

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

Author(s): Harjunen, Hannele

Title: Kehoposiitivisuus : radikaalista yhteiskunnallisesta liikkeestä uusliberaalin terveyden tuottajaksi?

Year: 2023

Version: Published version

Copyright: © Harjunen 2023

Rights: CC BY 4.0

Rights url: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Please cite the original version:

Harjunen, H. (2023). Kehoposiitivisuus : radikaalista yhteiskunnallisesta liikkeestä uusliberaalin terveyden tuottajaksi?. In T. Eskelinen, E. Jokinen, & L. A. Rokkonen (Eds.), Tehostamisyhteiskunnan jäljet (pp. 35-56). Jyväskylän yliopisto. Sophi, 152. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9499-0>

3 Kehopositiivisuus: radikaalista yhteiskunnallisesta liikkeestä uusliberaalin terveyden tuottajaksi?

Hannele Harjunen

Lihavuusaktivismi on perustaltaan radikaali yhteiskunnallinen ja poliittinen liike, jonka keskiössä ovat lihavat ihmiset (Cooper 2016). 2010-luvulla lihavuusaktivismin globaaliksi ja näkyvimmäksi muodoksi on noussut niin kutsuttu kehopositiivisuusaate (engl. body positivity) (esim. Puhakka 2019). Kehopositiivisuusaatteen poliittinen perusta on lihavien ihmisten oikeuksien, tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden puolustamisessa ja edistämisessä.

Lihavuusaktivismiin ja siten myös kehopositiivisuusliikkeen keskeisenä lähtökohtana on ollut lihavan vartalon hyväksyttävyyden sellaisenaan ilman jatkuvaa painetta muutokseen (Cooper 2016; Puhakka 2019). Kehopositiivisuusajattelun mukaisesti vartalon hyväksyttävyyttä ei tarvitse ”ansaita”, esimerkiksi tietyllä normatiivisella ulkomuodolla, jatkuvalla kehonmuokkauksella, terveydellä tai tietyllä elämäntavalla. Kehopositiivisuuden ohjaavana periaatteena on ollut siten inklusiivisuus: kaikenkokoiset ihmiset ja vartalot ovat hyväksyttäviä ja ansaitsevat kunnioitettavaa kohtelua (esim. Puhakka 2019, 4).

Lihavan vartalon hyväksyttävyyttä korostavan liikkeen valtavirtaistumisen voisi ehkä tulkita olevan vastaliike yhtäältä lihavuuden ja lihavien ihmisten laajasti levinneelle stigmatisoinnille ja marginalisoinnille, joka vahvistui 2000-luvun alun niin kutsutun lihavuusepidemiadiskurssin myötä, mutta myös reaktio viime vuosikymmenien uusliberaalisti virityneelle tehokkuusajattelulle, joka on ulottunut myös käsityksiimme ruumiista (esim. Harjunen 2017). Liike, joka irtisanoutuu ruumiin normatiivisuuden ja etenkin sen jatkuvan muokkaamisen vaatimuksesta, edustaa joka tapauksessa merkittävää poikkeusta vallitsevassa ruumisdiskurssissa, sillä uusliberaalin ajan suhde ruumiiseen ei ole ollut salliva, päinvastoin. Uusliberaalissa kulttuurissa korostuu yksilön vastuu ja ruumiisiin kohdistuu tuottavuuden, tehokkuuden, suorittamisen ja näiden jatkuvan performoimisen vaatimukset, joiden saavuttaminen edellyttää monenlaista ruumiiseen kohdistuvaa kuria ja kontrollia (esim. Crawford 2006). Vastuullinen uusliberaali subjekti tarkkailee, mittaa ja työstää ruumistaan ja sen eri toimintoja herkeämättä. Useimmiten tämän itsensä monitoroinnin perusteena ja siinä onnistumisen mittarina käytetään terveyttä. Terveystä tai onnistuneesta normatiivisen terveyden ruumiillisesta esityksestä onkin tullut tätä nykyä keskeinen tehokkuuden, tuottavuuden ja velvollisuudentuntoisen kansalaisen merkki (Harjunen 2017).

Ruumiin koko, erityisesti lihavuus on ollut uusliberaalin ruumiinkontrollin keskeisimpiä kohteita. Tämä on näkynyt lihavuusepidemiadiskurssin osaltaan kiihdyttämänä lihavuuteen kohdistuvana globaalina moraalipaniikkina (Gard ja Wright 2005; Harjunen 2017). Lihavat ihmiset ovat yksilöinä ja ryhmänä tuomittu ja syyllistetty monenlaisista yhteiskunnallisista ongelmista, kuten terveydenhoidon aliresursoinnista, öljykriisistä ja ilmastonmuutoksesta (esim. Guthman ja DuPuis 2006; Harjunen 2017). On kuitenkin perusteltua väittää, että kyseiset ongelmat ovat pikemminkin uusliberaalin globaalin talouden aiheuttamia ja lihavat yksi sen hyväksikäyttämä ryhmä (esim. Guthman ja DuPuis 2006).

Uusliberaalin ruumiskulttuurin keskellä näyttää kehoposiitivisuusliikkeen edustamalle, sallivaa suhtautumista oman vartalon kokoon peräänkuuluttavalle ajattelulle ja liikkeelle tulleen sosiaalista tilausta myös laajemmin. Kehoposiitivisuusajattelun periaatteet eivät puhuttele tai koske vain lihavia ihmisiä, vaan ne ovat usein luonteeltaan universaa-

leja (esim. Puhakka 2020). Vaikka lihavuus ja lihavat ihmiset ovat olleet alkujaan kehopositiivisuusajattelun ytimessä, sen sanoma on yleisinhimillinen ja siihen samaistuvat monenlaiset ihmiset. Ulkonäköön ja erityisesti ruumiin kokoon liittyvät sosiaaliset paineet koskettavat kaiken kokoisia, myös normatiivisen kokoisia, ihmisiä. Tämä koskee eritoten naisia, joiden ulkonäköruumis ja käytös ovat olleet erityisen tarkkailun ja kontrollin kohteina (esim. Bordo 1993). Ruumiin hyväksyttävään kokoon, sen tavoitteluun tai kokemukseen siinä epäonnistumisesta liittyy paljon epävarmuutta, syyllisyyttä ja häpeää.

”Kehonegatiivisessa” ympäristössä eläminen on henkisesti ja fyysisesti kuluttavaa ja kuormittavaa (esim. Harjunen 2009), ja positiivinen ja arvostava suhde omaan kehoon on vaikea muodostaa. Ajatus ”kehonegatiivisuudesta” irrottautumisesta tarjoaa vapautusta jatkuvasta ruumiin muokkaamisen ja muuttumisen paineesta. Ehkä osaltaan tämän vuoksi kehopositiivisuusajattelun periaatteet on ollut helppo omaksua tai sulauttaa osaksi myös sellaista ajattelua ja toimintaa, joka ei täytä sen alkuperäisiä periaatteita tai ole edes niistä tietoisia. Näyttää siltä, että tätä nykyä lähes mitä tahansa ruumiiseen liittyvää tai ruumiillista toimintaa voidaan kutsua kehopositiiviseksi. Kehopositiivisuusaate ja puhe on tullut ”kaapatuksi” aivan toiseen käyttöön kuin mihin se on alkujaan tähännyt. Kehopositiivisuuden käsitettä käytetään yhä yleisemmin mediassa ja julkisessa keskustelussa jonkinlaisena yleisluontoisena iskusanana, jonka tulkinnat ovat etäänntyneet sen alkuperäisestä sosiaalisesta, yhteiskunnallisesta ja poliittisesta merkityksestä ja subjekteista eli lihavista ihmisistä ja ruumiista. Viime vuosina kehopositiivisuusaate on kaapattu yhä selvemmin myös kapitalististen markkinatalouden ja kulttuurin ja uusliberaalin postfeministisen kulttuurin käyttöön. Voisi jopa väittää, että käsitteenä siitä on tullut eräänlainen tyhjä tai kelluva merkitys (engl. empty signifier, floating signifier), siten että sen merkitykset vaihtelevat suurestikin puhujien aseman, kontekstin ja sille asetettujen tavoitteiden mukaan.

Tässä artikkelissa tarkastelen kehopositiivisuuskäsitteen esiintuloa, tulkintoja ja käyttöä julkisessa keskustelussa. Vaikka keskustelu kehopositiivisuusliikkeestä, kehopositiivisuuskäsitteen käytöstä ja muutoksesta on kansainvälinen, tässä artikkelissa keskityn erityisesti suomalaiseen 2010 ja -20-luvun kontekstiin. Intressini on kehopositiivisuuskäsit-

teen diskursiivinen tarkastelu diskurssin käsitteen Foucaultlaisessa mielessä. Olen kiinnostunut siitä, kuinka diskurssit tuottavat todellisuutta, ovat itsessään vallan tuotetta ja tuottavat tiettyjä valtapositiioita (Foucault 1990, 100–101). Olen erityisen kiinnostunut kehopositiivisuus-käsitteen tietynlaisesta ”kaappaamisesta” ja käytöstä tavalla, joka pyrkii muuntamaan tai siirtämään käsitteen merkitystä sen alkuperäisestä merkityksestä jonkun toisen tulkinnan eduksi. Erityisesti kehopositiivisuuden viesti lihavan ruumiin hyväksyttävyydestä on ollut diskursiivisesti tulilinjalla. Väitän, että usein kehopositiivisuusdiskurssia uudelleen tulkinnallaan muuntamaan pyrkivät tahot siirtävät sitä suuntaan, joka tukee niin kutsuttua uusliberaalia terveystietoa (engl. healthism), lääketieteellistä lihavuusdiskurssia ja rakentaa ”uusliberaalia” sukupuolittunutta ruumisihannetta (Harjunen 2017a ja Harjunen 2017b).

Temaattisesti olen tässä artikkelissa kiinnostunut kehopositiivisuuskäsitteen merkityksistä suomalaisessa mediakeskustelussa, käsitteen depolitisoitumisesta ja muuntautumisesta erityisestä yleiseksi käsitteeksi sekä näiden kehityskulkujen seurauksista erityisesti lihavan subjektin ja lihavuusaktiivisuuden näkökulmasta. Lisäksi tarkastelen kaupallistuneen kehopositiivisuusliikkeen ja -käsitteen käyttöä osana postfeminististä, uusliberaalia ulkonäkökulttuuria ja siten myös osana sukupuolittuneiden ulkonäkönormien tuottamista ja ylläpitoa (esim. Gill 2007). Taustoitoin aluksi lihavuusaktiivisuuden ja kehopositiivisuusliikkeen alkuperää. Tämän jälkeen etenen esittelemään suomalaista keskustelua kehopositiivisuudesta. Käytän esimerkkeinä keskustelusta muutamia vilkasta keskustelua aiheesta herättäneitä kolumneja ja haastatteluita, kuten Pippa Laukan Helsingin sanomissa kesällä 2018 ilmestynyttä kolumnia ja fitness-valmentaja Martina Aitolehden haastattelua Iltasanomissa vuonna 2021. Sekä Laukka että Aitolehti ovat tunnettuja terveys- ja hyvinvointialan toimijoita Suomessa. Artikkelin loppupuolella tarkastelen kehopositiivisuuskäsitteen markkinoistumista, kaupallista käyttöä ja sen seurauksia.

Kehopositiivisuusliikkeen ja -käsitteen tausta

Kehopositiivisuusliikkeen ja -ajattelun juuret ovat lihavuusaktiivisissa, jonka synty ajoitetaan tavallisesti 1960-luvun Yhdysvaltojen länsiranni-

kolle. Se on yksi yhteiskunnallisen murroskauden liikkeistä, mutta niistä ehkä heikoimmin tunnettu. Yhdysvaltojen ensimmäinen valtakunnallinen ja edelleen merkittävin lihavuusjärjestö NAAFA¹ perustettiin ajamaan lihaviiden amerikkalaisten oikeuksia vuonna 1969. NAAFA:lla on selkeitä poliittisia tavoitteita. Se toimii etujärjestönä ja työskentelee esimerkiksi lihaviiden aseman ja oikeuksien parantamiseksi terveydenhoidossa ja työelämässä (esim. Cooper 2016). Yhdysvaltojen yksityisiin sairausvakuutuksiin perustavassa terveydenhoitojärjestelmässä paino on usein peruste terveysvakuutuksen epämiselle. Lihavat ihmiset ovat olleet siellä esimerkiksi tämän vuoksi terveydenhoidon suhteen erityisen haavoittuvassa asemassa.

2000-luvun alussa Yhdysvalloissa perustettiin uusi kansallisen tason järjestö *The Association for Size Diversity and Health* (ASDAH)², jonka fokuksessa on erityisesti painon ja terveyden suhde. Se on jäsenistöltään kansainvälinen ja ajattelu perustaa käsitykseen painon ja koon moninaisuudesta (engl. size diversity) ja niin kutsuttuun Health At Every Size (HAES) -ajatteluun. Health at every size (HAES)-ajattelu korostaa painokeskeisyyden sijaan terveyskeskeistä ajattelua. Terveyttä ei sidota tiettyyn kokoon tai painoon. HAES-ajattelu pyrkii eroon ajattelusta laihduttamisesta terveyden ehtona tai terveyttä edistävänä toimintana ja kannustaa ihmisiä hoitamaan terveyttä sellaisena kuin on omien kykujensä ja mahdollisuuksiensa mukaan. ASDAH tähtää toiminnassaan painokeskeisen terveyspolitiikan purkamiseen. Se pyrkii toimimaan yhdessä kouluttajien, palveluntuottajien ja järjestökentän kanssa ja toimii erityisesti moniperustaisen syrjinnän poistamiseksi (ASDAH 2022).

Lihavuusaktiivisuuden yhteydessä on käytetty pitkään termiä fat acceptance, ”lihavuuden hyväksyminen”, jolle ei ole ollut vakiintunutta suomenkielistä käännöstä. Tämä kertonee siitä, että Suomessa vastaavaa näkyvää liikettä ei ole ollut, eikä siten myöskään käytännöllistä tarvetta käsitteenmuodostukselle. Suomeen lihavuusaktiivisuus laajemmassa mitakaavassa tuli varsin myöhään, 2010-luvun jälkipuoliskolla, ja nimenomaan kehopositiivisuusliikkeen myötä. Tämän vuoksi suomalaiset

1 NAAFA oli alkujaan lyhenne sanoista *National Association to Aid Fat Americans*. Nykyään järjestö on nimeltään *National Association to Advance Fat Acceptance*. <https://naafa.org/>

2 Association for Size Diversity and Health <https://asdah.org/>

lihavuusaktivistit kutsuvat itseään usein kehopositiivisuusaktivisteiksi (Puhakka 2019), mikä kehopositiivisuuden käsitteeseen liittyvän monimerkityksisyyden vuoksi voi osaltaan aiheuttaa sekaannusta.

Kehopositiivisuus on siis terminä uudempi kuin 'fat acceptance'. Käsitteenä kehoon liittyvä positiivisuus voidaan jäljittää myös Connie Sobczakin ja Elizabeth Scottin vuonna 1996 perustamaan verkkosivuuksiin Thebodypositive³, jonka tavoite on edistää myönteistä kehonkuvaa muun muassa koulutuksen ja yhteiskunnallisen vaikuttamisen keinoin. The Body Positive -yhteisö on osa kehoon liittyvää keskustelua, mutta sitä ei tavallisesti pidetä osana poliittista kehopositiivisuusliikettä, jonka katsotaan yleisesti nousseen 2010-luvulla.

Edellä mainitun verkkosivun kanssa samanaikaisesti kehopositiivisuudesta alettiin puhua myös mustien amerikkalaisten lihavuusaktivistien keskuudessa. Tämä liitetään samoihin aikoihin voimakkaasti nousseeseen feministiseen keskusteluun intersektionaalisuudesta, jota käytiin ja käydään edelleen lihavuusaktivismiliikkeen sisällä. Sukupuoli on ruumiin ulkonäkönormien suhteen ollut keskeinen tekijä, vaikka lihavuuteen ja ruumiin koon variaatioon liittyvä keskustelu ei olekaan ollut feministisen liikkeen, -keskustelun tai -tutkimuksen valtavirtaa (esim. Harjunen 2017a).

Monitieteisen tai kriittisen lihavuustutkimuksen (engl. fat studies tai critical fat studies) ja niin kutsutun kehopositiivisuusliikkeen nousu ovat merkkejä siitä, että ruumiin koolla nähdään olevan syvälinen merkitys niin yksilön kuin laajemmin yhteiskunnan näkökulmasta. Molempien esiinnousu liittyy niin kutsutun kolmannen aallon feministisen liikkeen osaltaan esiin nostamiin identiteettipoliittikan ja intersektionaalisuuden kysymyksiin.

Lihavuus on ilmiönä ja kokemuksena aina intersektionaalinen. Lihavuuden kokemukseen vaikuttavat esimerkiksi sukupuoli, seksuaalinen suuntaus, etninen tausta ja terveydentila. Sama pätee myös lihavuuden stigman kokemukseen. Sukupuolen lisäksi merkittäviä lihavuussyrjintään liittyviä tekijöitä ovat Cooperin (2019) mukaan esimerkiksi homofobia, rasismi, ableismi ja luokkaan liittyvät ennakkoluulot. Lihavuusaktivismi ja siitä noussut akateeminen suuntaus monitieteinen lihavuustutkimus ovat kytköksissä intersektionaaliseen feminismiin ja esimerkiksi vam-

3 The Body Positive <https://thebodypositive.org/>

mais-, trans-, queer- ja antirasistisiin liikkeisiin ja -tutkimukseen. Näitä ei voi sivuuttaa, kun tutkitaan lihavuutta tai sen sosiaalisia vaikutuksia, sillä lihavuuden on todettu vahvistavan muiden marginalisoitujen ryhmien tai sosiaalisten stigmojen vaikutusta (esim. Hearndon 2005; Kwan 2010). Niin perinteisen lihavuusaktivismiin kuin kehoposiitiivisuuden liikkeenä tulisi olla intersektionaalisia, mutta molempia on myös arvosteltu valkoisten pienikokoisempien⁴ lihaviin naisten kokemuksen ensisijaistamisesta ja esimerkiksi rodullistettujen tai trans-sukupuolisen lihaviin kokemusten sivuuttamisesta (Puhakka 2019, 22; Rashwatar 2019). Myös Suomen kontekstissa esimerkiksi rodullisten lihaviin naisten kokemukset ovat olleet vähemmän esillä, kuten Puhakka (2020) on huomauttanut.

Keskustelu kehoposiitiivisuudesta Suomessa

Kehoposiitiivisuuden käsite ilmestyi suomalaiseen julkiseen keskusteluun 2010-luvun puolivälin tienoilla. Google trends -haun mukaan ensimmäiset merkinnät mediasta löytyvät alkuvuodesta 2016. Käsitettä oli toki käytetty aiemminkin, mutta silloin lähinnä lihavuus- ja kehoposiitiivisuusaktivistien ja akateemisissa keskusteluissa. Kotimaisten kielten keskuksen sanatietokantaan kehoposiitiivisuus poimittiin vuonna 2017, jossa sen varsin lyhytsanainen määritelmä on ”myönteinen, arvostava suhtautuminen kaikenlaisiin vartaloihin” (KOTUS 2017). Käsitteen alkuperäisestä kytköksestä lihavuuteen tai vartalon kokoon ei ole mainintaa. Kehoposiitiivisuuskäsitteen merkittävimpiä suomalaisia popula-

4 Lihavat ihmiset ovat monen kokoisia ja syrjintä kohdistuu erityisen voimakkaasti suurempikokoisiin lihaviin ihmisiin (esim. Harjunen 2019). ”Pienillä lihavilla” viitataan niihin lihaviin, jotka ovat suhteellisen lähellä normatiivista vartalon kokoa ja pystyvät esimerkiksi ostamaan vaatteita tavallisista liikkeistä. Lihavuusaktivistit usein luokittelevat lihavuutta koon ja sen sosiaalisten vaikutusten perusteella pieniin (small), keskikokoisiin (mid-fat) ja superkokoisiin (superfat). Viime aikoina aktivistien parissa on yleistynyt termi ”infinifat” käyttö viitatessa lihaviin, jotka ovat suurempia kuin amerikkalainen vaatekoko 32 (suomalainen koko 62) (esim. Evans 2020).

risoijia lienee YLE:n toimittaja Jenny Lehtinen, joka on vuodesta 2016 alkaen käsitellyt lihavuutta, lihavuusaktivismia ja kehopositiivisuutta kolmessa suosituissa televisio-ohjelmassaan: Jenny ja Läskimyytinmurajat, Vaakakapina ja Jenny+ sekä kirjassa *Vaakakapina – Lopeta laihdutus, aloita elämä*. Kaikkien näiden ohjelmien ohessa toimivat myös suosittu verkko- ja sosiaalisen median alustat, joilla on ollut runsaasti käyttäjiä ja merkittävä rooli kehopositiivisuusajattelun popularisoinnissa Suomessa. Osa näistä alustoista on edelleen toiminnassa. Kaksi ensin mainittua ohjelmaa keskittyi lihavuus- ja painokysymyksiin. Jenny+-ohjelmassa käsiteltiin myös muita naisten itsetuntemukseen ja hyvinvointiin liittyviä aiheita. Lehtisen ohjelmien ohella lukuisat kehopositiivisuusaktivistit kuten Javiera Marchant Aedo, Minnaleena Jaakkola tai Pehmeä-kollektiivin Caroline Suinner ja Meriam Trebalsi ovat tehneet kehopositiivisuutta tutuksi mediassa, omilla alustoillaan sekä aktivistitaapahtumissa. Raisa Omaheimon vuonna 2016 Teatteri Takomossa esillä ollut Läski-monologi oli myös merkittävä kehopositiivisuuskeskustelun herättäjä Suomessa.

Kehopositiivisuuden käsite on valtavirtaistunut Suomessakin nopeasti ja siinä määrin, että sitä käytetään tätä nykyä usein varsin yleiskäsitteenomaisesti. Käyttö on jo niin huoleton, että lähes mitä tahansa ruumiiseen liittyvää myönteiseksi tai voimauttavaksi jollain kriteereillä luettavaa ajattelua tai toimintaa voi nähdä kutsuttavan kehopositiiviseksi. Lihavuusaktivismista kehopositiivisuusajatteluun periytynyt lihavuuden ymmärtäminen yhteiskunnallisena ja poliittisena ilmiönä ja ihmisoikeusliikkeenä näyttää laimenneen ja konteksteissa, jotka eivät ole suoraan yhteydessä aktivismiin, se on kadonnut jopa näkymättömiin. Kehopositiivisuusliikkeen alkuperän ja sanoman huomioon ottaen, ristiriitaista kyllä, jopa tavoitteellisesta laihduttamisesta voidaan puhua kehopositiivisena toimintana tai sitten kehopositiivisuusaatteeseen itseensä halutaan sisällyttää laihduttaminen.

Yleisenä hyvinvointiin tai ruumiin kuvaan liittyvänä käsitteenä kehopositiivisuudesta puhuvat etenkin naispuoliset sosiaalisen median ja muiden hyvinvointi-, ravitsemus- ja fitness-alan vaikuttajat eli influencersit verkko- ja somealustoilla. Tosin laihduttamisen sijaan nykytrendin mukaisesti puhutaan pikemminkin yleisestä hyvinvoinnista, elämäntaparemonteista tai -muutoksesta ja voimaantumisesta. Nämä käsitteva-

linnat korostavat ainakin näennäisesti yksilön toimijuutta ja aktiivista valintaa ja sopivat siten hyvin sukupuolittuneeseen uusliberaalin ruumiinkulttuuriin ja -eetokseen (esim. Harjunen 2017a ja 2017b).

Julkislääkäri ja fitness-valmentaja kehoposiitiivisuusaatetta kaappaamassa

Useimmat julkisuudessa kehoposiitiivisuudesta lausuntoja antavat henkilöt, jotka eivät ole itse aktivisteja tai osa liikettä, eivät selvästikään tunne liikkeen historiaa tai tavoitteita, tai he tuntevat niitä hyvin pinnallisesti mediasta poimittujen tietojen perusteella. Luultavasti osaltaan tämän vuoksi siitä esitetään usein virheellisiä ja selviin väärinymmärryksiin perustuvia tulkintoja. Kehoposiitiivisuusaktivistien pyrkimys esittää lihavuus yhtenä ruumiillisen variaation muotona ja lihaviiden ihmisten kunnioittavan kohtelun vaatiminen ymmärretään toistuvasti, ja toisinaan myös ehkä tahallisesti, väärin.

Osa kehoposiitiivisuudesta julkisuudessa puhuvista suhtautuu avoimen kielteisesti tai jopa vihamielisesti kehoposiitiivisuuden ideaan tai asettaa sille tiettyjä ehtoja, jotka ovat usein suoraan aatteen hengen vastaisia. Useimmiten nämä ehdot liittyvät terveyteen tai ruumiin koon asteeseen. Lihavuuden voidaan esimerkiksi katsoa olevan hyväksyttävää tiettyyn kokoon saakka, joka yleensä määritellään ruumiin kokoon oletettavasti liitettyjen terveyshaittojen yleisyyteen nähden. Yksi tavallisin julkisuudessa esitetty kritiikki kehoposiitiivisuutta kohtaan on, että se tarkoittaa lihavuuden ihannointia, lihavuuden terveysvaikutusten sivuuttamista tai lihavuuden ja lihaviiden ihmisten ”hyssyttelyä”. Tämän kaltaisen näkemysten esittäjistä on hyvä esimerkki julkislääkäri Pippa Laukka, joka on tuttu muun muassa MTV 3-kanavalla esitettävän laihdutusohjelman *Olet mitä syöt* asiantuntijana. Laukka on ottanut kärkekkäästi kantaa kehoposiitiivisuuteen moneen otteeseen julkisuudessa, kuten esimerkiksi Helsingin Sanomissa heinäkuussa 2018 julkaistussa kolumnissaan. Kolumni oli otsikoitu ronskisti: *Kehoposiitiivisuusilmiössä on paljon samaa ehdottomuutta kuin aikanaan kieltolaissa* (Laukka 2018). Laukan kolumnin innoittamana Helsingin sanomien mielipidekirjoituspöytäkirjalla käytiin aiheesta vilkasta keskustelua heinä-elokuun ajan.

Sonja Kokko on kirjoittanut tästä keskustelusta tarkemmin opinnäytetyössään (Kokko 2018). Osallistuin itsekin tähän keskusteluun mielipidekirjoituksella (Harjunen 2018).

Laukka kirjoitti kolumnissaan kehopositiivisuusaatteesta seuraavaan tapaan:

”Kehopositiivisuusaatteessa on paljon hyvää, mutta myös pulma. Kehopositiivisuusliikkeessä on paljon samaa ehdottomuutta kuin aikoinaan päänvaivaa aiheuttaneessa kieltolaissa, jossa alkoholin olemassaolo yritettiin keinotekoisesti pyyhkiä pois. On huolestuttavaa, jos terveydenhuollossa lääkärit eivät enää uskalla ottaa painoa puheeksi tai se on korkeintaan salamyhkäistä hyssyttelyä. Minkälainen kiertotie jää potilasta hoitavalle lääkärille, jos sairauksien kannalta yhdestä keskeisimmästä riskitekijästä ei saa puhua”. (Laukka 2018).

Laukan mukaan kehopositiivisuus pyrkii vähättelemään lihavuuden terveysvaikutuksia ja epäilee, että kehopositiivisuusajattelu estää lääkäreitä puhumasta painosta potilaidensa kanssa. Laukan käsitykset perustuvat väärinymmärrykseen siitä mikä on kehopositiivisuusajattelun ydin tai tavoite. Kehopositiivisuus ei tarkoita, että lihavuudesta tai painosta ei saisi puhua, vaan huomio kiinnitetään siihen, miten ja missä yhteydessä siitä puhutaan. Lihavilla ihmisillä on usein negatiivisia kokemuksia kohtaamisista lääketieteen edustajien kanssa (esim. Harjunen 2009). Lihavien ihmisten kokemukset terveydenhoidosta eivät myöskään tue väitettä, että lääkärit eivät uskaltaisi puhua asiakkailleen painosta. Lääkärikunnan ja terveydenhuoltohenkilökunnan olisi pikemminkin hyvä tiedostaa lihavuuden stigman vaikutukset esimerkiksi heidän omiin käsityksiinsä lihavuudesta ja lihavista ihmisistä ja miten se vaikuttaa heidän työskentelynsä heidän kanssaan. Nämä ennakkoluulot näkyvät esimerkiksi siten, että lihavien kaikkien terveyshuolien oletetaan johtuvan painosta ja heidän vakavatkin terveyshuolensa sivuutetaan, kun keskitytään vain painoon. Moni kokee, että ei ole tullut kuulluksi. Monet lihavat välttelevät lääkäriä, koska pelkäävät mahdollista asiatonta painoon liittyvää kommentointia (esim. Harjunen 2009).

Kehopositiivisuuden ideana on kaikenlaisten vartaloiden hyväksynnän ja kunnioituksen varauksettomuus. Laukka näkee tämän ehdot-

tomuutena ja korostaa yksilön velvollisuuksia, terveyttä tai terveyden tekemistä kehopositiivisuuden ehtona.

”Siellä missä on oikeuksia, on myös velvollisuuksia. Jokaisella on oikeus olla sellainen kuin haluaa, mutta myös velvollisuus kantaa oma vastuunsa terveydestään. Lihavuutta ei pidä ajatella ensisijaisesti ulkonäkökysymyksenä, jollaisen länsimainen kulttuuri, muoti ja mainokset ovat siitä tehneet, vaan ylipaino on pohjimmiltaan terveystekijä. Terveydenhuollossa painorauha tulee unohtaa. Jos lääkäri ottaa puheeksi painon, hän ei tee sitä ulkonäön, vaan potilaan hyvinvoinnin vuoksi. Lääkäreiden pitää ottaa paino puheeksi ilman syyllistämistä”. (Laukka 2018).

Uusliberaalin ajattelun hallitseman yhteiskunnan päämääränä on yksilö, joka ilmentää sen eetosta olemalla kontrolloitu, tehokas, itseohjautuva, vastuullinen ja niin sanottuja hyviä valintoja tekevä yksilö. Laukka näkee terveyden uusliberaalille terveysajattelulle tyypillisesti yhtäältä yksilön valintana ja toisaalta tämän velvollisuutena. Kun terveys nähdään lähinnä yksilön omana ansiona ja vastuuna (esim. Crawford 1980 ja 2006), terveyden oletetaan olevan tulosta lähinnä yksilön henkilökohtaisesta toiminnasta ja oikeista elämäntapavalinnoista. Terveys yksilön velvollisuutena –ajattelun ytimessä on käsitys, että yksilön velvollisuus on olla tuottava ja yhteiskunnalle ”halpa”. Yksilön on pidettävä itse huolta tästä tuottavuudesta esimerkiksi panostamalla terveystensä tai vähintäänkin performoimalla terveyttä normatiivisella tavalla. Hoikan tai normatiivisen vartalon tavoittelussa kuten kehopositiivisuudessaakaan ei ole siis kyse vain ulkonäöstä vaan myös laajemmin oletuksista, joita tehdään yksilön ulkomuodon perusteella. Lihavuuden oletetaan kertovan terveyden laiminlyömisestä ja rikkovan tätä terveyden, vastuullisuuden ja terveellisten valintojen normia (Harjunen 2017a).

Laukka vahvisti vielä kolumninsa viestiä twiittaamalla aiheesta omalla Twitter-tilillään 31.7.2018: ”Itsensä kanssa sinut oleminen on hieno asia. Kehopositiivisuus on hyvä asia, mutta ei terveyden kustannuksella.”

Tämä ehdollisuus näyttää kertovan, että Laukan ajattelussa kehopositiivisuus ei ole tarkoitettu kaikille, vaan vain niille, jotka jo ovat terveitä tai pyrkivät vähintäänkin performoimaan normatiivista käsitystä ter-

veestä ruumiista hyväksyttävällä tavalla. Tämän terveen ruumiillisuuden performanssin keskeinen tekijä on vartalon koko ja erityisesti sen hoikkuus. Tämä on ristiriitaista, sillä kehopositiivisuusajattelu tähtää mahdollisuuteen luopua vaikkapa vahingoittavista painoon liittyvistä käytännöistä, pakkomielleistä, itseinhosta ja niin edelleen, jotka ovat usein esimerkiksi erilaisten syömishäiriöiden taustalla. Lihavuuden stigman vaikutusten on osoitettu olevan niin henkiset, fyysiset kuin sosiaaliset (esim. Tomiyama 2014). Kehopositiivisuusajattelun voisi näin pikemminkin katsoa edistävän ihmisten toiminnallisuutta, kohottavan ruumiillista itsetuntoa ja näin usein myös terveyttä kuin vahingoittavan sitä. Tyypillistä tässä kehopositiivisuutta kritisoivassa keskustelussa onkin, että kehopositiivisuusajattelun yksilön mielenterveyttä ja elämänlaatua mahdollisesti kohentava vaikutus jätetään huomiotta.

Laukka, kuten moni lihavuuden lääketieteellistä paradigmaa edustava taho, näkee lihavuuden hoidon erillisenä kulttuurista tai yhteiskunnasta. Lihavuutta ei voi kuitenkaan käsitellä tai hoitaa irrallaan ympäröivästä yhteiskunnasta. Kun kehopositiivisuusajattelu yritetään ajaa tähän lääketieteelliseen kehykseen ottamatta huomioon tai jopa kieltämällä lihavuuden yhteiskunnallisten tekijöiden vaikutukset myös lihavuuden hoitoon tai lääkäreiden asenteisiin, kyse on lihavuuden stigman syvästä ymmärtämättömyydestä. On selvää, että lääketieteellinen käsitys lihavuudesta hoidettavana sairautena ei aina kohtaa lihavan ihmisen monitahoisen kokemusmaailman kanssa. Painoon, lihavuuteen ja lihavana elämiseen on latautunut niin paljon sosiaalisia paineita, odotuksia ja tunteita, että painosta puhuminen vain mittaustuloksena tai fyysisenä hoidettavana tilana on väistämättä yksinkertaistavaa ja usein myös vahingoittavaa.

Juuri terveydenhuollon henkilökunnan tulisi olla tietoisia paitsi lihavuuden stigman ja sen vaikutuksista lihaviin ihmisten elämään, myös heidän omasta ajattelustaan ja käytöksestään lihavia ihmisiä kohdatessa. Tämän tietoisuuden tulisi ohjata heidän työskentelyään lihaviin ihmisten kanssa. Kun lihava ihminen jatkuvasti törmää arjessaan erilaiseen painoon ja kokoon liittyvään tölvintään, painostukseen ja syrjintään, sanoissaan varmaton tai laihduttamista ratkaisuna ongelmaan kuin ongelmaan ehdottava lääkäri näyttäytyy helposti osana tätä jatkumoa. Kyse ei ole siitä, etteikö lääkäri saisi tehdä työtään ja kysyä painon mer-

kityksestä potilaan elämässä. Lääkäri on juuri se henkilö, jonka kanssa pitäisi voida turvallisesti puhua painosta, mutta niin kauan kuin terveydenhuollon henkilökuntaan kuuluva lähestyy (tietoisesti tai tiedostamattaan) lihavuutta moraalikysymyksenä, henkilökohtaisena ja itse aiheutettuna ongelmana, luonnevikana, ja oletettuna merkinä huonoista elämäntapavalinnoista, lihavuudesta on vaikea keskustella asiallisesti. Puhumattakaan siitä, että todellista konkreettista apua kuten ravitsemusneuvontaa on vain harvoin tarjota.

Kuten Laukan esimerkki osoittaa, kehopositiivisuudesta keskustelijat eivät välttämättä tunne kehopositiivisuusajattelun alkuperää tai se on ymmärretty lähtökohdiltaan väärin ja tätä väärin ymmärrystä perustellaan terveydellä. Toinen esimerkki on tunnetun suomalaisen mediapersoonan ja fitness-vaikuttajan Martina Aitolehden kommentit kehopositiivisuudesta Ilta-Sanomissa tammikuussa 2021.

”Kehopositiivisuus on alun perin ollut hyvä juttu. Viesti siitä, että kunnioittaa ja rakastaa omaa kehoaan on se sitten, millainen tahansa, on tärkeä. Kyllähän fakta kuitenkin on se, että lihavuus on monien sairauksien aiheuttaja, Martina sanoo ja jatkaa: Mielestäni se, että sanotaan, että on ok olla lihava, niin se ei ole ok. Tuossa kohtaa kehopositiivisuusviesti on mennyt metsään.

Ylipainoisia ihmisiä Martina kannustaa laihduttamaan myönteisen ajatusmaailman kautta. Ei laihdutusta tietenkään pidä tehdä sitä kautta, että inhoaa itseään ja omaa kehoaan. Ei tarvitse myöskään olla langanlaiha ja sixpack näkyvissä, mutta tietyt terveystandardit on hyvä olla olemassa”. (Hurmas 2021).

Aitolehden haastattelussa erityistä huomiota kiinnittää, että hän harmittelee sitä, että lihavuus on ikään kuin jälkikäteen liitetty kehopositiivisuuskeskusteluun. On selvää, että Aitolehti ei tiedä kehopositiivisuusajattelun alkuperää, eikä selvästi myöskään ymmärrä sen ideaa. Toisin kuin Aitolehti näkee, kehopositiivisuuden idea nimenomaan on, että ”on ok olla lihava” ja omaa tai muiden hyväksyntää ei tarvitse ansaita laihduttamalla tai muokkaamalla vartaloa tietyn näköiseksi.

Niin Laukan kuin Aitolehden näkemyksissä kehopositiivisuus ymmärretään olevan jonkinlainen yleistermi itsensä hyväksymiselle ja

rakastamiselle. Sen sosiaalista tai poliittista ulottuvuutta ei hahmoteta. Molempien käsitys kehopositiivisuudesta on ehdollinen: kehopositiivisuus on hyvä asia, mutta sen ehtona on vartalon koon perusteella mitattava terveys. Kehopositiivisuus nähdään inklusiivisuuden sijaan eksklusiivisuuden kautta: se on sallittu vain tietyin näköisille ja kokoisille ihmisille.

Laukan ja Aitolehden näkemykset heijastavat puhetapaa, jota Sonja Kokko⁵ (2018) on kutsunut lihavuus- ja kehopositiivisuuskeskustelun lääketieteelliseksi diskurssiksi. Lihavuus nähdään pääasiassa traditionaalisen lääketieteellisen linssin läpi sairautena, korjattavana ongelmana ja riskinä. Lääketieteellisen lihavuusdiskurssin omaksuneet tahot pyrkivät sovittamaan kehopositiivisuuden ideaa yhteyteen, jonka kanssa se on lähtökohtaisesti ristiriidassa, kehopositiivisuus kun on alkujaan syntynyt vastadiskurssiksi vallitsevalla lihavuuden sairautena ymmärtävälle diskurssille. Tämä yhteen sovittamisen tarve taas nousee siitä, että lääketieteellisen lihavuusparadigman edustajatkään eivät enää pysty täysin sivuuttamaan lihavuuden sosiaalisen stigman merkitystä esimerkiksi ihmisen psykologiselle ja fyysiselle terveydelle. Esimerkiksi Laukan ja Aitolehden käsityksissä kehopositiivisuudesta psykologinen ja sosiaalinen kuormitus, jota lihavuuden stigman on todettu aiheuttavan, näyttäytyy alistaiseina fyysiselle terveydelle tai vähintään sen performanssille, jota mitataan normatiivisella painolla. Näyttää siltä, että kehopositiivisuusajattelun elintärkeä itsetuntoa kohottava ja voimaannuttava merkitys lihaville ihmisille sivuutetaan ja jää ymmärtämättä.

Pippa Laukka on myöhemmin jatkanut keskustelua kehopositiivisuudesta julkisuudessa. Vuosi Helsingin sanomien kolumnin julkaisun jälkeen Laukka perää terveyden ja laihduttamisen sisällyttämistä kehopositiivisuusajatteluun Kotiliesi-aikakauslehden haastattelussa:

”(...) ajattelen, että tarvittaisiin kehopositiivisuuden versio 2.0, joka korostaisi terveyttä. Nyt moni ajattelee, että kehopositiivisuus on vain

5 Sonja Kokko (2018) tutki opinnäytetyössään kesällä 2018 käytyä lihavuus- ja kehopositiivisuuskeskustelua. Kokko identifioi keskustelusta kolme diskurssia: lääketieteellisen diskurssin, joka käsittelee lihavuutta sairautena, kriittisen diskurssin, joka pyrkii laajentamaan tätä käsitystä ja muutoksen diskurssin, joka sijoittuu aatteellisesti kahden edellä mainitun välille.

ylipainoisten aate, vaikka sen pitäisi kuulua kaikille. On myös tärkeää painottaa, että ihmisellä on oikeus saada apua lihomiseen, mikäli hän sitä haluaa. Kehopositiivisuutta voi kannattaa, vaikka haluaisi laihtua. Kehopositiivisuus ja terveys eivät ole toisiaan poissulkevia asioita”. (Lehtinen 2019.)

Laukka yhtäältä näyttää ymmärtävän, että kehopositiivisuus on aatteenä tärkeä lihaville ihmisille, mutta haluaa kuitenkin toisaalta muuttaa sen sisältöä ja viedä sitä yleiseen suuntaan, jota voi lähinnä kuvailla ei-kehopositiiviseksi. Ristiriitaista kyllä, Laukka haluaa liittää kehopositiivisuusajatteluun mukaan juuri sen elementin, jota kehopositiivisuusliike alkuaan kritisoi ja joka on sen keskeinen lähtökohta, eli paineen ja vaatimuksen vartalon muuttamisesta laihduttamalla. Kehopositiivisuus ja terveys eivät ole tosiaan poissulkevia tekijöitä, kuten Laukka toteaa, mutta Laukan käsitys terveydestä näyttää olevan varsin painokeskeinen. Lihavat ihmiset ovat yleensä laihduttaneet elämänsä aikana kymmeniä tai satoja kiloja. Tiedetään myös hyvin, että hyvin harva onnistuu laihduttamisessa siten, että laihdutustulokset olisivat pysyviä (esim. Hall & Kahan 2018; Sarlio-Lähteenkorva 1999). Laihdutuksen epäonnistumisprosentin arvioidaan olevan laskutavasta riippuen 80–95 %. Lisäksi niin kutsutun jojo-laihduttamisen tiedetään senkin olevan terveydelle haitallista (Tomiyama 2014). Lihavien ihmisten terveyttä voisi edistää myös muilla keinoin. Tämä on esimerkiksi niin kutsutun HAES-ajattelun (Health at every size) idea, joka usein yhdistetään kehopositiivisuusajatteluun. Ideana on, että ihmiset voisivat keskittyä painonsa sijaan terveyteensä, kuten esimerkiksi ravitsemuksensa, kestävyytensä, voimansa tai liikkuvuutensa edistämiseen ilman painetta laihtua, paino kun on vain yksi osa ihmisen terveyttä.

Tulkitsen, että lihavuuden medikalisaatio, lihavuuden vahva sosiaalinen stigma ja kulttuuriset lihavuusfobiset käsitykset näkyvät näissä käsityksissä kehopositiivisuudesta. Tässä mielessä kehopositiivisuusliikkeen valtavirtaistuminen ja sen mukanaan tuoma näkyvyys ja julkinen keskustelu lihavista ruumiista on osoittanut konkreettisesti sekä lihavuuskeskustelun rajat että lihavien ihmisten oletetun aseman yhteiskunnassa ja vartaloiden hyväksyttävyyden hierarkiassa.

Poliittisesta liikkeestä markkinoinnin ja sukupuolittuneiden ulkonäkönormien välineeksi

Kehopositiivisuusajattelun valtavirtaistumisen ja popularisoitumisen myötä lihavuusaktivismi näyttää jäävän yhä useammin taustalle tai kehopositiivisuutta tulkitaan irrallaan alkuperäisestä ideastaan. Tämän seurauksena kehopositiivisuudeksi näkee nykyään nimettävän monenlaista toimintaa, jolla katsotaan olevan mahdollinen henkisesti, sosiaalisesti ja ruumiillisesti voimauttava tai hyvinvointia lisäävä vaikutus.

Jos kehopositiivisuutta ajattelee väljästi aatteena, joka korostaa salivaa ja myönteistä suhdetta omaan ruumiiseen, on selvää, että kaikki tarvitsevat kehopositiivisuutta. Ruumiin koon normittava kontrolli on kaikkialla ja etenkin naisvartalot ovat jatkuvan tarkkailun ja arvioinnin kohteena. Ruumiin kokoon liittyvä vallankäyttö ei kohdistu vain lihaviin tai sukupuoleltaan naisruumiisiin. On kuitenkin syytä muistaa, että lihavat ihmiset ovat sosiaalisen syrjinnän kohteita, josta on heille todellista haittaa esimerkiksi työelämässä, terveydenhoidossa tai sosiaalisissa suhteissa (esim. Harjunen 2020; Härkönen ja Räsänen 2008; Sarlio-Lähteenkorva ym. 2008). Kun kehopositiivisuus on laajentunut tarkoittamaan myös normatiivisen kokoisten naisten hyväksyvää suhdetta vartaloihinsa, on vaara, että jotain menetetään kehopositiivisuuden poliittisesta voimasta nimenomaan lihaviin ihmisten oikeuksien näkökulmasta.

Lihavuusaktivismiin oleellinen tehtävä on ollut antaa lihaville ihmisille ääni heitä koskevassa keskustelussa ja valtaa määrittellä uudelleen lihavuuden kokemus myös muuna kuin terveyteen liittyvänä kysymyksenä. Lihavuusaktivismista voimansa ammentavan kehopositiivisuuden laimentaminen hyvinvoinnin ja itsensä hyväksymisen yleiskäsitteeksi, ei-lihaviin naisten ruumiinkokoon liittyvien ongelmien parantajaksi tai pahimmillaan kaupallisen toiminnan ja markkinoinnin välineeksi, marginalisoi lihavat ihmiset omasta liikkeestään. Tämä on havainnollinen esimerkki poliittisen käsitteen kaappaamisen vaikutuksista.

Kiinnostavaa kyllä, samalla kun kehopositiivisuuden käsitteen merkitystä on laajennettu koskemaan kaikkia ja sen viestiä kaikenlaisten kehojen hyväksyttävyydestä pidetään yleisesti myönteisenä, kehopositiivisuuden kytkös sen alkuperäiseen subjettiin eli lihaviin ihmisiin ja

kehoihin nähdään usein jopa haitallisena ja negatiivisena. Tämä kertoo sekä vartalon kokoon liittyvien normien että lihavuuden stigman vahvuudesta.

Kuten esimerkiksi feministinen liike, myös kehoposiitivisuus on kaapattu markkinatalouden ja kulutuskulttuurin käyttöön (esim. Harjunen 2017a). Sen kuvastoa ja iskulauseita käytetään markkinoimaan niin muotia, kosmetiikkaa kuin erilaisia ravitsemukseen ja liikuntaan liittyviä hyvinvointipalveluja, terveyttä tai vain yleistä ”hyvää oloa”. Yksi kavalimmista esimerkeistä on lihavuuslääkkeitä tuottavan lääkeyhtiön kehoposiitivisuusaatteen ja -aktivistien käyttäminen ”lihavuuden stigman vastaisessa työssä”⁶. Samanaikaisesti siis puhutaan stigman lieventämisen tärkeydestä, mutta tavoitteena on kuitenkin lihavuuden poistamiseen.

Väitänkin, että kehoposiitivisuuden radikaali käsite ja käytäntö on omittu uusliberaalisti virittyneiden sukupuolittuneiden ja kaupallisten ulkonäkömarkkinoiden kuten kauneus-, muoti-, wellness-, fitness-teollisuuden käyttöön. Kaikkien näiden kohteina ja kuluttajina ovat erityisesti naiset. Kauneusteollisuudella on jo pitkät perinteet ruumiillisten epävarmuuksien luomisessa ja niiden hyväksi käyttämisessä kaupallisiin tarkoituksiin. Kehoposiitivisuuskurssin käyttö tässä yhteydessä tarjoaa mahdollisuuden yhtäaikaiseen ulkonäköteollisuuden kritiikkiin, samalla kun se ylläpitää sitä ja markkinoi tuotteitaan kuluttajille. Tästä ehkä tunnetuimpia esimerkkejä ovat Dove-kosmetiikkatuotteiden mainokset, jotka hyödyntävät keskustelua naisruumiiden moninaisuudesta, samalla kun vetävät hyväksyttävän diversiteetin rajat erityisesti ruumiiden koon suhteen. Vain pienet lihavat ja tiimalasin muotoiset kurvikkaat vartalot esiintyvät mainoksissa. Selvästi suurempia lihavia vartaloita mainonnassa ei käytetä.

Kehoposiitivisuusajattelun muutosta lihavuusaktivismista sukupuolittuneen ulkonäkökulttuurin iskusanaksi vailla sen historiallista merkitystä on kritisoitu. Esimerkiksi Rashatwar (2019) on todennut, että kaupallistettu kehoposiitivisuus keskittyy ”minän ja peilin väliseen suhteeseen”. Samalla lihavat ihmiset siirtyvät taustalle ja ajattelun inkluusi-

6 Erityisesti Novo Nordisk -lääkeyhtiö käyttää tätä nykyä kehoposiitivisuusaatteen kieltä ja aktivisteja globaalisti lihavuuden hoitoon tarkoitettujen tuotteidensa mainoskampanjoissa.

visuudesta ja intersektionaalisuudesta tingitään. Rashwatarin mukaan: ”Kun kehopositiivisuus liikkeenä menettää poliittisuutensa, siitä tulee hoikkien valkoisten naisten identiteettiliike” (Rashatwar, 2019).

Kehopositiivisuus osana uusliberaalia ulkonäkökulttuuria rakentaa, ylläpitää ja on osa sukupuolittuneita ulkonäkönormeja. Siitä tulee osa normatiivisia ulkonäköihanteita, henkilökohtaista hyvinvointia ja implisiittisesti myös terveyttä. Kehopositiivisuuden ehdoksi muodostuu terveyden oikein tekeminen ja performoiminen, esimerkiksi tietty tapa syödä, liikkua, tietty koko ja vartalon muoto. Lihavan naisruumiin hyväksyttävyyttä määrittää etenkin se, että se täyttää feminiinisen ihanteen vartalon muodosta eli suurista rinnoista, kapeammasta uumasta ja leveämmästä lantiosta. Tämä toistaa ja ylläpitää sukupuolittuneita käsi-tyksiä ja ihanteita ruumiista ja ruumiillisuudesta.

Kun ulkonäköteollisuus, mukaan lukien kauneus-, muoti-, wellness- ja fitness-teollisuus, markkinoi tuotteitaan ja palveluitaan kehopositiivisina, ne ottavat roolin naisten ruumiillisen voimaantumisen ja itsetunnon rakentamisen välineinä. Kaupallinen kehopositiivisuusajattelussa ruumiillisen itsetunnon vahvistamisen ja voimaantumisen keskeisenä ehtona on kuluttaminen.

Kun kehopositiivisuus osana postfeminististä uusliberaalia ruumiinkulttuuria osallistuu normatiivisen ja sosiaalisesti hyväksyttävän naisruumiin rakentamiseen, se päättyy tuottamaan samoja ruumiillisia sukupuolittuneita normeja, joita aiemmin pidettiin naisten ruumiiden kontrollin välineinä. Tämä heijastelee Rosalind Gillin (2007) ajatuksia uusliberaalista postfeministisestä kehokulttuurista, joka näennäisesti korostaa naisyksilön vapautta valita mitä tehdä omalle ruumiilleen, mutta joka samalla edellyttää intensiivistä itsen tarkkailua ja jatkuvaa ruumiin ja hengen muokkausta. Vapaus valita ulottuu siten vain tietynlaisiin ruumiisiin, jotka täyttävät normatiiviset ruumiin koon, muodon, toiminnan ja ulkonäön ehdot. Epänormatiivisiksi ymmärretyt ruumiit, kuten lihavat ruumiit, jäävät edelleen valinnan vapauden ulkopuolelle. Kehopositiivisuudesta voi näin mahdollisesti muodostua jälleen yksi normatiivinen vaatimus, jonka puuttuminen voidaan tulkita epäonnistumisena postfeministisen ruumiillisen naissubjektin tekemisessä.

Lopuksi

Vaikka kehopositiivisuusajattelu on valtavirtaistunut, pelko ja inho lihavaa ruumista kohtaan ei ole kadonnut. Lihavuusfobia, lihavuusepidemiadiskurssin lietsoma lihavuuspaniikki ja sukupuolittuneen uusliberaalin ruumiskulttuurin vaatimukset luovat ristipainetta.

Kehopositiivisuusliike on epäilemättä lisännyt tietoisuutta lihavien vartaloiden marginalisoinnin ongelmallisuudesta ja ilmiö tunnustetaan laajemmin. Sosiaalisen käytöksen ja sopivuuden rajoja on vedetty uudelleen ja esimerkiksi lihavien ruumiiden julkista pilkkaamista ei pidetä enää yhtä sopivana kuin aiemmin. Lihavuudesta on tulossa tai siitä on jo jossain määrin tullut ominaisuus, johon liittyvä vihamielisyys ymmärretään syrjiväksi.

Lihavat ihmiset oman elämänsä keskiöön asettava lihavuusparadigma, jota kehopositiivisuuskeskustelu edustaa, poikkeaa merkittävästi pitkään vallinneesta tavasta käsitellä lihavuutta ja herättää siksi vastusta. Lihavuuden näkeminen hyväksyttävänä ruumiillisuuden muotona ilman jatkuvaa painetta muokata sitä toisenlaiseksi, esimerkiksi laihduttamalla, on sopinut huonosti medikalisoituneen lihavuuskäsityksen omaksuneiden ymmärrykseen ja siitä käyttövoimansa/nosteensa saavien tahojen kuten laihdutusteollisuuden ja -bisneksen etuihin. Kehopositiivisuusajattelun valjastaminen kaupalliseen käyttöön kumpuaa uusliberaalisti virittyneestä terveysaatteellisesta ja postfeministisestä kulttuurista.

Kehopositiivisuudesta puhutaan monenlaisista lähtökohdista käsin ja käsitteen merkityksestä ja ”omistajuudesta” käydään jatkuvaa kamppailua. Kehopositiivisuudesta puhuttaessa äänessä on ryhmiä, joilla on hyvin erilaiset tavoitteet erityisesti lihavuuden määrittelyn suhteen tai käsitykset siitä, kuinka lihavuuteen tulisi suhtautua. Kehopositiivisuus käsitteenä aiheuttaa ristivetoa eri käyttäjäryhmissä kuten aktivisteissa tai lääketieteen- terveys- ja liikunta-alan edustajissa. Näiden ryhmien intressit nousevat erilaisista taustoista, tarpeista ja tavoitteista suhteessa ruumiillisuuteen tai ruumiilliseen subjektiuteen. Tämä heijastuu käydyssä julkisessa keskustelussa.

Populaarissa kehopositiivisuuskeskustelussa esiintyy myös runsaasti suoranaisia väärinkäsityksiä ja -tulkintoja, joista osa vaikuttaa tarkoitushakuisilta.

Osan kehopositiivisuuskeskusteluun osallistuvista tahoista tavoitteena (tiedostettuna tai tiedostamattaan) näyttäisi olevan niiden alkuperäisten kehopositiivisuusajattelun poliittisten sisältöjen kyseenalaistaminen, jotka korostavat lihavan ruumiin oikeuksia ja näin viedä kehopositiivisuusajattelua yleisempään suuntaan. Samalla usein tullaan vahvistaneeksi käsitystä lääketieteellisestä lihavuuden paradigmasta ”ainoana oikeana” tietona lihavuudesta.

Käsitteen kaappaaminen voi tapahtua strategisesti tarkoituksella tai tahattomasti esimerkiksi tiedon puutteen tai tiedon valikoinnin vuoksi, mutta se on joka tapauksessa diskursiivisen vallan väline. Totesin artikkelin alussa olevani kiinnostunut tarkastelemaan, kuinka diskurssit tuottavat todellisuutta, ovat itsessään vallan tuotetta ja tuottavat tiettyjä valtapositiioita (Foucault 1990, 100–101). Tässä artikkelissa käsitellyn kaltaiset populaarimediassa esitetyt ja oletetuista asiantuntijaposiitiosta käsin annetut lausunnot tai kaupalliset versiot kehopositiivisuudesta ovat osa diskursiivista valtakamppailua.

Feministisen aatteen kaupallistuminen ja muuntautuminen uusliberaaleja ideoita heijastavaksi ja tuottavaksi postfeminismiksi (esim. Gill 2007) on osoittanut kuinka transformatiivisetkin ideat ja liikkeet voivat tulla kaapatuiksi ja joutua mukautumaan hegemonisiin ideoihin. Kehopositiivisuusliikkeen kohdalla näyttää olevan tapahtumassa samankaltainen kehitys. Kyse ei ole vain kamppailusta lihavuudesta ja ruumiin normeista, vaan myös laajemmin sopeutumisesta uusliberaaliin tehostamisajatteluun.

Lähteet

- Association for Size Diversity and Health <https://asdah.org/>. (Haettu 29.4.2022)
- Bordo, S. (1993). *Unbearable weight: feminism, western culture, and the body*. Berkeley: University of California Press.
- Cooper, C. (2016). *Fat Activism – A Radical Social Movement*. London: HammerOn Press.
- Crawford, R. (1980). Healthism and the Medicalization of Everyday Life. *International Journal of Health Services* 10, 365–388.
- Crawford, R. (2006). Health as a meaningful social practice. *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine*, 10 (4),

401–420.

- Evans, C. (2020) You Aren't What You Wear: An Exploration into Infinitat Identity Construction and Performance through Fashion. *Fashion Studies* 3(1), 1–31.
- Fabello, M. A. (2019). No Fluffy Self-Love: Sonalee Rashatwar Is Returning Body Positivity to Its Political Roots. *Bitch Media* 21.5 2019. <https://www.bitchmedia.org/article/sonalee-rashatwar-interview> (Haettu 29.4.2022)
- Farrell, A.E. (2011). *Fat shame: stigma and the fat body in American culture*. New-York: NYU Press.
- Foucault, M., (1990). *The history of sexuality Vol. 1: the will to knowledge*. Lontoo: Penguin.
- Gill, R. (2007). Postfeminist media culture: elements of a sensibility. *European Journal of Cultural Studies*, 10 (147), 147–166.
- Guthman, J. & DuPuis, M. (2006). Embodying neoliberalism: economy, culture, and the politics of fat. *Environment and Planning: Society and Space*, 24, 427–448.
- Hall, K. D., & Kahan, S. (2018). Maintenance of Lost Weight and Long-Term Management of Obesity. *The Medical clinics of North America*, 102(1), 183–197.
- Harjunen, H. (2009). *Women and fat: approaches to the social study of fatness*. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research. University of Jyväskylä.
- Harjunen, H. (2012). Lihavuus yhteiskunnallisena kysymyksenä. Teoksessa H. Harjunen & T. Saresma, T. (toim.): *Sukupuoli nyt. Purkamisia ja neuvottelujä*. Jyväskylä: Kampus Kustannus.
- Harjunen, H. (2017a). *Neoliberal bodies and the gendered fat body*. Lontoo: Routledge
- Harjunen, H. (2017b). Terveys, talous ja tehokkaat ruumiit. Teoksessa T. Eskelinen, H. Harjunen, H. Hirvonen ja E. Jokinen (toim.) *Tehostamistalous*. SoPhi. Jyväskylän yliopisto
- Harjunen, H. (2018). Lihava kohtaa ennakkoluuloja terveydenhuollossakin. (HS 1.8.2018). Mielipide B14
- Harjunen, H. (2020) Ruumiin kokoon liittyvä sukupuoliutunut syrjintä. *Eriarvoisuuden tila Suomessa raportti*. Helsinki: Sorsa-säätiö. 215–240.
- Hurmas, M. (2021). Martina Aitolehti lataa suorat sanat kehopositiivisuudesta: etenkin yksi kommentti lihavuudesta nyppii. *Ilta-Sanomat* 10.1.2021
- Härkönen, J. & Räsänen, P. (2008). Liikalihavuus, työttömyys ja ansiotaso. *Työelämäntutkimus – Arbetslivsforskning* 6 (1), 3–16.
- Kokko, S. (2018). *Lihavuusdiskurssit Helsingin Sanomien mielipidekirjoituksissa heinä-elokuussa 2018*. Opinnäytetyö, Journalismin koulutusohjelma. Haaga Helia.

- KOTUS (2017) Sanakirjat: Kotimaisten kielten keskuksen sanakirjojen esittelyt ja pääsy verkkosanakirjoihin. Sanapöimintöjät vuodeltät 2017. https://www.kotus.fi/sanakirjat/kielitoimiston_sanakirja/uudet_sanat/vuoden_sanapöiminnöt/sanapöimintöjät_2017#JL
- Kwan, S. (2010). Navigating Public Spaces: Gender, Race, and Body Privilege in Everyday Life. *Feminist Formations*, 22(2), 144–166.
- Laukka, P. (2018). Kehopositiivisuusilmiössä on paljon samaa ehdottomuutta kuin aikanaan kieltolaissa. *Helsingin Sanomat* 25.7.2018.
- Laukka, P. (2018). Kehopositiivisuus voi sulkea lääkäriin suun. *Helsingin Sanomat* 26.7.2018.
- LeBesco, K. (2004). *Revoltin Bodies. The Struggle to Redefine Fat Identity*. Amherst&Boston: University of Massachusetts Press.
- Lehtinen, J. (2020). *Vaakakapina – Lopeta laihdutus, aloita elämä*. Jyväskylä: Minervakustannus.
- Lehtinen, U. (2019). Parantaako kehopositiivisuus terveyttä? Asiantuntijat vastavat kiisteltä ilmiötä koskeviin väitteisiin. *Kotiliesi* 4.1.2019.
- Luck, E. (2016). Commodity Feminism and Its Body: The Appropriation and Capitalization of Body Positivity through Advertising, *Liberated Arts: a journal for undergraduate research*: Vol.2: Iss. 1, Article 4.
- National Association to Advance Fat Acceptance <https://naafa.org/> (Haettu 29.4.2022)
- Omaheimo R. & Särnä, S. (2017). Kuuma läskikeskustelu. *Voima* 20.6.2017 <https://voima.fi/hairikot/artikkeli/kuuma-laskikeskustelu/> (Haettu 29.4.2022)
- Puhakka, A. (2019). Suomalaisten kehopositiivisuusaktivistien vastineet kehopositiivisuuden kritiikkiin: analyysi diskursiivisista strategioista. *Sukupuolentutkimus*, 32 (4), 21–36.
- Puhakka, A. (2020). Rodullistettujen naisten lihavuusaktivismi internetissä: Hypernäkyvyys ja hypernäkyttömyys kehopositiivisuuskeskusteluissa. *Kulttuurintutkimus*, 36(3–4), 3–15.
- Sarlio-Lähteenkorva S. (1999). *Losing Weight for Life?: Social, behavioural and health-related factors in obesity and weight loss maintenance*. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Sarlio-Lähteenkorva, S., Silventoinen, K. & Lahelma, E. (2004). Relative weight and income at different levels of socioeconomic status. *American Journal of Public Health*, 94(3), 468–472.
- The Body Positive <https://thebodypositive.org/> (Haettu 29.4.2022)
- Tomiyama, A. J. (2014). Weight stigma is stressful. A review of evidence for the Cyclic Obesity/Weight-Based Stigma model. *Appetite* 82, 8–15.