

**Lihavuusdiskurssit ja lihavuuden representaatiot
laihutusblogeissa**

Kandidaatintutkielma

Jenna Tarvainen

Suomen kieli

Kielten laitos, Jyväskylän yliopisto

2016

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Humanistinen	Laitos – Department Kielten laitos
Tekijä – Author Jenna Tarvainen	
Työn nimi – Title Lihavuusdiskurssit ja lihavuuden representaatiot laihdutusblogeissa	
Oppiaine – Subject Suomen kieli	Työn laji – Level Kandidaatintutkielma
Aika – Month and year Toukokuu 2016	Sivumäärä – Number of pages 24
Tiivistelmä – Abstract <p>Lihavuus on monitahoinen kulttuurinen ja yhteiskunnallinen aihe, joka puhuttaa ja herättää mielipiteitä. Yhteiskunnassamme vallitsee vahva hoikkuusnormi, ja ruumiin koko onkin yhä enenevässä määrin alkanut vaikuttaa siihen, miten yksilöön suhtaudutaan. Kandidaatintutkielmani tavoitteena on selvittää, millaisia lihavuuden representaatioita ja lihavuuteen liittyviä diskursseja laihdutusblogeissa esiintyy.</p> <p>Tutkimuksen teoreettisena viitekehystenä toimii diskurssintutkimus, joka näkee kielenkäytön osana sosiaalista todellisuutta ja näin kykenevänä myös muokkaamaan sitä ja vaikuttamaan siihen. Hyödynnän tutkimuksessani erityisesti diskurssin ja representaation käsitteitä. Diskursseilla viitataan erilaisiin suhteellisen vakiintuneisiin puhetapeihin, ja representaatiolla taas tarkoitetaan asioiden uudelleen esittämistä tai kuvaamista.</p> <p>Tutkimusaineistoni koostuu kuudesta loka-joulukuussa 2015 julkaistusta blogitekstistä. Valitsin aineistokseni sellaisia blogitekstejä, joissa tavalla tai toisella käsiteltiin lihavuutta. Tarkastelin sitä, millaisia kielellisiä piirteitä lihavuuden kuvaamiseen liittyy. Kiinnitin huomiota erityisesti sanavalintoihin, nimeämiseen ja toimijuuden rakentumiseen.</p> <p>Aineistosta nousi esiin neljä erilaista lihavuusdiskurssia: lihavuus terveyshaittana -diskurssi, lihavuus ulkonäköhaittana -diskurssi, lihavuus esteenä onnellisuudelle -diskurssi sekä kriittinen lihavuusdiskurssi. Lihavuutta representoitiin muun muassa suuren koon, samanarvoisuuden sekä syömisen ja laiskottelun kautta. Tutkimustulokset toivat lisää tietoa siitä, millaisena lihavuus yksilön elämässä jäsentyy, sekä siitä, millaisia kielellisiä ulottuvuuksia lihavuuden kuvaamiseen liittyy.</p>	
Asiasanat – Keywords lihavuus, diskurssintutkimus, representaatio, laihdutusblogit	
Säilytyspaikka – Depository Kielten laitos	
Muita tietoja – Additional information	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 AIEMPI TUTKIMUS	3
3 DISKURSSINTUTKIMUKS TEOREETTISENA VIITEKEHYKSENÄ	5
4 AINEISTO JA MENETELMÄT	8
4.1 Aineiston valinta ja esittely	8
4.2 Aineiston analyysimenetelmät	10
5 AINEISTON ANALYYSI JA TULOKSET	12
5.1 Lihavuus terveyshaittana -diskurssi	12
5.2 Lihavuus ulkonäköhaittana -diskurssi	14
5.3 Lihavuus esteenä onnellisuudelle -diskurssi	16
5.4 Kriittinen lihavuusdiskurssi	17
6 PÄÄTÄNTÖ	19
7 LÄHTEET	22

1 JOHDANTO

Tässä tutkielmassa tarkastelen laihdutusblogeissa esiintyviä lihavuusdiskursseja sekä lihavuuden representaatioita. Olen kiinnostunut kirjoittajien lihavuudelle antamista merkityksistä ja siitä, millaisena ominaisuutena lihavuus teksteissä näyttäytyy. Blogitekstit tarjoavat yksityisen ja julkisen rajamaastossa häilyessään kiinnostavan aineiston: blogimerkintöjä eivät koske lähestulkoon minkäänlaiset ohjeet, säädökset tai rajoitukset, ja tekstit sallivatkin monenlaista variaatiota. Samalla merkinnät on kuitenkin yleensä tarkoitettu julkisiksi, kenen tahansa luettaviksi.

Ruumiin koko ei aina ole ollut samanlaisen keskustelun kohteena kuin nykyisin. Vielä 1990-luvun lopulla keskustelu lihavuudesta oli nykyistä maltillisempaa ja keskittyi ensisijaisesti laihduttamiseen sekä ravitsemus- ja terveystieteisiin. 2000-luvun alussa tapahtui kuitenkin kaksi tärkeää paradigmanvaihdosta. Ensinnäkin akateeminen lihavuustutkimus alkoi keskittyä myös muihin näkökulmiin kuin lihavuuteen lääketieteellisenä ilmiönä ja samaan aikaan toisaalla lihavuus nostettiin globaaliksi terveysongelmaksi. (Harjunen 2012: 153.) Nykyään kulttuurissamme vallitsee sangen vahva hoikkuusnormi, ja koon perusteella tietynlaisiin ruumiisiin liitetään erilaisia merkityksiä kuin toisiin.

Kun mielenkiinto lihavuutta kohtaan 2000-luvun alkupuoliskolla lisääntyi, ilmestyivät myös tutkimukset ja raportit, joissa lihavuutta kuvattiin jopa epidemiankaltaiseksi ilmiöksi, jonka hillitsemiseksi yhteiskunnalta vaadittiin tiukempia otteita. Viime vuosikymmenten keskusteluissa onkin korostunut niin sanottu ”lihavuusepidemiadiskurssi”, jonka myötä lihavat ihmiset on kollektiivisesti alettu nähdä ongelmallisena ryhmänä, jonka henkiseen ja moraaliseen kyvykkyyteen on luvallista suhtautua kyseenalaistaen. (Harjunen 2012: 155.) Ei kuitenkaan ole ongelmatonta, että tiettyyn ihmisryhmään kohdistuu laajamittaisesti tämänkaltaista stigmatisointia.

Harjunen (2012: 155–157) kirjoittaa lihavia ihmisiä kohdanneesta moraalista paniikista, jonka myötä lihavuus on alkanut näyttävä yhteiskunnan arvoja sekä sosiaalista järjestystä uhkaavana ilmiönä. Paniikkia on levittänyt osaltaan esimerkiksi media, joka on nimennyt lihavat syyllisiksi milloin kansanterveyden tuhoamiseen, milloin ilmastonmuutokseen. Ruumiin koosta on tullut jotakin, jonka perusteella ihmiset jaotellaan normaaleihin ja epänormaaleihin, meihin ja niihin. Koko on näin ollen alkanut vaikuttaa myös siihen, kuinka ihmisten sosiaalista asemaa tai henkilökohtaisia kykyjä määritellään.

Konkreettisenä esimerkkinä tästä mainittakoon esimerkiksi se, että ylipainoisten naisten on esimerkiksi todettu ansaitsevan vähemmän palkkaa kuin hoikkien (Kauppinen & Anttila 2005: 239). Kokoon perustuva syrjintä on siis todellinen ongelma todellisine seurauksineen.

Toisaalta ylipaino on kuitenkin myös sangen yleistä: kaksi kolmasosaa suomalaisista miehistä ja puolet naisista on painoindexiltään ylipainoisia (Laatikainen, Männistö & Vartiainen 2012). Yhteiskunnassa kaikkien lihavuuteen ei kuitenkaan suhtauduta samalla tavalla: ensisijaisesti vaatimus pienikokoisesta ruumiista koskee naisia, kun taas miesten lihavuutta ei ole mielletty yhtä negatiiviseksi. Miehillä vaatimuksena on pikemminkin lihaksikas, vahva ja suurikokoinen ruumis, kun taas naisille asetettu ihanne on pienikokoinen ja kiinteä keho. (Harjunen 2012: 158–159.) Käytännössä tämä näkyikin vaikkapa siten, että naisten ylläpitämät laihdutusblogit ovat selvästi yleisempiä kuin miesten laihdutusblogit.

Tässä tutkielmassa huomioni kiinnittyy siihen, millaisia lihavuuteen liittyviä diskursseja ja representaatioita tavalliset ihmiset itse tuottavat ylipainosta puhuessaan. Jo laihdutusblogien olemassaolo genrenä osaltaan kielii laihduttamisen ja hoikkuuden norminmukaisuudesta. Toisaalta se myös viestittää, että kyseessä on aihe, joka puhuttaa ja herättää mielenkiintoa.

Termeillä *lihava* ja *lihavuus* viitataan usein ruumiin kokoon sosiaalis-kulttuuriset normit ylittävänä käsitteenä. Näin ollen sanavalinnat soveltuvat hyvin analyysiin, jossa keskitytään ruumiin ja sen koon kulttuurillisiin merkityksiin lääketieteellisen näkökulman sijaan. (Harjunen & Kyrölä 2007: 15.) Omassa tutkielmassani käytänkin pääsääntöisesti näitä sanoja, mutta viitataan toisinaan lihavuuteen synonyyminomaisesti myös muunlaisin sanavalinnoin.

2 AIEMPI TUTKIMUS

Lihavuusdiskursseja on aiemminkin tutkittu jonkin verran, mutta keskiössä ovat olleet asiantuntijoiden tuottamat lihavuutta koskevat tekstit, lähinnä terveystieteen julkaisut. Samoin on tutkittu yksilöiden kokemuksia lihavuudesta, mutta tällöin tarkastelun kohteena ovat olleet ennemminkin kokemukset ja lihavuuden jäsentyminen yksilön elämässä kuin diskurssit. Aiempien tutkimusten moninaisuus kuitenkin osoittaa, että lihavuus on monitahoinen kulttuurinen aihe, jota voidaan tarkastella monelta kannalta.

Hannele Harjunen (2007: 205–206) on väitöskirjassaan tutkinut 21–65-vuotiaiden suomalaisten naisten lihavuuskokemuksia. Haastatteluista ja naisten tuottamista kertomuksista kävi ilmi, että lihavuus harvoin jäsenyi pysyvänä olotilana; lähes kaikki naiset olivatkin laihduttaneet vähintään jossain vaiheessa elämäänsä. Hoikkuutta pidettiin jonkinlaisena normaaliolotilana myös niiden naisten keskuudessa, jotka olivat olleet lihavia lähes koko elämänsä.

Timo Aho (2009) on selvittänyt pro gradu -tutkielmassaan *Lihavuuden biopoliittinen haltuunotto – Suomen Lääkärilehden tekstit lihavuudesta vuosilta 1995–2008 medikalisoituneessa kulttuurissa* terveystieteen asiantuntijoiden tuottamia lihavuusdiskursseja. Ahon mukaan (2009: 64) aineistosta on erotettavissa kaksi hallitsevaa puhetapaa; medikaalinen sekä yhteiskunnallinen diskurssi. Ensinmainitussa diskurssissa lihavuus käsitteellistetään medikaalisena tilana osana kasvava trendiä, jossa lääketieteellä on yhä suurempi valta määrittellä ihmisten jokapäiväiseen elämään kuuluvia ilmiöitä. Olennaista on yksilöiden itsehallinta ja kyky terveystieteen ammattilaisten opastuksella tehdä itsestään hyviä kansalaisia ja niin sanotusti kuuliaisiksi ruumiita. (Aho 2009: 66, 81.)

Yhteiskunnallisen diskurssin tehtävänä taas on perustella, miksi lihavuus on niin suuri vaara. Se esittää lihavuuden jonkinlaisena todisteena rapautuvasta kulttuurista tai kulttuurisesta kaaoksesta. Lisäksi korostetaan päättäjien sekä esimerkiksi koulun, terveydenhuoltojärjestelmän sekä elintarviketeollisuuden vastuuta edistää terveyttä. (Aho 2009: 88–89, 96–97.) Tutkimus lähtee liikkeelle samankaltaisista lähtökohdista kuin oma kandidaatintutkielmani – tavoitteena on tarkastella lihavuusdiskursseja – mutta aineistot ovat niin erilaiset, etteivät tulokset ole suoraan vertailtavissa.

Sama koskee myös Lauri Mikolan (2015) pro gradu -tutkielmaa *Lihava uhka – Terveystieteen asiantuntijat ja lihavuus Suomessa 1945–1977*, jonka aineistona ovat niin ikään terveystieteen ammattilaisten toimittamat lehdet. Myös Mikola tarkastelee tutkielmassaan näissä

lehdissä esiintyviä lihavuuteen liitettyjä diskursseja. Mikolan mukaan (2015: 101) tavat puhua ylipainosta muuttuivat vuosien 1945–1977 välillä: aluksi lihavuus näyttäytyi ensisijaisesti moraalisenä ongelmana, muuttui sitten ravitsemukseen liittyväksi ongelmaksi ja muotoutui lopuksi ennaltaehkäisyä vaativaksi kansanterveydelliseksi ongelmaksi. Tämä on kiinnostavaa, sillä kuten johdannossa kävi ilmi, Harjunen (2012: 155–157) on esittänyt lihavuutta koskevan moraalisen paniikin nimenomaan uutena ilmiönä.

Salla Puutio taas käsittelee pro gradu -tutkielmassaan *Yksilöllisiä toimijoita, julkisia objekteja – Nuorten naisten ulkonäkökulttuuri sukupuolittuneiden kauneuden ihanteiden verkossa* (2013) diskurssianalyttisesti alle 30-vuotiaiden naisten vapaamuotoisia kirjoituksia ulkonäöstä ja siihen liittyvistä velvoitteista. Naisten kirjoittamista teksteistä käy ilmi, että hoikkuus on *jopa uskomattoman hegemoninen ihanne* – vaikka naiset olisivat olleet jo valmiiksi hoikkia, he toivoivat silti olevansa yhä vain hoikempia. Tavoiteltavaa ei niinkään ollut siis normaalipainoisuus vaan nimenomaan laihuus. (Puutio 2013: 63.) Vaikka tekstien aiheena ei siis varsinaisesti olekaan lihavuus tai laihduttaminen, teemat kuitenkin nousevat esiin osittain samoilla tavoin kuin omassa aineistossani. Kaiken kaikkiaan kauneusihanteet ja hoikkuusnormit kietoutuvatkin monella tavoin yhteen.

Kuten edellä on käynyt ilmi, aiemmassa tutkimuksessa on kartoitettu sekä lihavuuteen liittyviä asiantuntijadiskursseja että lihavuuden jäsentymistä yksilöiden elämässä. Kartoittamatta ovat kuitenkin jääneet diskurssit, joita tavalliset ihmiset tuottavat. Lihavuuden representaatiota sen sijaan ei aiemmin ole tutkittu kummassakaan kontekstissa, joten kaiken kaikkiaan kandidaatintutkielmani pyrkii vastaamaan useampaankin tutkimukselliseen puutteeseen. Lähestyn aineistoa seuraavien tutkimuskysymysten kautta:

1. Millaisia lihavuuteen liittyviä diskursseja blogiteksteissä esiintyy?
2. Millaisia lihavuuden representaatioita blogiteksteissä esiintyy?

Diskurssit ja representaatiot liittyvät läheisesti toisiinsa, ja diskurssintutkimuksessa niitä onkin tavallista tarkastella samanaikaisesti. Siinä missä diskursseilla tarkoitetaan suhteellisen vakiintuneita ja vallitsevia puhetapoja, representaatioiden kautta päästään käsiksi siihen, *millaisina* esimerkiksi tiettyjä ihmisryhmiä tai ilmiöitä kuvataan. Diskurssien ja representaatioiden käsitettä tarkastellaan lähemmin luvussa 3.

3 DISKURSSINTUTKIMUS TEOREETTISENA VIITEKEHYKSENÄ

Diskurssintutkimuksen peruslähtökohtia on, että kaikki kielenkäyttö on paitsi esimerkiksi puhetta tai tekstiä, myös toimintaa, joka osaltaan rakentaa sosiaalista todellisuutta. Tosimaailman teot ja tapahtumat sekä kielellinen ulottuvuus eivät ole toisilleen vastakkaisia, vaan ne kumpikin ylläpitävät ja muuttavat todellisuutta. Kielellinen toiminta ei ole irrallista muuhun kulttuuriin nähden, vaan erilaisissa sosiaalisissa käytännöissä materiaaliset ja kielelliset aspektit kietoutuvat yhteen. (Jokinen, Juhila & Suoninen 1999/2006: 19–20.) Diskurssianalyysi on siis tieteenala, joka tutkii nimenomaan kieltä käytössä (Gee 1999: 8).

Diskurssilla voidaan ajatella olevan ainakin kaksi viittauskohdetta: diskurssilla (yksikössä) tarkoitetaan kielenkäyttöä osana sosiaalisia käytänteitä ja toisekseen diskursseilla (monikossa) tarkoitetaan suhteellisen vakiintunutta tietystä tilanteesta tai tietyllä alalla tapahtuvaa kielenkäyttöä. Samasta asiasta on siis mahdollista puhua monenlaisten eri diskurssien kautta: jokin tietty aihe voi kirvoittaa keskustelua esimerkiksi taloudellisen, poliittisen tai feministisen diskurssin puitteissa. Diskurssit tarjoavat kuitenkin aina rajallisen näkökulman siihen asiaan, jota ne koskevat. (Pietikäinen & Mäntynen 2009: 24–25, 50–51, 55–56.) Luonteeltaan diskurssit ovat liikkuvia ja muuttuvia: niillä ei ole tarkkoja rajoja, sillä ihmiset luovat jatkuvasti uusia diskursseja ja muokkaavat ja kyseenalaistavat vanhoja (Gee 1999: 37).

Diskurssit eivät ole kytköksissä vain kieleen vaan myös yhteiskuntaan. Fairclough (1992, 63–64) toteaa, että diskurssi voi pitää sisällään näkemyksen kielestä ennemminkin sosiaalisten käytänteiden muotona kuin yksilön tuottamana tai vain tilanteiden mukaan vaihtelevana. Diskurssilla on siis yhteys sosiaaliin rakenteisiin ja käytäntöihin, jotka muodostavat ja rajoittavat diskursseja. Diskurssianalyttistä tutkimusta voisikin tarkastella kolmiona, jonka kärkinä ovat kulttuurisuus, kommunikatiivisuus ja merkitykset (Jokinen & Juhila 2002: 54).

Diskurssit, samoin kuin kielenkäyttö ylipäättäänkin, ovat siis diskurssintutkimuksen näkökulmasta aina sidoksissa kontekstiinsa (Pietikäinen & Mäntynen 2009: 28). Esimerkiksi jonkun tietyn lauseen merkitys ei ole aina sama, vaan konteksti antaa sille oman erityisen, tilanteisen merkityksensä (Gee 1999: 103). Konteksti taas voi tilanteesta riippuen tarkoittaa esimerkiksi yhteiskunnallista tilaa, asiayhteyttä tai vuorovaikutustilannetta. Kielenkäytön taustalla vaikuttava tilannekonteksti ajatellaan usein mikrotasoksi, kun taas makrotasolla

tarkoitetaan yhteiskunnallista tai sosiokulttuurista kontekstia. (Pietikäinen & Mäntynen 2009: 28–29, 32.) Näin ollen tutkielmani aineiston makrotason kontekstina voisi pitää esimerkiksi tämänhetkistä lihavuudesta käytävää yhteiskunnallista keskustelua.

Diskurssintutkimukseen liitetään usein myös representaation käsite, jolla tarkoitetaan esitystä tai uudelleen esittämistä. Käsitteellä voidaan tarkoittaa sekä sellaisia merkkejä, jotka edustavat jotakin muuta ja viittaavat siihen että tätä merkityksenantoa toimintana. *Representaatiojärjestelmällä* taas viitataan vuosikymmenten tai -satojen aikana muodostuneeseen kuvien, tekstien, oletusten ja kuvausten ristiriitaiseen, muuttuvaan ja rajoiltaan epämääräiseen kokonaisuuteen. Representaatiotutkimuksessa on keskitytty usein pohtimaan kysymyksiä, jotka liittyvät erilaisten ihmisryhmien kuvaamiseen. (Paasonen 2010: 40–42, 46.) Voisikin siis ajatella, että myös lihavuuden kuvaamiseen liittyy oma representaatiojärjestelmänsä, joka sisältää monitahoisia ja keskenään ristiriitaisiakin luonnehdintoja, kuvauksia ja tekstejä. Myös aineistonani toimivat laihdutusblogit linkittyvät osaksi tätä representaatiojärjestelmää.

Representaatiolla voidaan viitata myös kielenkäyttöön merkkeinä ja kuvina, joilla voidaan esittää erilaisia asioita eri tavoin. Toisin sanoen kun puhuja käyttää kieltä sanoakseen jotain merkityksellistä jostakin asiasta, hän representoi sitä jollakin tavalla. Representaation voidaan ajatella kytkevän kielen ja merkityksen yhteen kulttuurin kanssa. Se on olennainen osa siinä prosessissa, jossa merkityksiä tuotetaan ja vaihdetaan muiden ihmisten kanssa. (Hall 1997: 15.) Myös diskurssien voidaan ajatella olevan osa representointia. (Fairclough 1992: 63)

Representaatio on linkki kielen ja erilaisten “tosimaailmassa” sijaitsevien asioiden välillä. Kykenemme muodostamaan mielessämme käsitteitä ja representaatiota paitsi konkreettisille asioille kuten ihmisille tai tavaroille, myös abstrakteimmille asioille kuten tunteille. Ilman näitä mielessämme sijaitsevia käsitteitä maailmaa olisi hyvin hankalaa jäsentää. Jokainen ihminen käsitteellistää maailmaa omalla, uniikilla tavallaan, mutta samalla jaamme samankaltaista tietoa representaatioista. (Hall 1997: 17–18.) Representaatiot eivät siis kuvaa maailmaa sellaisenaan, vaan niiden avulla merkityksellistetään aina maailmaa jollakin tavalla kulloisiakin diskursiivisia keinoja hyödyntäen (Pietikäinen & Mäntynen 2009: 62).

Representaatiot ovat diskurssien tavoin kytköksissä valtaan; niiden taustalla vaikuttavat kysymykset siitä, kenellä on oikeus kuvata ketä, millä tavoin ja missä kontekstissa (Pietikäinen & Mäntynen 2009: 56). Kun esimerkiksi jotakin ihmisryhmää – vaikkapa miehiä, maahanmuuttajia tai ylipainoisia – representoidaan jatkuvasti tai toistuvasti

tietyllä tavalla, vaikuttaa se väistämättä sekä muiden käsityksiin että näiden ryhmien ymmärrykseen itsestään. Siksi onkin tärkeää kiinnittää huomiota siihen, millaisia representaatioita ja diskursseja yhteiskunnassamme oikeastaan on havaittavissa ja kenen ehdoilla niitä tuotetaan.

4 AINEISTO JA MENETELMÄT

4.1 Aineiston valinta ja esittely

Kielitoimiston sanakirja määrittelee blogin *verkkosivustoksi johon tehdyt aikajärjestyksessä olevat merkinnät ovat päiväkirjamaisia t. käsittelevät asiaa kirjoittajan t. kirjoittajien näkökulmasta* (KS. s.v. *blogi*). Toisin sanoen blogi on yksilön tai yrityksen ylläpitämä verkkosivu, johon tuotetaan sisältöä säännöllisesti. Sisältö voi olla paitsi tekstiä, myös esimerkiksi kuvaa, videoita tai linkkejä muille internet-sivuille. Blogeihin sisältyy mahdollisuus kommentoida kirjoituksia, mikä tekee niistä perinteisiä kotisivuja interaktiivisempia. Tästä huolimatta blogit ovat kuitenkin suhteellisen kirjoittajakeskeisiä verrattuna moniin muihin sosiaalisen median ilmiöihin. (Koskinen 2014: 130.)

Blogitekstit sisältävät siis yksityistä päiväkirjaa muistuttavia piirteitä, mutta toisaalta ne voivat muistuttaa myös esimerkiksi kolumneja. Kaiken kaikkiaan blogit ovatkin saaneet vaikutteita monesta eri tekstilajista. (Koskinen 2014: 131.) Koska internetin käyttö on yleistynyt vasta viime vuosikymmeninä, on kyse luonnollisestikin suhteellisen tuoreesta ilmiöstä. Monet blogit keskittyvät tavalla tai toisella ulkonäköön – laihdutusblogien lisäksi kirjoitetaan esimerkiksi fitness-, tyyli- ja muotiblogeja.

Koska tavoitteenani oli tutkia blogien lihavuusdiskursseja, keräsin aineistoni etsimällä mahdollisimman vastikään julkaistuja tekstejä, joissa käsiteltiin tavalla tai toisella lihavuutta. Valitsin aineistokseni yhteensä kuusi blogitekstiä, jotka kaikki ovat peräisin eri laihdutusblogeista. Pituudeltaan tekstit vaihtelivat 307 sanasta 642 sanaan. Aineistoa kerätessäni havaitsin nopeasti, että blogeissa ei välttämättä niinkään keskitytty kuvaamaan lihavuutta tai siihen liittyviä tuntemuksia, vaan blogista riippuen sisältö saattoi hyvinkin painottua esimerkiksi ravitsemukseen, painoon ja sen putoamiseen sekä esimerkiksi liikuntaan. Aineiston etsiminen tapahtui suurimmaksi osaksi Google-hakukoneen kautta; hakusanoina käytin erityisesti sanaa ”laihutusblogi” eri taivutusmuodoissaan. Kaikki tekstit ovat peräisin julkisista blogeista, joista ne on poimittu sellaisenaan.

Havaitsin, että laihdutusblogin määritelmä ei lopultakaan ollut täysin yksiselitteinen. Jotkut blogit saattoivat asemoitua laihdutusblogeiksi, vaikka laihdutusta, painonhallintaa ja vastaavia aiheita käsiteltiin niissä hyvin satunnaisesti. Jotkut blogit olivat aloittaneet laihdutusblogeina mahdollisesti jo useampikin vuosi sitten, mutta laihdutusurakan tultua

päätökseen muuntautuneet koskemaan ennemminkin yleisellä tasolla liikuntaa, treenaamista sekä terveellisiä ruokailutottumuksia.

Osa blogeista ei tuntunut mahtuvan “perinteisen” laihdutusblogikategorian alle, vaikka ne saattoivatkin sisältää runsaasti tai pääasiassa kirjoituksia laihdutuksesta, painonhallinnasta ja lihavuudesta. Näissä blogeissa saatettiin käsitellä runsaastikin laihdutusta, elämää ylipainoisena sekä halukkuutta hoikistua, mutta laihduttaminen ei välttämättä ollut jatkuvaa vaan pikemminkin kausittaista. Lisäksi suhtautuminen laihduttamiseen ja siihen liittyviin paineisiin saattoi olla verraten hyvinkin kriittistä.

En kuitenkaan halunnut rajata tällaisia blogeja ulos aineistostani, sillä olisi ollut kyseenalaista laskea laihdutusblogeiksi vain tietynlaiset blogit joissa puhutaan laihdutuksesta jollakin tietyllä tavalla. Vaikka sivustoilla olikin kommentointimahdollisuus, en sisällyttänyt kommentteja tutkimusaineistooni, sillä tarkoitukseni oli tutkia nimenomaan blogien ylläpitäjien tuottamia lihavuusdiskursseja. Valitsin kaikki tekstit eri kirjoittajilta, sillä vaikka aineisto olikin suppea, olin kiinnostunut tarkastelemaan diskursseja laajemmin kuin vain yhden blogin kontekstissa.

Valitsemani blogitekstit on julkaistu loka-joulukuussa 2015. Kaikkien tekstien kirjoittajat ovat naisia, mikä kävi ilmi vähintäänkin joko esittelytekstistä, blogikirjoituksista tai kuvista. Neljä bloggaajaa kirjoitti blogiaan täysin anonymisti, yksi bloggaaja taas esiintyi koko nimellään ja yksi käytti nimimerkkiä, mutta oli myös julkaissut blogissa kasvokuviaan. Nuorin kirjoittaja on 22-vuotias, vanhin taas noin 50-vuotias. Kaikista blogeista kävi ilmi vähintäänkin kirjoittajan summittainen ikä; suurin osa oli maininnut iän joko kirjoittamissaan teksteissä tai esittelyosassa. Blogien ikä vaihteli: osa oli ollut toiminnassa jo useamman vuoden ajan, osa taas oli aloitettu vasta äskettäin.

Jotta tuloksien seuraaminen olisi helpompaa, käytän analyysiosiossa blogeista nimityksiä B1, B2, B3 ja niin edelleen. Fab-book-blogi (B1) on perustettu varsin äskettäin, joulukuussa 2015, joten se on varsin tuore, eikä merkintöjä ole ehtinyt kertyä aineiston keräyshetkellä kovinkaan monta. Blogin ylläpitäjä on noin 25-vuotias opiskelija. Fat Ass Housewife -blogin (B2) kirjoittaja taas on 27-vuotias nainen, joka on perustanut bloginsa vuonna 2013 ja laihduttanut sen jälkeen noin 15 kiloa. Esittelytekstissä kirjoittaja kertoo laihduttamisen avulla tavoittelevansa “parempaa itsetuntoa ja terveellisempää elämää”. Mun juttuja -blogi (B3) taas on perustettu vuoden 2015 alussa, minkä jälkeen blogin “neljääkymppiä lähestyvä” kirjoittaja on laihduttanut niin ikään varsin runsaasti, yli 20 kiloa.

My Weightloss Journey -blogin (B4) kirjoittaja on 28-vuotias nainen, joka blogin ensimmäisessä merkinnässä kuvailee itseään “reilusti ylipainoiseksi” ja asettaa tavoitteekseen

laihuttaa vähintään 20 kiloa. Blogi on perustettu marraskuussa 2015, joten aineiston keräyshetkellä se vielä ole ehtinyt olla toiminnassa kovinkaan kauaa. Merkintöjä on blogiin kuitenkin siitä huolimatta ehtinyt kertyä useampi kymmen. Pullukkablogin (B5) ylläpitäjä sen sijaan on iältään jonkin verran yli 50-vuotias, ja hän on ylläpitänyt blogiaan vuodesta 2013 asti. Esittelytekstissä bloggaaja kuvailee itseään ”ikuisiksi laihduttajaksi”, joskin merkinnöistä käy ilmi, että laihduttamisen olleen ennemminkin kausiluonteista. Kirjoitusten aiheet ovat siitä huolimatta pysytelleet painon pudottamiseen liittyvissä asioissa.

Älä elämää pelkää -blogia (B6) ylläpitää hieman yli 30-vuotias nainen. Esittelytekstissä hän kuvailee itseään blogi 5:n tapaan ikuisiksi laihduttajaksi, jolta löytyy ylipainoa ”erittäin reilusti”. Blogi on aloitettu joulukuussa 2014. Kuten edellisessäkin blogissa, myös tässä laihduttaminen ei ole ollut jatkuvaa vaan pikemminkin kausittaista. Laihduttaminen ja lihavuus ovat silti kaiken aikaa pysyneet blogin kantavina teemoina.

4.2 Aineiston analyysimenetelmät

Kandidaatintutkielmani tarkoituksena on selvittää, millaisia lihavuusdiskursseja ja lihavuuden representaatioita laihdutusblogeissa esiintyy. Analyysimenetelmänä käytän luonnollisesti diskurssianalyysiä. Diskurssianalyysin perusajatus on, että kaikki kielenkäyttö on paitsi esimerkiksi puhetta tai tekstiä, myös toimintaa (Jokinen, Juhila & Suoninen 2002: 19). Diskurssianalyysi on luonteeltaan kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta. Tuloksia ei siis pyritäkään esittämään ensisijaisesti numeraalisina, vaan pyrkimyksenä on kuvata tutkittavan asian laatua, kuten siihen sisältyviä merkityksiä sekä kontekstia. (Pietikäinen & Mäntynen 2009: 139–140.)

Lingvistisessä tekstintutkimuksessa haetaan vastausta siihen, mitä kieli on ja kuinka sitä käytetään. Tekstintutkimuksessa (joka tässä yhteydessä pitää sisällään myös diskurssintutkimuksen) keskiössä ovatkin erilaiset tekstit, joilla voidaan perinteisten tekstien lisäksi tarkoittaa myös esimerkiksi keskusteluja tai muuta puhuttua kieltä. Tekstintutkimukseen voikin suhtautua nimenomaan yleispätevänä menetelmänä, joka soveltuu monenlaiseen analyysiin. (Hiidenmaa 2000: 164–165.) Toisaalta diskurssintutkimuksessa painotetaan usein ”luonnollisia” aineistoja, jotka ovat syntyneet tutkijan tahdosta ja vaikutuksesta riippumatta (Jokinen, Juhila & Suoninen 2002: 236).

Kun tekstejä tutkitaan, on vaarana, että sisältöä ylikorostetaan ja analyysi pelkistyy lähinnä sisällön referoinniksi ja selittämiseksi uudelleen omin sanoin. Huomion kohteeksi asetetaan tällöin se, mitä teksti kertoo ympäröivästä maailmasta, jolloin unohdetaan tekstin

sosiokulttuurinen asema sekä se, *miten* teksti esittää sanottavansa. Kielentutkimukseen kuitenkin luonnollisesti kuuluu nimenomaan tekstin kielellisten ominaisuuksien korostaminen. (Hiidenmaa 2000: 172–173.) Analyysia tehdessäni olenkin pyrkinyt ottamaan huomioon kielellisten piirteiden merkityksen sekä niiden esiin nostamisen sisältöä kuitenkin kokonaan unohtamatta.

Aloitin analyysiprosessini tarkastelemalla laaja-alaisesti sitä, miten lihavuudesta puhuttiin, miten sitä kuvattiin ja millaisia kielellisiä valintoja siihen liittyi. Kiinnitin huomiota siihen, millaisia yhteneväisyyksiä eri blogien välillä oli ja millaiset puhettavat nousivat muita vahvemmin esiin. Näiden havaintojen pohjalta hahmotelin neljä erilaista diskurssia, joita kuvailen tarkemmin luvussa 5. Diskurssit hahmoteltuani ryhdyin tarkastelemaan tarkemmin niihin liittyviä representaatioita. Kävin systemaattisesti läpi sanavalintoja kuten nimeämistä ja samalla kiinnitin huomiota toimijuuden rakentumiseen ja kategorisointeihin. Työn edetessä analyysin vaiheet kuitenkin diskurssianalyysille tyypillisesti sekoittuivat ja limittyivät.

Kuten Hiidenmaa (2000: 176) toteaa, kirjoittaja tekee loppujen lopuksi hyvin suuren määrän valintoja tekstiä tuottaessaan. Asioista puhuttaessa on mahdollista käyttää hyvinkin erilaisia ilmaisukeinoja, mutta lopulta valmiiseen tekstiin valikoituu niistä vain osa. Onkin syytä pohtia, miksi kirjoittaja on päätenyt juuri tietynlaisiin ratkaisuihin ja millaisia muita vaihtoehtoja hänellä olisi ollut.

5 AINEISTON ANALYYSI JA TULOKSET

Aineistossa lihavuutta käsitellään usealta kannalta ja monenlaisista näkökulmista. Lihavuus ei jäsenny pelkästään epätoivottuna ruumiinominaisuutena josta on päästävä eroon; lihavuuden kulttuuriset ja sosiaaliset merkitykset tekevät siitä monitahoisen ilmiön, johon liittyy monenlaisia tuntemuksia ja kokemuksia. Vaikka lihavuus näyttäytyy negatiivisena, jopa yksilön hyvinvointia rajoittavana asiana, lihavuuteen kohdistuva stigmatisoiminen ja ulkonäköpaineet kuitenkin myös paikoitellen kyseenalaistetaan.

Aineistosta nousi esiin neljä erilaista lihavuusdiskurssia, jotka olen nimennyt seuraavalla tavalla: lihavuus esteenä onnellisuudelle -diskurssi, lihavuus terveyshaittana -diskurssi, lihavuus ulkonäköhaittana -diskurssi sekä kriittinen lihavuusdiskurssi. Kolme ensimmäistä diskurssia suhtautuivat lihavuuteen ensisijaisesti ongelmana, kun taas kriittinen lihavuusdiskurssi yhtäläisenä ja samanarvoisena ruumiinominaisuutena kuin muutkin. Diskursseista yleisin oli lihavuus ulkonäköhaittana -diskurssi, joka esiintyi kuudesta blogista viidessä. Lihavuus terveyshaittana -diskurssi esiintyi neljässä blogissa, kun taas kriittinen lihavuusdiskurssi ja lihavuus esteenä onnellisuudelle -diskurssi nousivat esiin kolmessa eri blogissa. Nostan jokaisessa alaluvussa esiin kulloiseenkin diskurssiin liittyviä representaatioita.

5.1 Lihavuus terveyshaittana -diskurssi

Lihavuus terveyshaittana -diskurssi korostaa ylipainon mukanaan tuomia terveysongelmia ja -uhkia, kun taas hoikka vartalo sekä hyvä fyysinen terveys ja kunto esitetään vahvasti toisilleen rinnasteisina (esimerkit 1 ja 2). Toisaalta lihavuuden yksin ei mielletä tuovan mukanaan terveysriskejä, vaan terveyteen voivat vaikuttaa myös muut asiat, kuten ikä.

1) Haluan **terveen ja hoikan** kropan ja haluan olla siihen tyytyväinen! (B4)

2) Nuorempana terveys ei mitenkään huolestuttanut minua, silloin tuntui siltä, että **eihän mitään sairauksia nyt minun ikäiselleni** tule. – – Nykyään – – **terveys on yksi tärkeimpiä syitä, minkä vuoksi haluaisin laihtua.** (B6)

Toisaalta aineistossa merkityksellisestään vahvasti eroa erilaisten ylipainoisten välillä: käytännössä lievä ylipaino näyttäytyy suhteellisen vaarattomana, mutta suurempi ylipaino jäsentyy merkittävämmäksi terveysuhaksi. Tämä käy ilmi muun muassa aineistoesimerkissä 3, jossa vertaillaan normaalipainoa ja lievää ylipainoa sairaalloiseen lihavuuteen. Päälause *en*

kiistä alleviivaa kirjoittajan myöntävää suhtautumista ylipainon terveystarpeisiin muuttamattomana tosiasiana. Essiivillä ilmaistaan muun muassa tilaa (VISK § 1235); mielestäni sen käyttö korostaa tässä yhteydessä normaalipainoa, lievää ylipainoa ja sairaalloista lihavuutta erillisinä, miltei valinnaisina kategorioina.

3) En kiistä, etteikö **normaalipainoisena** tai **lievästi ylipainoisena** eläminen olisi terveellisempää kuin **sairaallosesti lihavana**. En kiistä lihavuuden tuomia terveystarpeita. (B5)

Seuraavassa esimerkissä (4) taas käsitellään tilannetta, jossa ympäröivä maailma ei ole tunnustanut bloggaajan näkemyksen mukaista jakoa terveisiin lihaviin sekä niihin, joille lihavuus on terveystarpeita. Laihdutusleikkaukseen joutuakseen ihmisen tulisi bloggaajan mielestä olla *superlihava*: super-etuliitteen (*super-*: *erittäin, hyvin, huippu-, yli-*; KS. s.v. *super*) käyttö korostaa eroa “tavallisten”, *vähän pullukoiden* lihaviin ja sairaalloisen lihaviin välillä.

4) Lihavuusleikkauksen läpikäynyt Satu oli ohjelmassa minun silmiini sopusuhtainen, ehkä normaalipainon ylärajoilla olevan näköinen. – – Ohjelman alussa näytettiin lyhyt pätkä Sadusta ennen leikkausta, ja siinä hän oli minun kriteereissani sellainen “hieman pullukka”, mutta ei todellakaan mikään superlihava. – – On – – hätkähdyttävää ajatella, että jopa minua paljon pienemmän, minun kriteereilläni “vähän pullukka” -tason ihmisen tilanne katsotaan niin vakavaksi, että hänkin pääsee lihavuusleikkaukseen... Jos näin on, niin olenko minäkin terveystarpeiden suhteen sitten sellainen kävelevä aikapommi, jollaisiksi kaikki BMI:n mukaan tämän kokoiset (ja vielä pienemmätkin) luetaan? (B6)

Bloggaaja ei ole kokenut lihavuusleikkausta itselleen tarpeellisenä, mutta tv-ohjelman Sadun lihavuusleikkaus saa kirjoittajan kyseenalaistamaan oman terveystarpeensa ja kuulumisensa siihen kategoriaan, jonka ylipaino ei uhkaa terveystarpeita. *Aikapommilla* (KS s.v. *aikapommi*) viitataan kuvainnollisesti *ajan mittaan vaaralliseksi käyvään asiaan*; tässä tapauksessa siis maalailtaan mielikuvaa aivan nurkan takana vaanivasta terveystarpeesta romahduksesta.

Tähän diskurssiin liittyvissä lihavuuden representaatioissa korostuvat etenkin runsas syöminen (esimerkit 5, 7 ja 9), laiskottelu (esimerkit 6 ja 7) ja liikkumattomuus tai huono fyysinen kunto (esimerkit 8 ja 9). Esimerkeissä 5 ja 9 syömistä käsitellään kiinnostavasti yksilöstä riippumattomana toimintana: jäätelö *siirtyy* omatoimisesti vatsaan, hampurilaiset ja muffinit *katoavat* jääkaapista, *liike kuljettaa* ruokalastit kädestä suuhun. Tyypillisesti lauseen agenttina on elollinen, tietoinen toimija (VISK § 912), mutta tässä toimijan rooliin onkin nostettu erilaiset herkut ja käden suorittama liike. Kun lihavuutta representoidessa syöminen esitetään ihmisestä riippumattomana, häivytetään samalla yksilön toimijuutta ja roolia.

Samalla runsas ruuan nauttiminen pelkistyy toiminnaksi, joka jollakin tavalla luonnollisesti vain kuuluu lihavuuteen.

- 5) Ruokakin on maittanut. – – **Eilen loput hampparit ja muffinit katosivat kitkattomasti pois jääkaapista pölyttymästä. Tänään purkillinen Omar-jäätelöä siirtyi vatsaani** samalla, kun katsoin Netflixistä Paavo Pesusieni -elokuva. (B1)
- 6) Tiedän, että **laiskotteluni, huono ruokavalioni ja painoni** aiheuttavat suurelta osin tämän matalapaineen ja saamattomuuden. (B1)
- 7) Vaikka tiedän, että lihavaksi ei tulla ilman kunnan ylimääräisiä kaloreita, järkytti epäterveellisen ruuan määrä painonnousun takaamiseksi. Kysymykseni siis kuuluu - **söinkö minäkin noin kamalan paljon? Ja vastaus on: kyllä. Koska söin tavallisen kotiruuan päälle kaikki ne hampparit, karkit ja limpsat.** – – Kyllä suurin osa mun ajasta kului sohvalle jotain syöden... Ja taisin olla aika **laiskakin** – – (B3)
- 8) KH kommentoi ylipainoisena juoksemista “**Läskinä juokseminen on kamalaa**”, ja tuohon yhdyin **ihan satasella.** (B3)
- 9) Se (lihavuus) on vain seurausta **käden ja suun välisestä liikkeestä ja siitä lastista, mitä tämä liike kuljettaa.** Plus perimästä. Plus siitä, että **ihminen liikkuu liian vähän.** (B5)

Eräässä blogissa (aineistoesimerkki 10) kirjoittaja viittaa itseensä kahdesti arkikäytössä kenties suhteellisen vieraalla sanalla *obeesi*, joka on lääketieteellinen termi lihavalle (KS. s.v. *obeesi*). Sanavalinnalla bloggaaja tuntuu kuitenkin viittaavan ennemmin lääkäreiden ja painoindeksitaulukkojen näkemyksiin itsestään. Vaikka hänet on mahdollista luokitella *sairaalloisen* lihavaksi, ei kirjoittaja kuitenkaan *tunne* itseään sairaaksi. Yhtä kaikki mielikuvallinen yhteys ylipainon ja terveydellisten ongelmien välillä on koettu niin suureksi, että on nähty tarve erikseen kieltää se.

- 10) Vaikka olen painoindeksinormituksen – ja lääkäreiden mielestä sairaalloisen lihava, massiivinen obeesi, en silti tunne olevani mitenkään sairas. (B5)

5.2 Lihavuus ulkonäköhaittana -diskurssi

Aineistossa ylipaino yhdistyy varsin suoraviivaisesti epäviehättävän ulkonäköön, kun taas hoikistuminen mielletään muutokseksi positiiviseen suuntaan, kohti miellyttävämpää ulkokuorta. Tämä diskurssi on aineistossa kaikkein yleisin: se esiintyy kaikissa blogiteksteissä yhtä lukuunottamatta. Lihavuutta ulkoisena ominaisuutena representoidaan ensisijaisesti suuren koon kautta muun muassa käyttämällä sellaisia sanoja kuin *massiivinen* sekä korostamalla painonpudotuksen myötä hävinneitä senttejä (esimerkit 11 ja 12). Senttien katoaminen näyttäytyy itsetarkoituksellisena, itsessään positiivisena asiana: *Vyötäröstä -4cm. Erittäin tyytyväinen!*

- 11) Jos saisin tuosta noin vain valita niin olisin hyväkuntoinen, hiukan lihaksikas ja pikkuisen pyöreä ennemmin kuin **massiivinen** obeesi. (B5)

12) **Lantiosta -1cm.** Ei kauhea muutos senteissä, mutta peilistä katsottuna (ja kuviin verrattuna) hanuri on noussut ja saanut pyöreyttä jonkin verran, joten siihen olen tyytyväinen :) **Vyötäröstä -4cm.** Erittäin tyytyväinen! (B4)

Naisten lihavuuskertomuksia tutkinut Hannele Harjunen kirjoittaa ilmiöstä, jossa lihavan ruumiin subjektiivisuus jakautuu kahtia sisäiseen ja ulkoiseen subjektiivuuteen. Oikea, hoikka sisäinen ruumis on oikeutettu subjektiivuuteen, mutta ulkoinen lihava ruumis vaillaista sen. Tämä taas johtaa ajattelutapaan, jossa ihminen katsoo olevansa koostaan huolimatta ”oikeasti” hoikka. (Harjunen 2007: 214.) Tällainen kokemus oli havaittavissa myös omassa aineistossani. Esimerkissä 13 lihavuus näyttäytyy yksilöstä irrallisena ominaisuutena: peilikuva on bloggaajasta ikään kuin erillinen, sillä se ei vastaa kokemuksellista mielikuvaa omasta itsestä. Erillisyyttä vahvistaa se, että sekä peilistä katsova kuvajainen että siitä ahdistuva bloggaaja ovat kumpikin toimijan roolissa.

13) Peilistä ei katso sellainen ihminen, jollaisen haluaisin sieltä katsovan tai jollaiseksi tunnen itseni. (B1)

Koon ja siinä tapahtuneiden muutosten kuvaamisessa vaatteilla näyttäisi olevan merkittävä rooli. Esimerkissä 14 tv-ohjelmassa esiintyneen naisen laihtumisen havainnollistaminen ja suhteuttaminen omaan kokoon tapahtuu vaatekoon ja sen vaihtelun kuvaamisen kautta. Esimerkissä 15 ylipainoa tilana taas kuvaillaan metaforallisesti liian pieniksi jääneiden vaatteiden aiheuttaman epämukavuuden avulla. Edellisessä kappaleessa nousi esiin lihavan ruumiin subjektiivisuus. Tässä yhteydessä voisikin jopa ajatella, että bloggaajan pieniksi käyneet vaatteet näyttäytyvät jonkinlaisina hyväksyttävän subjektiiviteetin rajoina.

14) Vaatekokoina muutosta oli tapahtunut koosta 46 kokoon 36-38. – – Minun vaatekokonihan on tällä hetkellä 52-54! (B6)

15) Farkut kiristävät, rintaliivit painuvat ihon sisään ja vatsa roikottelee rennosti vyön yli. (B1)

Kuten esimerkeissä 16–19 tulee ilmi, hoikistuminen yhdistetään aineistossa suoraviivaisesti positiiviseen muutokseen ulkonäössä samalla kun lihavuuden ulkonäölliset ulottuvuudet representoidaan *huolen* ja *itkun* aiheiksi. Ylipainon arveltiin jopa saattavan haitata parisuhteenmuodostusta, mistä kertoo esimerkki 19: – – *vaikka hän hyvänä motivaattorina toimikin niin sain myös paljon paineita siitä, että täytyy laihtua äkkiä ennenkuin hän menettää mielenkiinnon.* Virke *juttu loppui ja se ei liittynyt ulkonäkööni mitenkään* implikoi, että bloggaajan mielestä hänen ulkonäkönsä olisi voinut johtaa ihmissuhteen kariutumiseen.

16) – – miellyttävä peilikuva pyyhkisi yhden **suuren huolen** pois. (B1)

17) **Itkin** vatsanahkaani ja venyttelin sitä itsekseni peiton alla. Itkin pieniä ja erikokoisia tissejäni, selluliittia ja muhkuroita – – (B2)

18) Mutta tästä on hyvä lähteä ensi vuoteen, tältä en tule enää ikinä **näyttämään tai painamaan**. (B4)

19) Herra X on menneisyyttä ja vaikka hän hyvänä motivaattorina toimikin niin sain myös paljon paineita siitä, että **täytyy laihtua äkkiä ennenkuin hän menettää mielenkiinnon. Juttu loppui ja se ei liittynyt ulkonäkööni mitenkään**. (B4)

Siinä missä varsinkin ylipainon suhde terveyteen herätti melko runsaastikin kritiikkiä ja pohdintaa, kauneusihanteita ja -normeja ei samalla tavalla kyseenalaistettu tai arvosteltu. Ainoastaan yhdessä blogissa (esimerkki 20) tuodaan ohimennen ilmi bloggaajan näkemys siitä, että ulkonäön vuoksi laihduttaminen ei edusta kriittistä ajattelua tai toimintaa, toisin kuin terveydellisistä syistä laihduttaminen.

20): Laihtua halusin vain **ulkonäön vuoksi**. Nykyään huomaan kuitenkin ajattelevani **kriittisemmin**, ja terveys on yksi tärkeimpiä syitä, minkä vuoksi haluan laihtua. (B6)

5.3 Lihavuus esteenä onnellisuudelle -diskurssi

Lihavuus esteenä onnellisuudelle -diskurssissa lihavuus jäsentyy esteeksi psyykkiselle hyvinvoinnille, kun taas ratkaisuksi hyvinvoinnin lisäämiseen esitetään usein nimenomaan laihduttaminen. Hoikkuuden odotetaan ratkaisevan kaikki yksilön ongelmat: kun kilot karisevat, myös muu elämä alkaa sujua. Lihavuus kuitenkin representoituu paikoin ominaisuutena, jonka sattuminen omalle kohdalle ei välttämättä ole omissa käsissä: esimerkissä 21 verbivalinta *tuomita* sekä passiivin käyttö luovat mielikuvaa määrittelemättömästä tahosta, jonka käsissä lihavuus on. Myös *itkeminen* korostaa tässä lihavuuden tuomaa onnettomuutta. On kiinnostavaa, että kirjoittaja toteaa olevansa *sekä* lihava *että* läski. Kielitoimiston sanakirja määrittelee *läskin* halventavaksi nimitykseksi lihavasta ihmisestä (KS. s.v. *läski*). Seuraavassa virkkeessä bloggaaja toteaa tullessaan tuomitukseksi nimenomaan *läskiksi*; bloggaajan sanavalinnat luovat mielikuvan siitä, että *läskiys* on kenties *lihavuutta* vielä hieman negatiivisempi tila.

21) Itkin ihan tosissani ja vuolaasti sitä kuinka lihava ja läski olen enkä ole edistynyt **_YHTÄÄN_** viimeisen 6kk aikana. Itkin sitä, että mut on tuomittu oleen läski – –. (B2)

Aineistossa yksilöiden ja onnellisuuden väliin asetetaan nimenomaan ylipaino esimerkiksi epärealististen kauneusihanteiden sijaan. Allaolevassa esimerkissä (22) bloggaaja tiedostaa, että hänellä olisi mahdollisuus (laihduttamisen sijaan) myös opetella hyväksymään itsensä ylipainoisena, mutta vaihtoehto esitetään *luovuttamisena* – oikeanlaisena tapana

tavoitella hyvinvointia näyttäytyy siis nimenomaan laihduttaminen, ei itsensä hyväksyminen. Tämä korostaa lihavuutta ja onnellisuutta toisensa poissulkevinä kategorioina.

22) Välillä tuntuu, että olisi helpompi luovuttaa ja hyväksyä itsensä ylipainoisena. Mutta en minä sitä oikeasti halua. (B4)

Harjunen (2007: 206, 211) nostaa esiin välitilan käsitteen, jolla tarkoitetaan lihavuuden jäsentymistä ominaisuudeksi, joka ikään kuin estää ”oikeaa” elämää alkamasta: lihavuuteen ei suhtauduta pysyvänä ominaisuutena vaan hetkellisenä poikkeamana. Monet elävät ”sitten kun” -elämää ja odottavat hoikistuvansa ennen kuin voivat elää omaa elämäänsä tai saavuttaa haluamiaan asioita. Tällainen ilmiö nousi esiin myös omassa aineistossani. Lihavuus representoituinkin jonkinlaisena ongelmien alkulähteenä (esimerkki 23), joka vaikuttaa kielteisesti kaikkiin elämän osa-alueisiin aiheuttaen *matalapainetta* (kuv. *masennustila*; KS s.v. *matalapaine*) ja *saamattomuutta*. Niinpä ongelmien odotetaankin häviävän samaa tahtia vyötäröltä katoavien senttien kanssa. Koulutöiden etenemättömyys ja iloton arki sysätään ylipainon (ja huonojen elintapojen) syyksi: *jos olisin itse kunnossa, myös arkeni olisi kunnossa*.

23) Koulutyöt eivät etene mihinkään, tenttikirjat, essee ja gradu pelkästään ahdistavat ja surettavat. En koe, että minulla olisi elämässä oikein mitään iloa - on vaan harmaata arkea, johon en pysty edes kunnolla tarttumaan. Tiedän, että laiskotteluni, huono ruokavalioni ja painoni aiheuttavat suurelta osin tämän matalapaineen ja saamattomuuden. -- Jos olisin itse kunnossa, myös arkeni olisi kunnossa. (B1)

5.4 Kriittinen lihavuusdiskurssi

Kriittisellä lihavuusdiskurssilla tarkoitan puhetapaa, jossa kyseenalaistetaan näkemys lihavuudesta yksinomaan epätoivottavana ja ongelmallisena ruumiinominaisuutena. Aineistossani kriittinen diskurssi kytkeytyy läheisesti mediaan: se nousee esiin varsinkin sellaisissa blogiteksteissä, joissa käsitellään lihavuuteen liittyviä televisio-ohjelmia ja dokumentteja (blogiteksteistä peräti puolet on tällaisia).

Aineistoesimerkissä 24 kyseenalaistetaan voimakkaasti toimittajan negatiivinen asenne lihavia kohtaan. Huomionarvoisia sanavalintoja ovat esimerkiksi *läski* ja *tyhmä*, joilla merkitään Hopkinsin mielipiteet kyseenalaisiksi, kenties jopa lapsekkaiksi. Kutsumalla projektia *uhmakkaaksi* (*uhmaa osoittava, itsepintaisen vastustushaluinen*; KS. s.v. *uhmakas*) kirjoittaja tulee implikoineeksi, ettei toimittajan laihdutuskokeilu näyttäydy hänen silmissään kovin perusteltuna.

24) – – törmäsin “laatu”dokkariin “Laihduttaminen on helppoa”. Idea taisi mennä suunnilleen näin: toimittaja(?) Katie Hopkins inhoaa **läskejä**, koska he ovat laiskoja, ja ilmeisesti myös **tyhmiä** sekä vievät julkisen terveydenhuollon rahat. Hän päättää lihottaa itsensä ja laihduttaa ylikilot, ja näin osoittaa kuinka laihtuminen on helppoa. Mainittakoon vielä, että Hopkins taisi olla alipainoinen ennen **uhmakkaan** projektinsa alkua.

Vapaata riistaa -ilmaus (25) vahvistaa mielikuvaa lihavista suojattomina arvostelun ja pilkan kohteina. *Se nyt vain ei ole hyvää käytöstä* -katkelmassa erityisesti sanavalinta *vain* tuo tekstiin sävyn, joka ilmaisee, että ihmisryhmien haukkumisen paheksuttavuus on yleistä tietoa, ei yksinomaan kirjoittajan mielipide.

25) Tiedoksi vain, **että en hyväksy ihmisten haukkumista läskiksi tai miksikään muuksikaan**, koska se nyt **vain** ei ole hyvää käytöstä. Tuntuu siltä, että nykypäivänä lihavat ovat **vapaata riistaa**, ja heitä saa haukkua ja arvostella ihan miten kukin haluaa. Se on mielestäni väärin. (B3)

Kriittiseen lihavuusdiskurssiin liittyy lisäksi ajatus siitä, ettei laihtuminen lähtökohtaisesti ole lihavuutta arvokkaampi tai parempi ominaisuus. Ihminen voi olla kaunis, tyytyväinen ja sinut itsensä kanssa, vaikka painoindeksi ei asettuisikaan niin sanotun normaalipainon rajoihin. Diskurssia rakennetaan esimerkiksi nimittämällä lihaviin negatiivisesti suhtautuvia henkilöitä *painorasisteiksi* (26), mikä rinnastaa ylipainoisiin kohdistuvan syrjinnän rodun perusteella tapahtuvaan syrjintään. Ongelmana ei esitetä niinkään lihavuutta vaan siihen kohdistuvat negatiiviset asenteet, joita vastaan pitää *taistella*.

26) En tule koskaan hyväksymään että olisin jollain lailla huonompi ihminen, kun olen lihava. **Painorasisteille** olemukseni on inhottava ja vastenmielinen, mutta itseäni inhoavat ihmiset haluan pitää mahdollisimman kaukana omasta elämästäni. Haluan **taistella** oman ja muiden pullukoiden olemassaolon ja itsensä hyväksytyksi tuntemisen puolesta niin kauan kun päin sisältä löytyy muutakin kuin deletoitunutta aivomassaa. (B5)

Lihavuuden reprensoinnissa korostuu tässä diskurssissa paitsi samanarvoisuus ja yhtäläisyys, myös tietynlainen sattumanvaraisuus. Lihavuus on ruumiinominaisuus siinä missä hoikkuuskin, eikä kumpikaan ole lopulta toista parempi. Tämä käy selkeästi esiin muun muassa esimerkissä 27, jossa korostetaan ihmisten tasa-arvoisuutta ruumiin koosta huolimatta – *hoikkuudellakaan ei saavuteta ikuista maanpäällistä elämää*. Ilmaisulla kuten *toiset ovat hoikkia, toiset lihavia* sekä *jotkut onnistuvat laihduttamaan, toiset eivät* korostetaan ulkoista ruumista miltei sattumanvaraisena ominaisuutena.

27) Elämä ei kuitenkaan ole niin yksinkertaista. Toiset ovat hoikkia, toiset lihavia. Jotkut onnistuvat laihduttamaan, toiset eivät. Yksi asia on fakta - me kaikki kuolemme joskus. Voi olla, että meillä lihavilla tarvitaan isompi arku, enemmän kantajia tai pidempi tuhkausaika, mutta hoikkuudellakaan ei saavuteta ikuista maanpäällistä elämää. Se vain on niin. (B5)

6 PÄÄTÄNTÖ

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää, miten laihdutusblogeissa representoidaan lihavuutta ja minkälaisia lihavuusdiskursseja niissä esiintyy. Havaitsin aineistosta löytyvän neljä erilaista diskurssia, joihin liittyi erilaisia representaatioita. Lihavuus terveyshaittana -diskurssille oli nimensä mukaisesti ominaista korostaa lihavuutta ensisijaisesti uhkana ja haittana terveydelle. Tähän diskurssiin liittyvissä representaatioissa korostuivat sellaiset asiat kuin laiskottelu, huono fyysinen kunto ja runsas ruuan nauttiminen. Representaatiota luotiin esimerkiksi nostamalla toimijaksi erilaiset herkut ja esimerkiksi käden suorittaman liikkeen. Näin paitsi häivyttiin yksilön roolia, myös nähdäkseni essentialisoitiin lihavuutta tilana, johon yllämainitut ominaisuudet kuin luonnostaan kuuluvat.

Lihavuus ulkonäköhaittana -diskurssin sisällä lihavuutta representoitiin erityisesti suuren koon sekä ulkonäön aiheuttaman mielipahan kautta. Ensin mainitussa representaatiossa merkittäväksi elementiksi nousivat vaatteet, joiden kautta havainnollistettiin kokoa ja siinä tapahtuneita muutoksia. Lisäksi ylipainoa kuvattiin metaforanomaisesti pieniksi ja epämukaviksi käyneiden vaatteiden kautta. Bloggaajan vaatteet jäsenyivät jonkinlaisina rajoina hyväksyttävälle subjektiviteetille; niiden jääminen pieniksi taas merkitsi, ettei bloggaaja enää mahtunut näihin rajoihin. Yksilö saattoikin kokea olevansa ”oikeasti” hoikka ylipainoisen ruumiin sisällä.

Vaikka diskurssi oli aineiston yleisin – se esiintyi kaikissa blogeissa yhtä lukuun ottamatta – se kuitenkin nousi usein blogeissa esiin vain ohimennen mainittuina huomioina. Syy tällaisiin tuloksiin saattaa piillä monenlaisissa seikoissa – joillekin bloggaajille aihe ei kenties ollut erityisen tärkeä, joillekin kauneus- ja ulkonäkönormit ehkä näyttäytyivät niin itsestään selvinä, ettei niitä koettu tarpeelliseksi sen kummemmin perustella saati kyseenalaistaa. Jälkimmäiseen tulokseen on tullut ainakin Puutio (2013: 63), joka naisten ulkonäkönormeja käsitteleviä kirjoituksia tutkittuaan oli havainnut hoikkuuden niin itsestään selväksi tavoitteeksi, ettei sitä juuri edes tarvinnut perustella.

Kolmas diskurssi painotti lihavuutta esteenä psyykkiselle hyvinvoinnille. Harjusen (2007: 206, 211) hahmottelema välitilan käsite osoittautui käytännölliseksi omassa analyysissäni. Monille lihavuus jäsenyytään välitilana, ohimenevänä vaiheena, joka tekee elämästä *sitten kun* -elämää. Lihavuus onnellisuuden esteenä -diskurssissa ylipaino representoituinkin ongelmana, joka esti nauttimasta elämästä ja aiheutti saamattomuutta.

Toisaalta lihavuuden representaatioissa korostettiin tämän diskurssin osalta myös tietynlaista sattumanvaraisuutta.

Neljännän ja viimeisen hahmottelemani diskurssin nimesin kriittiseksi lihavuusdiskurssiksi, sillä diskurssille ominaista oli suhtautua kyseenalaistaen näkemykseen, jonka mukaan lihavuus on pelkästään epätoivottava ja negatiivinen ominaisuus. Lihavuus representoituikin samanarvoisena ominaisuutena hoikkuuden kanssa; ylipainon sijaan ongelmallisiksi nostettiin ennemminkin ihmisten syrjivät asenteet.

Aiempi lihavuusdiskursseja kartoittava tutkimus on keskittynyt pitkälti asiantuntijateksteihin (esimerkiksi Aho 2009 ja Mikola 2015), mutta myös niin sanottuja tavallisten ihmisten kirjoittamia tekstejä lihavuudesta on tutkittu, joskaan ei niinkään diskurssianalyysin keinoin. Asiantuntijadiskursseihin verrattuna omasta aineistostani löytämäni diskurssit olivat suhteellisen erilaisia, mutta yhdistävä tekijä löytyi terveyden korostamisesta. Aho (2009: 66) on todennut lihavuutta käsitteellistettävän medikaalisena, lääketieteellisenä tilana. Myös Mikolan (2015: 101) pro gradussa lihavuus näyttäytyy kansanterveydellisenä ongelmana. Omassa aineistossa laihduttamista perusteltiin usein juuri terveydellä, mikä kertonee siitä, että asiantuntijoiden tuottama lihavuuspuhe on tavoittanut ihmiset. Toisaalta lihavuutta terveystriskinä myös paikoitellen kyseenalaistettiin.

Kuten jo analyysiosassa tuli ilmi, Harjusen (2007) huomiot lihavuudesta olivat myös oman aineistoni suhteen käyttökelpoisia: jotkin naisten lihavuuskertomuksissa esiintyneet teemat kuten subjektiivisuuden jakautuminen nousivat esiin myös omassa aineistossani. Omalta osaltani pystyinkin analyysillani raottamaan lisää sitä, millaisin kielellisin keinoin lihavuuspuhetta ja siihen liittyviä ilmiöitä tuotettiin: analyysissa korostuivat erityisesti sanavalinnat ja toimijuus.

Puutio (2013) taas on tutkinut diskurssianalyttisesti alle 30-vuotiaiden naisten vapaamuotoisia kirjoituksia ulkonäöstä. Tutkimusaiheen ollessa erilainen myös diskurssit olivat luonnollisesti melko erilaisia, eivätkä ne näin ollen olekaan suoraan vertailtavissa. Kuitenkin Puution hahmotteleman, ruumiin hyväksyttäväksi muokkaamiseen tähtäävän *ruumis kuin muovailuvahaa* -diskurssin alla monet hoikkuuteen ja lihavuuteen liittyvät puhettavat olivat osin yhtäläisiä omien tulosteni kanssa; esimerkkinä tästä jo mainittu välitilan kokemus.

Yhteiskunnassamme samaan aiheeseen liittyen voi vallita useita kilpailevia diskursseja ja samaa ilmiötä voidaan representoida hyvin eri tavoin. Vaikka diskurssit ovat luonteeltaan muuttuvia, liikkuvia ja kaikkea muuta kuin tarkkarajaisia, on niillä kuitenkin myös valtaa ja seurauksia (Gee 1999: 37; Pietikäinen & Mäntynen 2009: 52).

Laihdutusblogeissa esiintyvät lihavuusdiskussit ovat vain pieni osa kaikista niistä muuttuvista, vaihtelevista ja ristiriitaisista diskursseista, joita lihavuuteen liittyen kulttuurissamme vallitsee. Siitä huolimatta nekin ovat omalta osaltaan rakentamassa sosiaalista todellisuutta sellaiseksi, kuin se meille näyttäytyy, ja samalla ne ammentavat monista aikaisemmista diskursseista ja representaatioista. Analyysini perusteella lihavuus jäsenyi ensisijaisemmin terveysongelmana tai ulkonäköhaittana kuin hoikkuuden kanssa samanarvoisena ominaisuutena. Tällaisilla painotuksilla on varmasti vaikutusta siihen, millaisena ihmiset kokevat ulkonäön merkityksen omassa elämässään.

Kandidaatintutkielman suppeus asetti omat haasteensa analyysille: paikoin tuntui, että tutkittavaa ja analysoitavaa olisi riittänyt enemmänkin, mutta työn laajuus huomioon ottaen kaikkeen ei ollut mahdollista tarttua. Aineisto oli sangen pieni, joten tulokset eivät ole suoraan yleistettävissä. Jotta tuloksia voisi pitää kattavina, tulisikin analysoida huomattavasti suurempaa määrää blogitekstejä. Toisaalta kuitenkin havaitsin, että eri blogeista nousevat havainnot olivat paikoin hyvinkin yhdenmukaisia, joten tältä osin tutkimustulokset olivat yhtenäisiä ja niitä voidaan pitää luotettavina. Luotettavuutta lisää se, että sovellettavilta osin aiemmissa tutkimuksissa oli tehty samankaltaisia havaintoja kuin omassa kandidaatintutkielmassani. Yleisesti ottaen olen tyytyväinen tutkielmaani, sillä se tuotti uutta tietoa lihavuusdiskursseista ja -representaatioista sekä näihin liittyvistä kielellisistä valinnoista.

Mahdollisia jatkotutkimusideoita ajatellen olisi ollut erittäin kiinnostavaa ulottaa analyysi koskemaan myös laihdutusdiskursseja. Lisäksi voisi olla mielenkiintoista analysoida, millaisia lihavuuden representaatioita ja lihavuusdiskursseja miehet tuottavat. Tutkielmassa esiin nostamani aiempi tutkimus oli keskittynyt nimenomaan naisten lihavuuskertomuksiin. Voisikin olla kiinnostavaa tutkia, merkityksellistävätkö miehet lihavuutta eri tavoin kuin naiset.

7 LÄHTEET

Aho, Timo 2009: *Lihavuuden biopoliittinen haltuunotto – Suomen Lääkärilehden tekstit lihavuudesta vuosilta 1995–2008 medikalisoituneessa kulttuurissa*. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopiston yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos.

Anttila, Erkko & Kauppinen, Kaisa 2005: Onko painolla väliä: hoikat, lihavat ja normaalipainoiset naiset työelämän murroksessa. – *Työ ja ihminen* 19 (2) s. 239-256.

Fairclough, Norman 1992: *Discourse and Social Change*. Cambridge: Polity Press.

Gee, James Paul 1999: *An Introduction to Discourse Analysis – Theory and Method*. New York: Routledge.

Hall, Stuart 1997: *Representation – Cultural Representations and Signifying Practices*. London: SAGE Publications Ltd.

Harjunen, Hannele 2007: Lihavuus välitilana. – Hannele Harjunen & Karoliina Kyrölä (toim.), *Koolla on väliä* s. 205-227. Helsinki: Like.

Harjunen, Hannele 2012: Lihavuuden yhteiskunnallinen merkitys. – Hannele Harjunen & Tuija Saresma (toim.), *Sukupuoli nyt* s. 153–172. Jyväskylä: Yliopistopaino.

Harjunen, Hannele & Kyrölä, Katariina 2007: Johdanto. – Hannele Harjunen & Karoliina Kyrölä (toim.), *Koolla on väliä* s. 205–227. Helsinki: Like.

Hiidenmaa, Pirjo 2008: Lingvistinen tekstintutkimus. – Minna-Riitta Luukka & Kari Sajavaara (toim.), *Kieli, diskurssi & yhteisö*. s. 161-190. Soveltavan kielentutkimuksen laitos: Jyväskylän yliopistopaino.

Jokinen, Arja; Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero 2002: *Diskurssianalyysi liikkeessä*. Tampere: Vastapaino

Koskinen, Kaisa 2014: Tunteella ja tuttavallisesti. Margot Wallströmin blogi osana Euroopan komission viestintää. – Marja-Liisa Helasvuo, Marjut Johansson & Sanna-Kaisa Tanskanen (toim.), *Kieli verkossa: näkökulmia digitaaliseen vuorovaikutukseen* s. 127–148.. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

KS = Kielitoimiston sanakirja. Kotimaisten kielten keskuksen julkaisuja 166. Helsinki: Kotimaisten kielten keskus ja kielikone 2012. – <http://mot.kielikone.fi/mot/jyu/netmot.exe?motportal=80> 27.4.2016.

Mikola, Lauri 2015: *Lihava uhka - Terveysten asiantuntijat ja lihavuus Suomessa 1945 - 1977*. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopiston politiikan ja talouden tutkimuksen laitos.

Laatikainen, Tiina; Männistö, Satu & Vartiainen Erkki 2012: Suomalaisten lihavuus ennen ja nyt. Tutkimuksesta tiiviisti 4. Terveiden jähvinvoimien laitos, Helsinki.

Paasonen 2010: Sukupuoli ja representaatio. – Juvonen, Tuula & Rossi, Leena-Maija & Saresma, Tuula (toim.), *Käsikirja sukupuoleen* s. 39–48. Tampere: Vastapaino.

Puutio, Salla 2013: *Yksilöllisiä toimijoita, julkisia objekteja – Nuorten naisten ulkonäkökulttuuri sukupuolittuneiden kauneuden ihanteiden verkossa*. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopiston yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö.

VISK = Auli Hakulinen, Maria Vilkuna, Riitta Korhonen, Vesa Koivisto, Tarja Riitta Heinonen ja Irja Alho 2004: Iso suomen kielioppi. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. – <http://scripta.kotus.fi/visk> 27.4.2016.

AINEISTOLÄHTEET

Fab-book: Sanahelinä-Keijun tunnustus

<http://fabbook.laihdutusblogit.fi/56-2/>

Fat-Ass Housewife: Epätoivo vieraili sairasvuoteessa

<http://fahw.blogspot.fi/2015/10/epatoivo-vieraili-sairasvuoteessa.html>

Mun juttuja: Laihuttaminen on helppoa?

<http://munjuttuja.weebly.com/blogi/december-13th-2015>

My Weightloss Journey: Vuoden viimeiset mittaukset ja treeni

<http://myweightlossjourney.laihdutusblogit.fi/vuoden-viimeiset-mittaukset-ja-treeni/>

Pullukkablogi: Maailman ensimmäinen lihavuuspäivä

<http://kuunsisarxxl.vuodatus.net/lue/2015/10/maailman-ensimmainen-lihavuuspaiva>

Älä elämää pelkää: Ajankohtainen kakkonen 3.11 ja ylipainon aiheuttamat terveysriskit

<http://alaelamaapelkaa.blogspot.fi/2015/11/ajankohtainen-kakkonen-311-ja-ylipainon.html>