutuksesta lasten fyysiseen aktiivisuuteen, erityisesti koskien arki- ja hyötyliikuntaa. Lisäksi kavereiden merkityksen tarkastelu suhteessa nuorten liikunnallisen habituksen muodostumiseen olisi kiinnostava aihe jatkotutkimukselle. Niin ikään tarkasteluni ulkopuolelle jääneen monialaisen yhteistyön korostamisen kohdalla aikaisempi tutkimus ja muutamat aineistoista tekemäni havainnot ovat osoittaneet, että nuorten liikkumattomuus kytkeytyy moniin elämänalueisiin ja politiikkasektoreihin, jonka takia ongelman ratkaisu vaatii myös holistista näkemystä ja monialaista kattavaa tutkimusta jatkossakin. Toivon, että tutkielmani on kontribuoinut tähän vastaamalla tavoitteeseeni tuoda esiin ilmiötä koskevaa sosiologisen tutkimuksen näkökulmaa.

Tutkimuksen aineisto

Aineisto 1: Opetus- ja kulttuuriministeriö (2021). Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:19. Osoitteesta: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-853-3>

Aineisto 2: Vasankari, Tommi & Kolu, Päivi & Kari, Jaana & Pehkonen, Jaakko & Havas, Eino & Tammelin, Tuija & Jalava, Janne & Koski, Harri & Pihlainen, Kai & Kyröläinen, Heikki & Santtila, Matti & Sievänen, Harri & Raitanen, Jani & Tokola, Kari (2018). Liikkumattomuuden lasku kasvaa–vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. Osoitteesta: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-535-8>

Aineisto 3: Borodulin, Katja & Jallinoja, Piia & Koivusalo, Meri (2016). Epäterveellinen ruokavalio, vähäinen liikunta ja polarisaatio – syyt, kustannukset ja ohjaustoimet. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. Osoitteesta: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-258-6>

Lähteet

Alosaimi, Noura & Sherar, Lauren. B & Griffiths, Paula & Pearson, Natalie (2023). Clustering of diet, physical activity and sedentary behaviour and related physical and mental health outcomes: a systematic review. *BMC Public Health*, 23, 1572. DOI:

<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16372-6>

Bacchi, Carol (2012). Introducing the ‘What’s the Problem Represented to be?’ approach. In Bletsas, Angelique & Beasley, Chris (eds.) *Engaging with Carol Bacchi: Strategic interventions and exchanges*, 21-24. DOI: <https://doi.org/10.1017/9780987171856>

Bourdieu, Pierre (1985). *Sosiologian kysymyksiä*. suom. Roos, J.P. Tampere: Osuuskunta vastapaino.

Erola, Jani & Räsänen, Pekka (2014). *Johdatus sosiologian perusteisiin*. Helsinki: Gaudeamus, 207.

Foucault, Michel (2008). *The Birth of Biopolitics: Lectures at the Collège de France, 1978-1979* (eds.) Michel Senellart & François Ewald & Alessandro Fontana & Arnold I Davidson & Graham Burchell. New York: Palgrave Macmillan, 317.

Harjunen, Hannele (2024). Tehokkaammin, tuottavammin, hallitummin: uusliberaalin ajan liikkuvat ruumiit. Teoksessa Jouko Kokkonen (toim.) *Urheilun murros*. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura. Liikuntatieteellisen seuran julkaisuja, 193–207. Osoitteesta:

<https://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-202503072441>

Helén, Ilpo (2016). *Elämän politiikat: Yhteiskuntatutkimus Foucault’n jälkeen*. Helsinki: Tutkijaliitto.

Helén, Ilpo & Jauho, Mikko (2003) *Terveyskansalaisuus ja elämän politiikka*. Teoksessa Ilpo Helén & Mikko Jauho (toim.) *Kansalaisuus ja kansanterveys*. Helsinki: Gaudeamus, 13–32.

Inglis, David & Thorpe, Christopher (2019). *An Invitation to Social Theory*. Second edition. Cambridge: Polity Press, 205–210.

Kolu, Päivi & Kari, Jaana & Raitanen, Jani & Sievänen, Harri & Tokola, Kari & Havas, Eino & Pehkonen, Jaakko & Tammelin, Tuija & Pahkala, Katja & Hutri-Kähönen, Nina & Raitakari, Olli & Vasankari, Tommi (2022). Economic burden of low physical activity and high sedentary behaviour in Finland. *J Epidemiol Community Health*, 76(7), 677–684. DOI:

<https://doi.org/10.1136/jech-2021-217998>

Lehmuskallio, Mari & Konkarikoski, Laura & Tiistola, Tiia-Mari (2015). Fyysisen aktiivisuuden perussuositus kouluikäisille–tunnettuus, toteutumisarvio ja huoli alakoululaisten vanhempien keskuudessa. *Liikunta & Tiede* 53(6), 70–77. Osoitteesta: https://www.lts.fi/media/lts_vertaisarvioidut_tutkimusartikkelit/2015/lt-6-15_tutkimusartikkelit_lehmuskallio_lr.pdf

Nummela, Olli & Hätönen, Heli & Saaristo, Vesa & Helakorpi, Satu (2014). Kuntalaisten vapaa-ajan liikunta-aktiivisuus – siihen yhteydessä olevat yksilötekijät ja kunnan aktiivisuus terveyden edistämisessä. *Helsinki: Yhteiskuntapolitiikka-lehti* 79 (2014):4, 388–399. Osoitteesta: <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2014090444486>

Peeters, Rik & Schuilenburg, Marc (2017) The birth of mindpolitics: understanding nudging in public health policy. *Social Theory & Health* 15, 138–159. DOI: <https://doi.org/10.1057/s41285-016-0024-z>

Rich, Emma & De Pian, Laura & Francombe-Webb, Jessica (2015). Physical Cultures of Stigmatisation: Health Policy & Social Class. *Sociological Research Online* 20(2), 192–205. DOI: <https://doi.org/10.5153/sro.3613>.

Stuij, Mirjam. (2015) Habitus and social class: a case study on socialisation into sports and exercise. *Sport, Education and Society* 20:6, 780–98. DOI: <https://doi.org/10.1080/13573322.2013.827568>.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2013). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

UKK-instituutti (2025). *Liikkumisen suositusten historia*. Tampere: UKK-instituutti. Osoitteesta: <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/liikkumisen-suositusten-historia/> (luettu 19.4.2025)

Valtioneuvosto (2023). *Vahva ja välittävä Suomi: Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma 20.6.2023*. Helsinki: Valtioneuvoston julkaisuja 2023:58. Osoitteesta: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-763-8>

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta (2019). *Tieto käyttöön: Viestintäopas*. Helsinki: Valtioneuvosto. Osoitteesta: https://tietokayttoon.fi/documents/113169639/113170763/Tieto_kayttoon_Viestintaopas_2019-1.pdf/7067e2df-5260-2215-728d-b28271870095/Tieto_kayttoon_Viestintaopas_2019-1.pdf?t=1548249193000

Wiltshire, Gareth & Lee, Jessica, & Williams, Oli (2019). Understanding the reproduction of health inequalities: physical activity, social class and Bourdieu's habitus. *Sport, Education and Society* 24(3), 226–240. DOI: <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1367657>.