

**This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.**

**Author(s):** Roiko-Jokela, Tapio; Roiko-Jokela, Heikki

**Title:** Urheilu aiheuttamassa urheilijan viimeistä kamppailua : urheiluun liittyvät tekijät urheilijoiden itsemurhaintentioiden motiivien luojina

**Year:** 2020

**Version:** Published version

**Copyright:** © Kirjoittajat & Suomen urheiluhistoriallinen seura, 2020

**Rights:** In Copyright

**Rights url:** <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

**Please cite the original version:**

Roiko-Jokela, T., & Roiko-Jokela, H. (2020). Urheilu aiheuttamassa urheilijan viimeistä kamppailua : urheiluun liittyvät tekijät urheilijoiden itsemurhaintentioiden motiivien luojina. In H. Roiko-Jokela, & A. Holmila (Eds.), *Urheilun kriisejä (2019-2020)*, pp. 193-202). Suomen urheiluhistoriallinen seura. Suomen urheiluhistoriallisen seuran vuosikirja.

*Tapio Roiko-Jokela & Heikki Roiko-Jokela*

## **Urheilu aiheuttamassa urheilijan viimeistä kamppailua: Urheiluun liittyvät tekijät urheilijoiden itsemurhaintentioiden motiivien luojina**

### **Urheilijasta urheilun uhriksi – joskus myös oman käden kautta**

Moniin arjen toimintoihin liittyy riskejä, eikä urheilu muodosta poikkeusta. Se on vaatinut omat uhrinsa. Hannu Itkonen on luokitellut urheilun uhrit riskinottajiin, vastustajan vahingoittamiin, keinoja kaihtamattomiin, yleisöuhreihin, rooliuhreihin, uhrisankareihin ja sattuman korjaamiin. Tyypittelyn raameihin sopivat uhrit voivat olla konkreettisesti loukkaantuneita tai kuolleita, mutta he voivat olla myös vertauskuvallisesti uhrautuneita tai uhrattuja urheilun tai urheilusaavutusten puolesta.<sup>1</sup>

Urheilun uhri voi syntyä tietoisien riskinoton, vahingon, tapaturman tai toisten toiminnan takia. Uhri ei aina ole negatiivinen ilmaus, vaan sillä voidaan kuvata sankarillista uhrautumista urheilullisten tavoitteiden tai kansakunnan puolesta – urheilija voidaan nähdä eräänlaisena marttyyrinä<sup>2</sup>. Itkosen esitys urheilun uhreista on kattava, mutta siinä ei kuitenkaan käsitellä yhtä keskeistä uhriluokkaa: itsemurhan tehneitä urheilijoita.<sup>3</sup>

Kuoleman tapahtuessa esimerkiksi riskejä sisältävässä lajissa tai onnettomuuden takia, se on valitettavaa. Kyse on kuitenkin pitkälti esimerkiksi sattumasta, huonosta tuurista tai suorituksessa tapahtuneesta virheestä. Kun itsemurhat sijoitetaan kaikkien kuolemantapausten joukkoon, ne sulautuvat massaan ja katoavat. Itsemurhat kertovat kuitenkin ongelmasta, eikä niitä tulisi sulauttaa muiden kuolemantapausten joukkoon.<sup>4</sup>

Sanana itsemurha viittaa harkittuun tekoon. Ne eivät ole vahinkoja. Kun urheilija päätyy riistämään itseltään hengen, syyt voivat löytyä hänen yksityiselämästään. Itsemurhaintention toteuttamiseen johtavat motiivit<sup>5</sup> voivat kuitenkin kytkeytyä myös urheiluun, jolloin kyse on urheilun uhrista ja ongelmasta urheilussa: kriisistä, jonka urheilija on yksilötasolla kohdannut ja josta selviämiseen ei ole keinoja löytynyt. Miksi urheilija sitten riistää henkensä urheilun takia?

Kyseessä on kysymys, joka on pohtimisen arvoinen, koska se voi paljastaa urheilun riskitekijöitä. Tunnistamalla tällaisia rakenteita urheilijoiden itsetuhoisiin aikeisiin osataan mahdollisesti varautua ja itsemurhia ehkäistä tarjoamalla riskiryhmille apua. Urheilijoiden itsemurhien motiiveja ei kuitenkaan ole helppo selvittää. Uhrin eivät ole enää kertomassa tarinaansa, vaan toiset kertovat niitä. Tarina elää ja se saa helposti yhä uusia muotoja. Itsemurhien motiivit myös vaihtelevat tapauskohtaisesti. Tiettyjä urheilun riskitekijöitä voidaan kuitenkin selvittää.

Media<sup>6</sup> on nostanut esille itsemurhan tehneiden urheilijoiden tai sitä yrittäneiden tarinoita sekä urheilijoiden avautumisia itsemurha-ajatuksestaan. Kyseiset median<sup>7</sup> kuvaamat tapaukset mahdollistavat mediaan perustuvan lähestymistavan urheilijoiden itsemurhiin: median kirjoitusten kautta voidaan selvittää joidenkin itsemurhatapausten urheiluun kytkeytyviä taustoja. Tarkastelun kohteena on tällöin lehdistön valin-



## Urheilumenestyksen tavoittelu ja sen saavuttaminen – Pyrrhoksen voitto?

*CNN* on kirjoittanut uimari Michael Phelps'in avautumisesta itsemurha-ajatuksistaan. Tekstin mukaan Phelps on kertonut urheilumenestyksen saavuttamisen olevan urheilun helppo osa. Se vaatii ”vain” työtä, omistautumista ja halua olla luovuttamatta. Samalla Phelps'in kerrotaan sanoneen, että hän halusi aina palata kilpailuista mitalien kanssa ja olleen aina vain nälkäisempi menestykselle ja omien ääri rajojensa löytämiselle. *CCN*:n mukaan kuvattu harjoittelun ja kilpailullisuuden korkea intensiteetti vaati veronsa ja johti toistuvaan masennukseen ja ahdistukseen, jotka puolestaan aiheuttivat tilanteen kärjistymisen vuosien saatossa: Phelps eristäytyi Lontoon vuoden 2012 olympialaisten jälkeen<sup>9</sup> muusta maailmasta menettäen elämänhalunsa.<sup>10</sup>

Phelps ei tehnyt itsemurhaa, mutta tapaus kertoo kuitenkin itsemurhaintention muodostumisesta ja niiden motiiveista suhteessa urheiluun. Intention muodostumiseen vaikuttivat *CCN*:n kirjoituksen perusteella urheilijan masennus ja ahdistus, joiden alkuperä löytyy kuvatussa tapauksessa urheilijan menestyksen nälästä ja halusta löytää omat rajansa – omistautua täysin urheilulle – mikä vaatii urheilun intensiivisyyden takia huomattaviakin uhrauksia. Siksi urheilu voi johtaa urheilijan henkiseen väsymiseen ja masentumiseen, jotka lopulta voivat johtaa itsemurhaintention muodostumiseen ja mahdollisesti toteuttamiseen.

## Urheiluvammat porttina itsemurhaan?

*The New York Times*in artikkeli painijasta ja amerikkalaisen jalkapallonpelaajasta Kosta Garageorgesta tukee näkemystä urheilumenestyksen halusta motiivina itsemurhaintentiolle. *The New York Times*in kirjoituksessa kuitenkin korostuu myös toinen motiivi itsemurhaintentiolle. Garageorge kärsi urheilu-uransa aikana sekä urheiluvammoista lukuisten aivotärähdysten muodossa että mielenterveyden ongelmista, jotka johtuivat hänen urheilu- ja kilpailukeskeisestä elämäntavastaan. Aivotärähdykset ovat itsessään ongelma, mutta niiden yhdistäminen urheilume-

nestyksen haluun on vakava riskitekijä. *The New York Timesin* mukaan Garageorge salasi aivotärähdyksen oireitaan perheeltään, ystäviltään ja valmentajiltaan, jotta hänen säännöllistä harjoitteluaan ei kiellettäisi aivotärähdyksen oireiden poistumisen ajaksi tai jopa pysyvästi.<sup>11</sup>

*The New York Timesin* mukaan Garageorgen itsemurhatapauksessa halu urheilumenestykseen johti myös steroidien käyttöön, mikä linkittää itsemurhatapauksen myös Itkosen keinoja kaihtamattomien -uhrikategoriaan. Steroidit eivät kuitenkaan auttaneet lihasten kasvuun, vaan lisäsivät urheilijan aggressiivisuutta. Kuvatussa tapauksessa *The New York Times* antaa lukijalle lisäksi käsityksen, että urheilija näki myös vapaa-ajanaktiiviteetit (syöminen ja videopelit) kilpailuna. Garageorgelle diagnosoitiin myös urheilupaineiden aiheuttama stressiperäinen alopecia.<sup>12</sup> Edellä esitetystä saa kuvan, että urheilun aiheuttaman stressin, jatkuvan kilpailullisuuden, suorituskyvyn parantamiseen tähänneiden steroidien vaikutusten ja urheiluvammoista johtuneiden aivotärähdyksen aiheuttama henkinen pahoinvointi muodosti motiivin urheilijan itsemurhaintentiolle.

## Urheilupaineet vaarana, taloudelliset paineet eivät ole poikkeus

*BBC* on uutisoinut lumilautailija Ellie Soutterin itsemurhatapauksesta. *BBC:n* tekstistä nousee esille urheilijoiden kohtaamat paineet, joiden kanssa myös nuoret urheilijat joutuvat toimimaan. Urheilun muodostamat paineet yhdistettynä mahdollisiin muihin mielenterveyden ongelmiin voidaan esittää *BBC:n* perusteella mahdollisiksi motiiveiksi itsemurhaintention muodostumiselle. Uutisoidussa itsemurhatapauksessa urheilija halusi olla *BBC:n* mukaan paras ja koki pettäneensä lajinsa ja isänsä, kun yksi epäonnistunut suoritus esti pääsyn maajoukkueeseen. Ajatus urheilijana epäonnistumisesta ei ole yksittäistapaus. *Iltasanomissa* on kerrottu urheilija Manuela Boscon yrittäneen itsemurhaa koettuaan epäonnistuneensa urheilijana.<sup>13</sup>

*BBC:n* uutisointi nostaa urheilupaineet ja kokemuksen urheilijana epäonnistumisesta mahdollisiksi motiiveiksi itsemurhaintentiolle. *YLEn* uutinen samasta tapauksesta (josta *BBC* uutisoi) korostaa kui-

tenkin eri seikkoja. Itsemurhan taustavaikuttimina on esitetty toisaalta aivotärähdyks ja toisaalta taloudelliset paineet. *YLE*n mukaan lumilautailun ollessa kallista itsemurhan tehnyt urheilija ei uskaltanut puhua mielenterveyden ongelmistaan, sillä hän pelkäsi sen vaikuttavan sponsorituloihinsa ja siten urheilu-uraansa.<sup>14</sup> Kuvatussa tilanteessa itsemurhaintention ensisijainen motiivi olisi mielenterveys, mutta urheilun talouteen kytkeytyvät piirteet kuitenkin luovat syyn olla puhumatta asiasta. Siksi taloudelliset paineet urheilun rakenteellisena tekijänä voivat vaikuttaa välillisesti itsemurhaintentioiden motiivien kasautumiseen.

## Urheilijoiden vartalon julkisuus – muutakin kuin esineellistämistä?

Urheilijoiden itsemurhaintentioiden motiivit voivat olla peräisin myös urheilun ulkonäköä korostavista rakenteista. *Fox Sports*n mukaan naisilla on suurempi riski masennukseen, hermostuneisuuteen ja syömishäiriöihin kuin miehillä. Piirre on jo itsessään ongelmallinen, mutta urheilu voi osaltaan vahvistaa sitä. Urheilu voi aiheuttaa stressiä, etenkin kun siihen kytkeytyy myös ulkonäköön liittyvä piirre. *Fox Sports*n mukaan vartalon kuva on usein esillä naisurheilijoiden keskuudessa: he pohtivat, miten urheilun vaatiman ruumiinrakenteen ja kauneusihanteet voi yhdistää?<sup>15</sup>

Kysymys asettaa urheilijoille paineita siksi, että urheiluasu paljastavat naisten vartalosta enemmän kuin arkivaatetus. Urheilija ei voi peittää vartaloaan tai jos hän tekee niin, se on vastoin urheilun käytänteitä. Tilanteessa urheilijalla on riskinä keskittyminen ulkonäköön, mikä voi johtaa esimerkiksi syömishäiriöihin ja stressiin, jotka johtuvat halusta saavuttaa ideaalina pidetty ruumiinrakenne. Näin urheilun vaatimukset ”oikeasta” ulkonäöstä korostavat kysymyksiä vartalonkuvasta ja ruokkivat stressiä, mikä voi vaarantaa mielenterveyden. Mielenterveyden ongelmat voivat puolestaan luoda motiivin itsemurhaintentioille.<sup>16</sup>

## Dopingkysymys itsemurhien taustalla

*Keskisuomalainen* on koonnut yhteen eri urheilijoiden kohtaloita dopingkäräjen jälkeen. Lehden esittelemistä tapauksista yksi on määritelty itsemurhaksi: Amerikkalainen 400 metrin juoksija Antonio Pettigrew ei jäänyt kiinni dopingtesteissä, mutta tunnusti lopulta käyttäneensä urheilussa kiellettyjä menetelmiä. Tunnustuksen jälkeen hänen suorituksensa vuosilta 1997–2001 hylättiin ja hän menetti Sydneyn olympiaviestikullan. Lopulta Pettigrew teki itsemurhan lääkkeiden yliannostuksella.<sup>17</sup>

Pelkästään *Keskisuomalaisen* perusteella ei voida sanoa mitään varmaa Pettigrew'n itsemurhan motiiveista. On kuitenkin mahdollista, että dopingin paljastumisesta seurannut suoritusten mitätöinti ja mahdollinen, kenties negatiivinen, mediajulkisuus ovat vaikuttaneet itsemurhaintention motiiveihin, etenkin kun saavutusten mitätöiminen on voinut laskea urheilu-urasta saadun hyödyn tunnetta<sup>18</sup>. Tällöin urheiluvilppi ja sen paljastuminen olisivat urheiluun kuuluvia tekijöitä<sup>19</sup> itsemurhaintention motiivien taustalla.

## Mielenterveys – tabu ja stigma

*USA Todayn* mukaan urheilijoilla on todettu tavallista korkeampi riski mielenterveyden ongelmiin.<sup>20</sup> Mielenterveys on noussut esille myös monissa edellä käsitellyissä itsemurhatapauksissa. Miksi urheilijat eivät ole hakeneet apua mielenterveyden ongelmiinsa?

Useiden eri urheilijoiden lausunnoista paljastuu, että mielenterveydestä puhuminen on koettu tabuksi. Ongelmien esiin nostaminen on toisaalta koettu häpeälliseksi ja mielenterveysongelmien muodostamaa stigmaa on haluttu välttää salailemalla. Toisaalta ongelmien esiin nostamisen on pelätty vaikuttavan urheilu-uraan esimerkiksi sponsoritulojen vähenemisen tai urheiluun kytkeytyvän ammatin vaarantumisen kautta. Näyttääkin siltä, ettei urheilun viralliseen narratiiviin kuulu heikkouden osoittaminen puhumalla ongelmista, vaan ne sivuutetaan urheilun virallisessa kertomuksessa urheiluvilpin tavoin. Siksi mielenterveyden ongelmat ovat jääneet urheilijan ratkaistaviksi yksin, mikä voi olla mo-



tiivä itsemurhaintentille: itsemurha saatetaan kokea helpommaksi kuin avunhankkiminen kuvatussa mielenterveyden ongelmista vaikenavassa ympäristössä – urheilija ajautuu ongelmiansa kanssa umpikujaan.<sup>21</sup>

\*\*\*

Tässä artikkelissa mediassa esiin nostetut/valitut itsemurhan tehneiden urheilijoiden tai sitä yrittäneiden tarinat sekä urheilijoiden avautumiset itsemurha-ajatuksista ovat vain murto-osa karua todellisuutta. Esimerkkien kautta voidaan kuitenkin todeta, että ne ovat osa urheilun maailmaa, henkilökohtaisia kriisejä, joista voidaan selvitä tai jotka voivat johtaa traagisiin kohtaloihin. Syyt ovat moninaiset, eikä yhtä selittävää tekijää ole, vaan kyse on pitkälti yksilön henkilökohtaisista valinnoista ja elämästä.

Joitakin yleistyksiä voidaan kuitenkin tehdä. Taustalla on usein halu ja paine menestystä, jopa keinolla millä hyvänsä. Paine voi käydä liialliseksi ja, jos menestys on saavutettu keinoja kaihtamatta, niin kiinni jääminen vilpistä saattaa murtaa mielen. Lääkkeet, steroidit, päihteet... luovat kierteen ja yhtälön, josta ei ole poispääsyä.

## Lähteet

BBC: "Ellie Soutter death: Father criticises pressure on athletes", 31.7.2018. <https://www.bbc.com/news/uk-england-surrey-45023187>, viitattu 21.1.2019.

CCN, Health (Susan Scutti): "Michael Phelps: 'I am extremely thankful that I did not take my life'", 20.1.2018. <https://edition.cnn.com/2018/01/19/health/michael-phelps-depression/index.html>, viitattu 19.1.2019.

Iltasanomat, Urheilu (Johanna Nordling): "Saksan maajoukkueolari teki itsemurhan kahdeksan vuotta sitten – leski tekee työtä, jotta masennus ei olisi enää tabu", 15.11.2017. <https://www.is.fi/jalkapallo/art-2000005449367.html>, viitattu 21.1.2019.

Iltasanomat, Urheilu (Kari Räisänen): "10 vuoden takainen tragedia: Manuela Bosco yritti itsemurhaa - sisko pelasti", 10.2.2012. <https://www.is.fi/yleisurheilu/art-2000000476559.html>, viitattu 21.1.2019.

Itkonen, Hannu (1994), Mitta hihassa, piikki lihassa. Urheiluvilpin esitutkinta. Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi 6. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.

Itkonen, Hannu (1997), Urheilun uhrin. Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi 14. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.

- Fox Sports (Justin Ching): "Mental health issues a huge challenge for NCAA in regard to student-athletes", 8.10.2018. <https://www.foxsports.com/other/story/madison-holleran-ncaa-student-athletes-mental-health-issues-032515>, viitattu 21.1.2019.
- Keskisuomalainen: "Itsemurha, vankilatuomio, katoamistempu – näin elämä voi romahtaa dopingkäryn jälkeen", 27.8.2017. <https://www.ksml.fi/teemat/sunnuntaisuomalainen/Itsemurha-vankilatuomio-katoamistempu-%E2%80%93-n%C3%A4in-el%C3%A4m%C3%A4-voi-romahtaa-dopingk%C3%A4ryn-j%C3%A4lkeen/10331801>, viitattu 21.1.2019.
- Miettinen, Rikka (2019), Itsemurha varhaismodernilta ajalta nykypäivään. Teoksessa Pajari, Ilona & Jalonen, Jussi & Miettinen, Riikka & Kanerva, Kirsi (toim.), Suomalaisen kuoleman historia. Helsinki: Gaudeamus. Sivut 183–207.
- Pajari, Ilona & Jalonen, Jussi & Miettinen, Riikka & Kanerva, Kirsi (2019), Suomalaisen kuoleman historia. Helsinki: Gaudeamus.
- Roiko-Jokela, Heikki (2019), Urheilun uhrin. Suomalainen liikuntakulttuuri -luento, 16.1.2019.
- Skinner, Quentin (2002), Visions of Politics. Regarding Method. Vol. 1. Cambridge: Cambridge University Press. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/jyvaskyla-ebooks/detail.action?docID=217738>, viitattu 21.1.2019.
- Tepora, Tuomas & Jalonen, Jussi (2019), Suomalainen marttyyrikuolema. Teoksessa Pajari, Ilona & Jalonen, Jussi & Miettinen, Riikka & Kanerva, Kirsi (toim.), Suomalaisen kuoleman historia. Helsinki: Gaudeamus. Sivut 247–276.
- The Fox News (David B. Samadi): "Exploring the link between head injuries and suicide in athletes", 10.12.2014. <https://www.foxnews.com/health/exploring-the-link-between-head-injuries-and-suicide-in-athletes>, viitattu 19.1.2019.
- The New York Times, Sports (Tim Rohan): "A Young Athlete's World of Pain, and Where It Led", 22.6.2016. <https://www.nytimes.com/2016/06/27/sports/kosta-karageorge-cte-concussions-suicide.html>, viitattu 19.1.2019.
- USA Today (Scott Gleeson & Erik Brady): "When athletes share their battles with mental illness", 30.8.2017. <https://eu.usatoday.com/story/sports/2017/08/30/michael-phelps-brandon-marshall-mental-health-battles-royce-white-jerry-west/596857001/>, viitattu 21.1.2019.
- YLE, Urheilu (Roope Visuri): "18-vuotiaan lumilautailutähden itsemurhan taustalla paineet toimeentulosta ja ehkä aivovammakin – nyt perheenisä tahtoo estää samanlaiset traagiset kohtalot: 'Tämä on ilkeä kierre'", 25.9.2018. <https://yle.fi/urheilu/3-10422761>, viitattu 21.1.2019.

## Lähdeviitteet

- 1 Itkonen 1997, 8–13; Roiko-Jokela 2019, Urheilun uhrin. Suomalainen liikuntakulttuuri -luento. Itkosen tyypittelyn sisällöstä ks. tark. Itkonen 1997, 8–13.
- 2 Marttyyrikuolemasta ks. Tepora & Jalonen 2019, passim.
- 3 Itkonen 1997, 8–13, 20–31; Roiko-Jokela 2019, Urheilun uhrin. Suomalainen liikuntakulttuuri -luento. Itsemurhien historiasta ks. Miettinen 2019, passim.
- 4 Kuoleman historiasta ks. esim. Pajari & Jalonen & Miettinen & Kanerva 2019, passim.
- 5 Intention ja motiivin käsitteellisestä merkityksessä ks. Skinner 2002, 97–99.

- 6 Termillä viitataan tekstissä sähköisessä muodossa julkaistuihin lehtiin.
- 7 Tarkasteltavana ovat BBC, CNN, Fox Sports, Iltasanomat, Keski-suomalainen, The Fox News, The New York Times, USA Today ja YLE.
- 8 Skinner 2002, 97–99.
- 9 CCN:n uutinen ei kerro sitä, että eristäytyminen osui samaan aikaan Phelps'n ensimmäisen uintiuran lopetuksen kanssa. Osatekijä Phelps'n tilanteeseen on voinut olla myös urheilu-uran loppuminen, etenkin kun hän koki ensimmäisen arvokilpailutappion 200 metrin perhosuinnissa moneen vuoteen. Urheilu-uran loppumisen vaikutuksista uhriuteen ks. Roiko-Jokela 2019, Urheilun uhrin. Suomalainen liikuntakulttuuri -luento.
- 10 CCN, Health (Susan Scutti): "Michael Phelps: 'I am extremely thankful that I did not take my life'", 20.1.2018.
- 11 The New York Times, Sports (Tim Rohan): "A Young Athlete's World of Pain, and Where It Led", 22.6.2016; The Fox News (David B. Samadi): "Exploring the link between head injuries and suicide in athletes", 10.12.2014. Amerikkalaisen jalkapallon ja painin kaltaisista riskilajeista ks. Itkonen 1997, 8.
- 12 The New York Times, Sports (Tim Rohan): "A Young Athlete's World of Pain, and Where It Led", 22.6.2016; Itkonen 1997, 9.
- 13 BBC: "Ellie Soutter death: Father criticises pressure on athletes", 31.7.2018; Iltasanomat, Urheilu (Kari Räisänen): "10 vuoden takainen tragedia: Manuela Bosco yritti itsemurhaa - sisko pelasti", 10.2.2012.
- 14 YLE, Urheilu (Roope Visuri): "18-vuotiaan lumilautailutähden itsemurhan taustalla paineet toimeentulosta ja ehkä aivovammakin – nyt perheenisä tahtoo estää samanlaiset traagiset kohtalot: 'Tämä on ilkeä kierre'", 25.9.2018.
- 15 Fox Sports (Justin Ching): "Mental health issues a huge challenge for NCAA in regard to student-athletes", 8.10.2018.
- 16 Fox Sports (Justin Ching): "Mental health issues a huge challenge for NCAA in regard to student-athletes", 8.10.2018.
- 17 Keski-suomalainen: "Itsemurha, vankilatuomio, katoamistempu – näin elämä voi romahtaa dopingkäryn jälkeen", 27.8.2017.
- 18 Urheilu-uran loppumisesta: Roiko-Jokela 2019, Urheilun uhrin. Suomalainen liikuntakulttuuri -luento.
- 19 Miksi urheiluvilppiä voidaan pitää urheilunrakenteellisena tekijänä ks. Itkonen 1994, passim.
- 20 USA Today (Scott Gleeson & Erik Brady): "When athletes share their battles with mental illness", 30.8.2017.
- 21 Iltasanomat, Urheilu (Johanna Nordling): "Saksan maajoukkueolamari teki itsemurhan kahdeksan vuotta sitten – leski tekee työtä, jotta masennus ei olisi enää tabu", 15.11.2017; USA Today (Scott Gleeson & Erik Brady): "When athletes share their battles with mental illness", 30.8.2017; YLE, Urheilu (Roope Visuri): "18-vuotiaan lumilautailutähden itsemurhan taustalla paineet toimeentulosta ja ehkä aivovammakin – nyt perheenisä tahtoo estää samanlaiset traagiset kohtalot: 'Tämä on ilkeä kierre'", 25.9.2018. Urheiluvilpistä vaikeumista ks. Itkonen 1994, 11.