

**KUNTOSALIKENTÄN DYNAMIIKKA ILMENEE SEN  
STRUKTUURIN MUODOSSA JA TOISILLEEN  
VASTAKKAISTEN VOIMIEN ASYMMETRIASSA**

**Symbolinen kamppailu Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden  
kuntosalientällä**

**Hannes Järvenpää  
Maisterintutkielma  
Sosiologia  
Yhteiskuntatieteiden  
ja filosofian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2020**

## TIIVISTELMÄ

### KUNTOSALIKENTÄN DYNAMIIKKA ILMENEE SEN STRUKTUURIN MUODOSSA JA TOISILLEN VASTAKKAISTEN VOIMIEN ASYMMETRIASSA Symbolinen kamppailu Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentillä

Hannes Järvenpää

Sosiologia

Maisterintutkielma

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Ohjaaja: Markku Lonkila

Kevät 2020

Sivumäärä: 80 sivua + liitteet 2 sivua

Tämä tutkimus tarkastelee Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosaliharjoittelun motiiveja ja tapoja, joilla opiskelijat määrittelevät kuntosaliharjoittelun legitimejä käytäntöjä. Tutkimus suhteuttaa kuvauksia Pierre Bourdieun kenttäteoriaan ja selittää Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän symbolisen kamppailun piirteitä.

Tutkimuksen aineisto koostuu 2016 kerätystä kyselyhaastatteluaineistosta. Kyselyhaastattelu osoitettiin Jyväskylän yliopiston opiskelijoille. Aineisto käsittää yhteensä 11 kysymystä ja 206 vastaajaa.

Tutkimuksen laadullinen sisällönanalyysi on kaksivaiheinen. Ensimmäinen vaihe tarkastelee aineistoa strukturalistisesta näkökulmasta ja kuvaa Ari Kunnarilta sovelletun liikuntapäätöksen käsitteen avulla kuntosalikentän spesifejä pääomia. Pääomille perustuvan tarkastelun kautta analyysin ensimmäinen vaihe hahmottelee kuvaa kuntosalikentän rakenteesta. Analyysin toinen, konstruktivistinen vaihe tarkastelee kuntosalikentän yksilöllisiä havaitsemisen ja kategorisoinnin tapoja. Näitä piirteitä tarkastelemalla tutkimus selittää Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän symbolisten kamppailujen ja todellisuuden määrittelytapojen piirteitä.

Kuntosaliharjoittelun päämääriä kuvataan terveyden-, ilmaisun- ja kilpailun liikuntapäätöksinä. Terveyden pääomaa tavoittelevien kuntoilijoiden tavoitteet palautuvat yleiskunnon ja hyvinvoinnin merkityksiin. Voimaharjoittelulla kompensoidaan kiireistä arkea, ylläpidetään terveellistä elämäntapaa ja kuntoutetaan syntyneitä vammoja. Ilmaisullisen päätöksen ryhmässä haave laihumisesta, kiinteytymisestä, lihasmassan kasvusta tai unelmien vartalosta motivoivat ryhmän jäseniä liikkumaan. Kilpailun päätöksiä tavoittelevien ryhmässä harjoittelun progressiivisuudella on erityinen asema. Mitattavat tulokset ja ajatus itsensä ylittämistä ovat ryhmän jäsenille tärkeitä voimaharjoittelun lähtökohtia. Yksilöllisiä kategorisointitapoja koskevien tulosten osalta tutkimus esittää eri kuntoilijaryhmien oikeuttavan kansakuntoilijoiden taipumuksia vahvasti oman harjoittelunsa ihanteista käsin. Kentän toimijat tuottavat yksilöllisten kategorisointitapojen perusteella arvioita kuntosaliharjoittelun oikeista ja vääristä periaatteista.

Avainsanat: kuntosali, kenttä, symbolinen kamppailu, päätöksiä, liikuntapäätöksiä

# Sisällys

1 JOHDANTO .....	3
1.1 Pururadoilta punttisaleille .....	4
1.2 Kohti tutkimusta .....	7
2 AIKAISEMPI TUTKIMUS .....	11
2.1 Kuntosaliliikunnan pyhät .....	11
2.2 Saliryhmät, motiivit ja symbolinen kamppailu .....	13
2.3 Post-alakulttuurit ja alakulttuurinen pääoma .....	17
2.4 Tutkijoiden jalanjäljissä .....	18
3 TEORIA JA METODOLOGIA .....	20
3.1 Yleisesti .....	20
3.2 Bourdieulainen näkökulma .....	21
3.3 Sosiaalinen prakseologia .....	23
3.4 Bourdieun teorialat .....	24
3.4.1 Kenttä ja habitus .....	26
3.4.2 Bourdieun pääomat .....	28
3.5 Kunnarin liikuntapääoma .....	30
3.6 Liikuntapääoma tässä tutkimuksessa .....	34
4 AINEISTO JA METODIT .....	38
4.1 Aineisto .....	38
4.2 Analyysimetodit .....	40
5 KUNTOSALIKENTÄN PÄÄOMAT, TOIMIJOIDEN ASEMAT JA KENTÄN RAKENNE .....	42
5.1 Liikuntapääomat .....	42
5.1.1 Terveyden liikuntapääoma .....	42
5.1.2 Ilmaisullinen liikuntapääoma .....	46
5.1.3 Kilpailun liikuntapääoma .....	49
5.1.4 Kuntosalientien objektiivinen rakenne .....	51
5.2 Symbolisen kamppailun piirteet .....	55
6 YHTEENVETO .....	66
6.1 Kentien objektiivinen rakenne .....	67
6.2 Symbolinen kamppailu .....	68
7 POHDINTA .....	75

LÄHTEET .....	78
LIITTEET .....	81

# 1 JOHDANTO

Punttisalin hämärään toisten lähdettyä jään ja huokaan.

Kuinka kummia ajatuksia päähäni tuokaan.

Tuo toiveeni ainoa, että olla saanpi

nuorempi ja laihempi ja lihaksikkaampi.

Vaikken sitä julkista, katson lätkää ja pelaan sulkista.

Eppu Normaali (1990)

Vuonna 1990 suosittu suomirockyhtye Eppu Normaali villitsi väestöä uunituoreella kappaleellaan Urheiluhullu. Kappale oli Suomen valtakunnan urheiluliiton (SVUL) Epuilta tilaama juhlatyö, jolla järjestö juhlisti ylevästi 90-vuotista järjestötaivaltaan. Kappale ei kuitenkaan jäänyt ainoastaan SVUL:n järjestöhistoriaan, vaan myös suuri yleisö otti kappaleen omakseen. Kappale saavutti suunnattoman kansansuosion, ja vuosien jälkeen sitä voidaan epäilyksettä pitää yhtenä suomirockin ikivihreistä klassikoista. Kappaleen sanoman voi huomata saaneen eri aikoina erilaisia merkityksiä, mutta sen vetoavan vaikutuksen voi katsoa ulottuvan aina nykypäivään asti. Tästä yhtenä osoituksena on kappaleesta vuonna 2017 tehdyt versiot, joilla suosittu suomalainen rapduo JVG toi kappaleen päivitettyinä nykypäivään. Kappaleesta tehdyt kaksi eri versiota mukailevat jokseenkin uskollisesti alkuperäis-teosta, mutta kappaleen sävyn ja sanoman saattaa huomata muuttuneen. JVG:n versioissa Eppujen alkuperäiskappaleelle ominainen hienostunut sarkastisuus tuntuu olevan tiessään. Tilalla ovat JVG:n innokkaat ja vilpittömän oloiset liikuntaa ja urheilua ylistävät huudahdukset. Nykyversiot tuntuvat jäsentävän aivan toisenlaista liikuntakuvaa kuin mitä Eput aikanaan välittivät.

Kappaleita voidaan pitää kontrastisina aikalaiskuvauksina, jollaisina ne kertovat meille jotain liikunnan ja urheilun asemasta eri aikoina. Kappaleet kuvaavat omalla tavallaan liikuntakulttuurin yhteiskunnallista legitimizeettiä ja sitä muutosprosessia, jonka aikana ironinen vaikuttaa muuttuneen oikeutetuksi ja sarkastinen seksikkääksi. Samassa hengessä kappaleiden liikuntaan liittämät *hulluutta* kuvaavat

merkitykset vaikuttavat muuttuneen *älyttömyyden* tai *mielipuolisuuden* kuvauksista hyväksyviksi *tavatonta innostuneisuutta* ja *ihastusta* osoittaviksi huudahduksiksi (vrt. Kielitoimiston sanakirja s.v. *hullu*).

Kappaleiden heijastelemien muutosprosessien ymmärtäminen edellyttää ajatusharppausta liikunnan takavuosille, aina 1950-luvun suomalaiseen yhteiskuntaan, aikaan, jolloin suomalainen yhteiskunta panosti aivan erityisellä innolla liikuntakulttuurin kehitykseen. Näiden toimien muuttamasta maailmasta myös kuntosaliliikunta on löytänyt paikkansa.

## 1.1 Pururadoilta punttisaleille

Liikunnan asema kohentui 1950-luvulla monilla osa-alueilla, ja julkisen sektorin osoittama tunnustus lisääntyi merkittävästi. 1960-luvulla kunnat ryhtyivät työllistämään liikunnanohjaajia, Helsingin katukuvaan ilmestyi ensimmäinen kaupallinen kuntosali, ja tieteen parissa tarkennettiin liikuntaa ja urheilua koskevaa käsitteistöä. Vuonna 1967 liikuntapoliittisilla neuvottelupäivillä liikuntakulttuurin määriteltiin koostuvan kuntoliikunnasta, liikuntakasvatuksesta, kilpaurheilusta ja huippu-urheilusta. Jo vuonna 1966 opetusministeriö oli nimittänyt toimikunnan, jonka tarkoituksena oli pohtia kansan- ja kuntourheilun edistämiskeinoja. Uusia liikunnan keskusjärjestöjä perustettiin, ja politiikassa aina tasavallan presidenttiä myöten puhuttiin kuntoliikunnan terveyttä ja työkykyä edistävästä vaikutuksista. Yhä useampi ihminen omaksui liikunnan ja urheilun osaksi vapaa-ajanviettotapojaan, ja kansanliikunta lisäsi suosiotaan. Jo valmiiksi liikuntaan ja urheiluun kasvanut kansa rymisti joukolla pururadoille ja palloilukentille. (Itkonen 1996, 225–226; Sankari 1995, 11–14.)

Kuntosaliliikunnasta oli nähty ensimmäisiä viitteitä jo 1910–1920-lukujen vaiheissa, kun kehonrakennuksen menetelmiä oli sovellettu terapeuttisina hoitomuotoina. Kesti kuitenkin pitkään ennen kuin voimailu saavutti suuren kansan suosion. Kehonrakennuksen terapeuttisten menetelmien ohella myös painonnostolla oli vankka asema vuosisadan alkupuoliskon suomalaisessa voimailukulttuurissa.

Olympialaisista tuttuja painonnostoliikkeitä harjoiteltiin urheiluseurojen ylläpitämillä harjoituspaikoilla ja kaveriporukoitten kellareihin kyhäämillä kotisaleilla. 1960-luvun aikana painonnostopaikkojen rinnalle alkoi kuitenkin ilmaantua myös kaupallisia kuntosaleja. Varustelutaso oli vaikuttava. Käsipainosarjojen, kyykkyteelineiden ja taljojen lisäksi osalla kuntosaleista oli virallisia kilpailuissa käytettäviä voimailutankoja, eristäviä ojennuslaitteita ja hauiskääntöpenkkejä. Näistä ajoista aina 1980-luvun taitteeseen asti kuntosaleja kansoittivat pääasiallisesti kilpailevat kehonrakentajat, voimannostajat ja painonnostajat, mutta joukkoon mahtui myös joitain tavallisia kuntoilijoita (Itkonen 1996, 225–226; Sankari 1995, 11–14)

Viimeistään 1980-luvulta alkaneet muutokset veivät liikuntakulttuuria vauhdilla siihen pisteeseen, että 1990-luvun populaarikulttuurissa oli aiheellista sanoilla urheiluhulluudesta. Liikuntakulttuurin muutoksia tutkinut liikuntasosiologi Hannu Itkonen (1996, 226) arvioi, että 1980-luvulla suomalaisen liikunnan kentässä tapahtuneet muutokset olivat luonteeltaan niin huomattavia, että näistä vuosista lähtien voi suomalaisessa liikuntakulttuurissa katsoa alkaneen uusi *liikunnan eriytyneen toiminnan kausi*.

Edeltäneiden vuosikymmenten aikana tapahtunut yhteiskunnallinen murros oli omiaan muovaamaan myös liikunnan kenttää. Aiemmin jokseenkin yhtenäinen kilpailullis-valmennuksellisille periaatteille ja seurakeskeiselle liikunnalle perustunut liikuntakulttuuri etsi rajojaan. Lajikirjo ja harrastamismahdollisuudet lisääntyivät ja entistä useammat ihmiset löysivät tiensä liikunnan pariin. Kiihtyvä yksilöllistymiskehitys oli omiaan haastamaan liikunnan arvoja. Kehityksen seurauksena harrastamisen motiivit ja sisällöt monipuolistuivat. Suorituskeskeisyyden lisäksi liikunnan tuottama ilo, hauskuus ja ilmaisullisuus korostuivat liikunnan yksilöllisissä merkityksissä. Yksilölliset intressit korostivat kokemuksellisuutta ja ohjasivat ihmisiä mahdollisimman monien uusien lajien pariin. Markkinoiden ja median myötävaikutuksessa liikuntakulttuurin uudet eriytyneet merkitykset saivat näkyvyyttä, ja liikunnan yleisyhteiskunnallinen legitimitetti kasvoi entisestään. Liikuntakulttuurin kaupallistuminen synnytti alati kasvavat liikuntamarkkinat, ja liikunnan kentälle syntyi alituisen uusia kaupallisia palvelun tuottajia. Yhä useampi

instituutio, joiden ensisijainen substanssi ei liittynyt liikuntaan, omaksui liikunnan osaksi omia toimintamuotojaan. Näiden joukossa poliittiset puolueet, kasvatusjärjestöt, kirkko, ammattiyhdistykset ja monet muut yhteiskunnan auktoriteetti-instituutiot sisällyttivät liikunnan ohjelmiinsa. Osana prosessia tiedonvälityksen kehittyminen toi suomeen massoittain uusia lajeja, ja samalla palveluntuottajien välinen kilpailu kiihtyi. Globaalit liikunnalliset virtaukset liikkuiivat entistä vapaammin vauhdittaen jo valmiiksi kiivasta kehitystä. (Itkonen 1996, 225–226; Salasuo, Piispa & Huhta 2015, 116.)

1980-luvun kiihkeät kehitysvaiheet lisäsivät myös kuntosaliharjoittelun kiinnostavuutta. Kuntosaliliikunta oli saanut osakseen myös huomattavaa tunnettuutta, kun 1980-luvun alkuvuosina suomalaiset kehonrakentajat näyttivät suorituksillaan maailmanmenestystä. Jorma Rätty, Kike Elomaa ja Marjo Selin lunastivat peräkkäisinä vuosina kehonrakennuksen arvokisatittleitää aina maailmanmestaruuksia myöten. Liikunnan laajentunut lajikirjo ja sen merkitytysten monipuolistuminen kuljettivat kokeilunhaluista kansaa kohti kuntosaleja. Viimeistään kotosuomalaisten kehonrakentajien maailmanmenestys valoi ihmisiin uskoa, että kuka tahansa saattaisi aloittaa kuntosaliharjoittelun. Uusia harrastajia virtasi lajin pariin, eikä kerran herännyt kiinnostus enää ottanut laantuakseen. (Sankari 1995, 13.) Seuraavien vuosikymmenten aikana kuntosaliharjoittelu haki suosiossaan muista mittaa.

Kansallisen liikuntatutkimuksen (2010) liikuntabarometri havainnollistaa 1980-lukua seurannutta kuntosaliharjoittelun laajamittaista popularisoitumista. Vuosien 1994–2010 välillä kuntosaliharjoittelun suosio lisääntyi huimasti. Kuntosaliliikunnan pariin hakeutui enemmän uusia harrastajia kuin minkään muun liikuntamuodon pariin. Se ohitti suosiossa uinnin, yleisurheilun ja hiihdon sijoittuen tarkastelujakson lopulla vuonna 2010 kävelyn ja pyöräilyn jälkeen suosituimmaksi aikuisväestön (19–65-vuotiaat) liikuntamuodoksi. Vuonna 2019 julkaistu terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen liikuntatilasto (THL 2019) heijastelee vastaavia tuloksia. Tilasto asemoi nuorten ja nuorten aikuisten ikäryhmien (15–29-vuotiaat) osalta kuntosaliliikunnan niin ikään kolmanneksi suosituimmaksi liikuntalajiksi, edellään ainoastaan pallopelit ja pyöräily.



Kuntosaliliikuntaa sen eri muodoissa on voitu pitkään pitää perustellusti marginaalilajina. 1970-luvulta aina 1980-luvun puoleenväliin saakka kuntosaliliikunnan parissa pumppasi suhteellisen pieni alakulttuurinen yhteisö. Näiden vuosikymmenten jälkeen kuntosaliliikunnan suosiossa on kuitenkin tapahtunut suuri muutos. Pienen porukan bodaamisesta on kehittynyt koko kansan huvi.

Myös liikunnan- ja kehon viestinnälliset merkitykset ovat muuttuneet ja monipuolistuneet. Kehon terveys ja hyvinvointi, sen ilmaisullinen viehätysvoima, voima ja suorituskyky välittävät ja tuottavat aikamme yksilöllisiä ihanteita. Liikunnan avulla ihminen pystyy etsimään elämäänsä monipuolisia sisältöjä ja tiettyjen ehtojen rajoissa kokemuksellistamaan liikunnan merkityksiä yksilöllisesti. (Sankari 1995; Itkonen 1996; Kinnunen 2001.)

Liikuntakulttuurin eriytyneelle ajalle ominainen monipuolisuus tarjoaa myös kuntosaliliikunnan harrastamiseen monia mahdollisuuksia. Tänä päivänä kuntosalipalveluita tarjoavien tahojen määrä on kaikkiaan huomattava. Palveluntarjoajien joukossa on yksityisiä, julkisia, valtiollisia ja kunnallisia tahoja, siinä missä myös monet työnantajat ja oppilaitokset tarjoavat yhteisöilleen mahdollisuuksia kuntosaliliikunnan harrastamiseen. Myös varustelutaso on vuosien varrella muuttunut. Takavuosien seurasaleilta ja painonnostopaikoilta tutut voimailuvälineet kuuluvat usein nykysalienkin repertuaariin, mutta näiden lisäksi monelta kuntosalilta löytyy myös monipuolinen valikoima mitä erilaisimpia laitteita, tankoja ja painoja. (Ks. esim. Sassatelli 2010.)

## **1.2 Kohti tutkimusta**

Kuntosaliliikunnan parissa harjoiteltavien lajien ja näiden sovelluksille perustuvien harjoituskäytäntöjen määrän voi myös huomata lisääntyneen. Laajasta lajikirjosta ja kuntosaliliikunnan monipuolisista mahdollisuuksista huolimatta harjoittelun fysiologiset perusteet ovat kuitenkin pysyneet muuttumattomina. Näin voi arvella olevan jo yksin siksi, että ihmisen fysiologisessa evoluutiossa ei suomalaisen voimailun kehityshistorian aikana liene tapahtunut huomattavia muutoksia.

Fysiologiset perusteet, tarpeet tai tavoitteet ohjaavat osaltaan harjoittelun käytäntöjä. Tiettyä ominaisuutta kehitetään tietyillä menetelmillä. Jos esimerkiksi tavoitteena on kasvattaa lihasmassaa tai muokata tiettyä kehon yksityiskohtaa, tulee lihaksia kuormittaa tietyllä tavalla. Yleistetysti voidaan ajatella, että näihin tavoitteisiin pyritään harjoittelulla, jossa käytetään keskiraskaita kuormia, tehdään suuria toistomääriä ja sarjojen väliset palautumisjaksot pidetään lyhyinä. Lyhyiden palautumisaikojen ja suurien toistomäärien takia harjoittelun rytmi on usein suhteellisen intensiivinen. Tämän kaltaisia kestävyysvoimaominaisuuksien kehittämiseksi perustuvia harjoituskäytäntöjä sovelletaan laajamittaisesti niin tavanomaisten kuntoilijoiden, kuin lukemattomien kilpailullisille päämäärille perustuvien lajien keskuudessa.

Jos taas kuntoilijan tavoitteena on kehittää maksimivoimaominaisuuksiaan, suositetaan hyvin erilaisia harjoituskäytäntöjä. Keskiraskaiden kuormien sijaan käytetään raskaita kuormia, toistomäärät ovat usein pieniä ja sarjojen väliset palautumisajat monesti useita minuutteja. Maksimaalisissa voimasuorituksissa raskaiden kuormien käsittely ja suoritukseen valmistautuminen on usein intensiivistä. Kestävyysvoimaominaisuuksien kehittämiseksi perustuvien harjoituskäytäntöjen laajamittaisen soveltamisen tapaan myös maksimivoimaperusteisen harjoittelun käytäntöjä hyödynnetään laajasti.

Voimaominaisuuksien määrätietoisen ja tarkoituksen mukaisen kehittämisen lisäksi kuntosaliharjoittelun tavoitteet voidaan mieltää kohtuullisemmin tai ylipäättään jostain muusta näkökulmasta. Kaikille raskaiden kuormien käsittely tai äärimäinen kestävyyskuormitus eivät ole salin suola. Lihaskunnan ylläpitoon tähtäävät tavoitteet, siinä missä harjoittelun henkisten hyötyjen huomioiminenkin ovat yhtä lailla kuntosalin tulostavoitteellista toimintaa. Samaan tapaan myös kunnon ylläpito tai hyvinvointiin tähtäävät tavoitteet näyttäytyvät tietynlaisena harjoitteluna. Joillekin jo yksin salilla käyminen voi riittää täyttämään asetetut tavoitteet, eikä harjoittelun intensiteetti ole asetettujen tavoitteiden saavuttamisen edellytys.

Kun kuntosaliliikunnan yksilölliset päämäärät, sen eri harjoitusmenetelmät ja lajit sekä yleisesti harjoitteluun liitetyt tavoitteet ovat palautettavissa tietyille

fysiologisille fundamenteille, voi näiden pohjalle hahmottuvien karkeiden jakolinjojen katsoa jäsentävän kuntosalikentän harjoittelukäytäntöjä koskevaa yleiskuvaa ja erilaisten toimintatapojen kontrasteja. Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata lähemmin Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän rakennetta ja selittää kentän sisäisiä voimasuhteita. Tarkasteluni näkökulma perustuu teoriasidonnaisesti Pierre Bourdieun (ks. esim. Bourdieu & Wacquant 1995) kenttäteorian periaatteille, joiden varassa hahmottelen kuntosalikentän symbolisen kamppailun piirteitä. Tutkimukseni toisena teoreettisena apuvälineenä toimii Ari Kunnarin (2011) väitöskirjassaan määrittelemä liikuntapääoman käsite, jonka perustalta hahmottelen kuntosalikentän rakennetta.

Tutkimukseni tapa käsittää ja käsitteellistää kuntosaliteemaa on kaikkiaan ymmärrettävissä Pierre Bourdieun kenttäteorian näkökulmasta. Bourdieun kenttäteoria on kiinnostunut yhteiskunnan eri alueilla vallitsevista valtasuhteista ja pyrkii selittämään arkipäiväisen todellisuuden määrittelyoikeudesta käytyä kamppailua.

Kenttäteoria katsoo yhteiskunnan jakautuvan *kentiksi*, joilla toimijat käyvät *symbolista kamppailua* kentillä jaossa olevista resursseista. Kamppailun kohteena olevia resursseja Bourdieu kutsuu *pääomiksi*. Perusmuodossaan pääomat ilmenevät sosiaalisena, taloudellisena ja kulttuurisena pääomaa. Näiden lisäksi kenttäteoria katsoo kullakin kentällä olevan omia spesifejä pääomiaan, jotka kunkin kentän sisäiset toimintaperiaatteet määrittelevät.

*Liikuntapääoman* käsitteen osalta tutkimukseni yhtenä osatavoitteena on testata käsitteen käytettävyyttä tietyn spesifin liikunnan osa-alueen tarkastelussa. Testausta koskeva tiedonintressi perustuu Ari Kunnarin väitöskirjassaan esittämille jatkotutkimuskehotuksille. Hän arvioi ensin, että käsite voisi soveltua minkä tahansa liikunnan osa-alueen yksityiskohtaiseen tarkasteluun ja päätännössään kehottaa myöhempiä tutkimuksia kuljettamaan käsitettä uusille kentille ja testaamaan sen käytettävyyttä.

Kuntosaliliikunnan suuresta suosiosta huolimatta sosiologia ei kaikkina aikoina, eikä koskaan huomattavan painokkaasti, ole ollut kiinnostunut kuntosaliliikunnan tutkimuksesta. Liikuntaa ja erityisesti kuntosalia koskevat tutkimukset on tavattu

jättää muille. Sosiologisen kiinnostuksen sijaan liikuntatutkimukset ovat voittopuolisesti painottuneet esimerkiksi liikunnan pedagogiikan-, biologian-, valmennusopin- tai liiketoiminnan ilmiöalueiden tutkimukseen. Oman tutkimukseni tarkoituksena on osaltaan täydentää kuntosaliteemasta käytyä yhteiskuntatieteellistä keskustelua.

Liikuntapääoman käsitteeseen liittyvien intressien lisäksi tutkimukseni tavoitteena on muodostaa kokonaiskuva Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän rakenteesta ja pyrkiä selittämään toimijoiden tapoja oikeuttaa ja kyseenalaistaa kentän toimintaan ja kanssatoimijoihin liittyviä merkityksiä. Käsittelen näitä teemoja tutkimuksessani kahden tutkimuskysymyksen kautta:

1. Millaisena Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän sosiaalinen rakenne näyttäytyy?
2. Millaisille sisällöille kentän symbolinen kamppailu perustuu?

Tutkimukseni alkaa aikaisempaa tutkimusta käsittelevällä luvulla, jonka puitteissa esittelen yleisesti kuntosaliteemasta käytyä tieteellistä keskustelua. Aikaisempaa tutkimusta käsittelevää lukua seuraa tieteenteoriaa ja tutkimukseni työteorioita käsittelevä luku. Luvun aloittaa tieteenteorian taustoja koskeva osuus, jonka jälkeen käsittelen työni tutkimusteorioita. Tämän osion keskiössä ovat Bourdieun teoriat sekä Ari Kunnarin liikuntapääomaa koskevat pohdinnat. Työteoriaa käsittelevän kappaleen lopussa selvitän oman tutkimukseni tapaa käyttää liikuntapääoman käsitettä. Teorialuvun jälkeen esittelen tutkimukseni aineiston, ja selvitän tutkimuksessani käytettävää analyysimenetelmää. Analyysimetodeja käsittelevää lukua seuraa varsinainen analyysivaihe, jonka aloittaa kuntosalikentän spesifejä pääomia koskeva tarkastelu. Tämän vaiheen lopuksi hahmottelen kuvaa Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän rakenteesta. Ensimmäisen analyysivaiheen jälkeen, analyysin toisessa vaiheessa, käsittelen lähemmin kuntosalikentän yksilökokemuksia. Toinen analyysivaihe hahmottelee kentän symbolisen kamppailun piirteitä, joita päätännössä kokoan yhteen vastatessani tutkimuskysymyksiini.

## 2 AIKAISEMPI TUTKIMUS

### 2.1 Kuntosaliliikunnan pyhät

Yksi harvoista suomalaisen yhteiskuntatieteen kuntosalitutkimuksista on Taina Kinnusen (2001) väitöstutkimus *Pyhät bodarit*. Kinnunen tarkastelee työssään ammattimaisen kehonrakennuksen kulttuurisia rituaaleja ja hahmottelee harjoittelun päämääriin liitettyä onnea ja kehonrakennuskulttuurin yhteisönmuodostusta. Kinnunen rakentaa työssään analogiaa durkheimilaisen uskonnon sosiologian ja kehonrakennusyhteisöjen rituaalis-sakramentaalisten käytäntöjen välille. Kinnunen (2001, 240-241) arvioi kehonrakennusyhteisöjen olevan hengellisten yhteisöjen tapaan kulttuurisesti ja subjektiivisesti määriteltyjä onneen tähtääviä yhteisöllisiä elämäntapoja, joita ilmentävät uskomuksiin, arvoihin, normeihin, kokemuksiin sekä symboleihin liitetyt pyhän ja profaanin kategoriat.

Pyhän ja profaanin kategorioiden lisäksi myös tabut, kiellot ja määräykset toimivat Kinnusen mukaan ryhmäidentiteettiä rakentavina rituaaleina. Kehonrakennuskulttuurissa näihin rituaaleihin lukeutuvat tietyt valikoidut suoritustekniikat, harjoittelun, levon ja ruokavalion systemaattinen suunnittelu ja orjallinen noudattaminen sekä kaiken kattava puritaaninen lajille omistautuminen. (Kinnunen 2001, 109.)

Kinnunen (2001, 110) selittää kuntosaliharjoittelun rituaalisen kokonaisuuden muodostuvan yksityiskohdista, joiden kautta toimijat identifioivat yksilöllisiä ja yhteisöllisiä taipumuksiaan. Yksittäinen kuntosalilla suoritettava harjoitus noudattaa tiettyä ennakoitua kaavaa, joka on rituaalisten piirteiden kyllästävä.

Kuntoilurituaaliin valmistaminen alkaa jo tunteja ennen itse harjoitusta. Hetkeä ennen kuntosalille siirtymistä kehonrakentaja nauttii energiavarastojen täydennykseksi kevyen hiilihydraattipitoisen aterian. Matka kohti harjoitusta alkaa ja orientaatio tiivistyy. Avainkortti piippaa lukijaan ja kuntosalin portit avautuvat. Siviilivarusteet viedään lukolliseen kaappiin salin perälle. Orientaatio on äärimmillään, ja voimailija siirtyy harjoituskentälle. Harjoitusohjelman ennalta määrittämä sakramentaalinen rituaali voi alkaa. Harjoitus noudattaa tiettyä ennakoitavaa

kaavaa. Alkulämmittelyn kautta siirrytään varsinaiseen vastusharjoitteluun, toistot ja tauot rytmittävät harjoituksen etenemistä. (Kinnunen 2001, 110–111.)

Kinnusen mukaan ruumiin ulkonäkö, sen toiminta ja soveltaminen sekä ruumista koskevat käsitykset ja normit ovat perusteellisesti kulttuurisidonnaisia merkityssisältöjä. Kinnusen tutkimuksen ruumiinfilosofinen lähtöoletus on ajatus kehosta kulttuurisena symbolina, joka heijastelee sekä yksilön kokemuksia että kulttuuria. (Kinnunen 2001, 16.)

Kinnunen sijoittaa tutkimuksessaan kehonrakennuksen samaan ilmiöperheeseen muiden postmodernien ruumiintekniikoiden kanssa. Näiden osalta hän mainitsee ravinto-opit, kuntoiluharrastukset ja kauneushoitomenetelmät. Kinnusen mukaan tämän kaltaisten tekniikoiden ennennäkemätön esiinmarssi kuvaa ruumiillisuuden nousua sosiaalisen ja yksilöllisen elämän keskuksiksi, päämääräksi ja pääomaksi. Ruumiista sekä kehonrakennuskulttuureissa että niiden ulkopuolella on tullut jokseenkin vapaasti valittavissa oleva itsen projekti ja keino viestiä sosiaaliluokkaa, statusta, sukupuolta, ikää, arvoja ja ideologioita. (Kinnunen 2001, 17.)

Rakentaja-lehden haastattelussa vuonna 2014 Kinnunen totesi, että ei olisi ikinä uskonut tutkimansa alakulttuurisen ilmiön kehittyvän koko kansan fitnessbuumiksi (Ulmanen, 2014). Kinnusen tutkimus vaikuttaa tänä päivänä entistä ajankohtaisemmalta, ja sen tekemien tulkintojen voi katsoa kuvaavan kuntosaliliikunnan sisältöjä entistä kattavammin.

Kinnusen tapaan myös Roberta Sassatelli (2010) Italian ja Iso-Britannian kuntosalikulttuureja käsittelevä tutkimus kertoo ruumiin viestinnällisten merkitysten muutoksista. Sassatelli kuvaa tutkimuksessaan kuntosalia lukemattomien vuorovaikutus- ja harrastusmahdollisuuksien kokonaisuutena, jonka puitteissa toimijalla on mahdollisuus merkityksellistää ja identifioida omaa kokemustaan haluamallaan tavalla. Liikuntavalinnoilla ja ruumiillisuudella viestitään omaa asemaa ja statusta. Sassatelli toteaa tällaisten identiteettiprosessien tuottavan ja uudelleenmäärittelevän kuntosalin sisäisiä voimasuhteita ja rajoja. Ruumiillisen ilmaisun osana yksilöllinen harjoittelutapa, tyyllilliset valinnat, vaatteet, asusteet ym. kulttuurituotteet ovat tärkeä osa näitä voimasuhteita jäsentävää viestintää. (Sassatelli 2010, 106–107.)

## 2.2 Saliryhmät, motiivit ja symbolinen kamppailu

Christina Hedblomin (2009) ruotsalaista kuntosalikenttää tarkasteleva tutkimus jakaa edelleen Kinnusen ja Sassatellin arvioita. Hedblom (2009, 18) katsoo kuntosalien toimintakulttuurin heijastelevan vallalla olevia ruumiillisia trendejä ja käsityksiä kauneuden, terveyden ja harjoittelun tavoitteista. Hedblomin (2009, 13) etnografinen tutkimus selvittää kuntosalien statushierarkioita ja todellisuuden määrittämisen tapoja. Hedblom on kiinnostunut siitä, kuinka kuntosaliyhteisöjen jäsenet määrittelevät itseään ja muita, ja kuinka harjoittelua koskeva informaatio kokemuksellistuu totuutena, tieteenä, tietona, myyteinä, pseudotieteinä tai hölynpölynä.

Tutkimus koostuu kahdesta osasta, joista ensimmäisessä Hedblom tarkastelee kuntosaliryhmien tapoja identifioida itseä ja muita. Toinen osa keskittyy lähemmin kehonkulttuurin tarkasteluun. ”Body is made to move” -fraasi markkinoi liikunnallista elämäntapaa. Kuitenkin eri tekniikat ja tavat liikkua eroavat huomattavasti toisistaan ja asettuvat keskenään ristiriitaan. Hedblomin tutkimus jäsentää kuntosalikentän ryhmänmuodostusta ja kysyy, kuinka ihmisen tulisi liikkua, jotta keho toimisi niin kuin sen ”pitää”. (Hedblom 2009, 13.)

Hedblom luonnehtii kuntosaleja tiloina, jossa harjoittelee monenkirjavia joukko ihmisiä eri taustoista. Kullakin näistä on oma tapansa lukea ympäröivää todellisuutta ja tulkita ajatusta oikeaoppisesta toiminnasta sekä näiden havaintojen pohjalta taipumus muuttaa omaa toimintaansa. Hedblomin mukaan kuntosalikulttuuria tarkastelevan tutkimuksen on tärkeää selvittää, mitä nämä yhteisön käyttäytymiseen vaikuttavat normit kulloinkin ovat. (Hedblom 2009, 182.)

Hedblom mainitsee, että osa normatiivisista harjoituskäytännöistä on kuntosalikentällä yhteisymmärryksessä jaettu, mutta lisäksi on valtava määrä käytäntöjä, joista ei ole samantapaista konsensusta. Harjoittelukäytännöt elävät kuntosalikentällä omaa elämäänsä välittyen eri yksilöiden ja ryhmien välillä tapahtuvan imitaatiopeilin kautta. Lisäksi harjoitteluvaikutteita omaksutaan lehdistä ja internetistä. Hedblom kertoo olevansa yllättynyt siitä, kuinka ristiriitaisia oikeaoppiseen harjoitteluun liittyvät ohjeet voivat keskenään olla, ja kuinka vahvasti eri koulukuntien

näkemykset vaikuttavat kuntosalikentällä. Tätä koulukuntien välistä kilvoittelua Hedblom tiivistää toteamalla, että osana todellisuuden määrittelyn prosesseja kuntosaleilla on jatkuvasti käynnissä enemmän tai vähemmän tiedostettu projekti, jossa itseä ja muita sosiaalistetaan siihen, kuinka tulee harjoitella. (Hedblom 2009, 113–120.)

Hedblom huomioi tutkimuksessaan, että oikeaoppisen harjoittelun kuvaukset ovat usein kärkeviä ja asenteet omaa tai muiden harjoittelua kohtaan ilmaistaan suhteellisen jyrkästi. Moni sanoittaa kuntosaliharjoitteluun liittämäänsä tietotaitoa kuvaamalla osaamistaan väitteellä *minä tiedän* (I know), siinä missä toisten harjoittelua kuvataan ilmaisuilla *muut luulevat tai uskovat tietävänsä* (they think or believe). Luulijoita ja uskojia nimiteltiin äärimmäisissä tapauksissa *diskopelleiksi* (disco faggot), *pilipaliporukaksi* (joppypoppy people), *anabolian uhreiksi* (anabolic victims) tai *typeryksi* (stupid people). (Hedblom 2009, 117.) Hedblomin mukaan tällaiset identiteettityötä ilmentävät lausunnot rakentavat osaltaan kuntosalikentän valta- ja statushierarkioita. Vallan ja statuksen merkityksiin liittyen Hedblom (2009, 19) hyödyntää tutkimuksessaan Bourdieun symbolisen pääoman käsitettä ja tulee luonnehtineeksi kuntosalin vuorovaikutussuhteita kenttäkamppailun perspektiivistä. Hän arvioi, että kuntosalilyhteisöissä vallitsee tietty omintakeinen hierarkia, jonka perustana on yksilön toiminnassa ja olemuksessa ympäristölle välittyvä, osaamista tai asemaa ilmentävä symbolinen pääoma (Hedblom 2009, 19).

Bourdieuun teorioissa symbolisella pääomalla tarkoitetaan pääomaa, jonka kautta muut pääomat (vrt. sosiaalinen-, taloudellinen-, kulttuurinen- tai liikuntapääoma) realisoituvat. (Bourdieu 1986, 248–252; Bourdieu, 1998, 47; Ruuskanen 2001, 27). Symbolinen pääoma on vuorovaikutteista, yksilön toiminnan kautta näkyväksi tulevaa pääomaa, joka ilmentää yksilön asemaa ja statusta. Se voidaan näin nähdä pikemminkin pääomien ilmenemistä kuvaavana pääoman ominaisuutena kuin omana pääomalajinaan. (Sankari 2004, 49–50.) Bourdieu itse on tiiveimmillään määrittelyn symbolisen pääoman olevan verrattavissa siihen, mitä Max Weber on tarkoittanut puhuessaan karismasta (Bourdieu 2013, 299).



Hedblomin mukaan kuntosalikontekstissa tietyillä toimijoilla, joilla katsotaan olevan hallussaan suuri määrä kuntosalikontekstiin soveltuvaa symbolista pääomaa, nähdään olevan hallussaan tieto siitä, kuinka tulisi harjoitella. Symbolinen pääoma kuvastaa toimijan hallussa olevaa tietotaitoa ja tuottaa haltijalleen määrittelyvaltaa sosiaalisten tilojen luonteesta. (Hedblom 2009, 19.)

Hedblom (2009, 19) arvioi, että statusaseman voi lunastaa erilaisilla symbolisilla ilmaisuilla. Kulloisenkin kentän tavoitteet määrittävät sen mitkä ilmaisut milloinkin ovat tavoittelemisen arvoisia, kentän näkökulmasta legitimejä tai – Kinnusta mukaillen – yhteisön pyhiksi tai ideaaleiksi katsomia. Hedblomille näitä symbolisen pääoman välittämiä piirteitä ovat esimerkiksi äärimmäinen fyysinen voima, timmi ulkomuoto ja lihaksikkuus, urheilullinen yleisolemus tai tietty kuntosalikentällä legitimi kulttuurisen pääoman institutionaalinen ominaisuus, kuten personal trainerin tai liikunnanopettajan koulutus. (Hedblom 2009, 19.)

Kuntosalikentällä ryhmien välillä tapahtuva vuorovaikutus jäsentää kuntosalin valtasuhteita ja sisäistä hierarkiaa. Hedblom tarkastelee tutkimuksessaan kuntosaliryhmiä motivaatioperusteisten alaryhmäkategorioiden kautta. Hän huomauttaa, että harjoittelun motiiveissa sekoittuvat usein monet merkitykset, kuten kunnan kohentaminen, terveenä pysyminen, kilpailu, voiman kasvattaminen tai esteettiset tavoitteet. Oman tutkimuksensa hän kuitenkin perustaa kuntosaliryhmien ideaalityypiseen tarkasteluun. Ylätasolla Hedblom jakaa motivaatioryhmät sisäisen- ja ulkoisen motivaation osa-alueisiin. Tässä yhteydessä Hedblom mainitsee, että monet sisäiselle motivaatiolle perustuvat tavoitteet, kuten hyvän olon-, terveyden- tai kunnan vaaliminen ovat monesti kuntosaliyhteisön ristiriidattomasti jakamia kuntoilun tavoitteita. Vastaavasti ulkoisten motiivien innoittama, tyypillisesti ulkonäkökeskeinen harjoittelu, jakaa kuntosalikentän asenteita kahtia. (Hedblom 2001, 181.)

Sisäisten- ja ulkoisten motiivien lisäksi Hedblom (2009, 61–62) kuvaa kuntosaliryhmiä ideaalityypisen kolmijaon kautta tarkastellen kuntosalikenttää mekaanisista-, esteettisistä- tai näiden ihanteiden yhdistelmistä motivoituvien ryhmien kokonaisuutena.

Kehon mekaanisuutta korostavien kuntoilijoiden ryhmä tavoittelee suorituskykyä ja pyrkii saamaan kehon toimimaan *koneen lailla* (as well as machine). Ryhmän jäsenet eivät juuri halua muuttaa kehonsa ulkonäköä, vaan mieltävät kehonsa mekaaniseksi työkaluksi tai koneeksi, joka on harjoittelun kautta tarkoitus saada toimimaan oikein. Tässä ryhmässä kuntoilun terveyttä edistävät vaikutukset koetaan tärkeiksi, ja usein harjoittelulla pyritään joko yleisesti ylläpitämään terveyttä tai kuntouttamaan olemassa olevaa vammaa. Ryhmä kielentää harjoitteluun liittämääns merkityksiä maltillisilla ilmaisuilla kuten "its good for you", "it is heathy", "one should do something healhy, so now i go to gym". (Hedblom 2009, 61–62.)

Terveyden ylläpidon ja kehon kuntoutumiseen liittyvien motiivien lisäksi ryhmän jäsenet motivoituvat kehon suorituskykyyn liittyvistä päämääristä. Monessa tapauksessa harjoittelulla on välineellinen tarkoitus, ja voimaharjoittelulla pyritään suorituskyvyn paranemiseen kuntosalilla tai jossain muussaa lajissa. Ulkonäön kohentamiseen suhtaudutaan suorituskyvyn ja terveyden sivutuotteena syntyneenä ominaisuutena. Esteettisistä syistä liikkuvien ryhmässä korostuvat nimensä mukaisesti kehon esteettisyyteen liittyvät tavoitteet. Tässä ryhmässä kehon toiminnallisuutta tai sen parantunutta suorituskykyä pidetään harjoittelun sivutuotteena syntyvänä pääomana. Ulkonäköön liittyvät tavoitteet ovat ensisijaisia. (Hedblom 2009, 61–62.) Esteettisistä syistä motivoituvien kuntoilijoiden ryhmässä omaa harjoittelua kuvaavat lausunnot eivät mekaanisen ryhmän lausuntojen tapaan ole yhtä mutkattomia. Hedblom (2009, 74) havaitsi ryhmän jäsenten tuottavat toisinaan omaa toimintaansa kyseenalaistavaa kriittistä itsereflektiota sanoittamalla motiivejaan väitteillä "I know that I am fanatic, but", "I know that this is sick, but" tai "I am narcissistic, I know, but". (Hedblom 2009, 74.)

Anne Sankarin (1995) nuorten aikuisten ruumiillisuutta käsittelevä tutkimus hahmottelee Hedblomin tutkimuksen tapaan kuntosaliharjoittelun motiiveja. Sankarin mukaan kuntoilijoiden harjoitteluun liittämää kokemuksia voidaan tarkastella pakon ja vapaaehtoisuuden ambivalentteina ristiriitoina. Yhtäältä moni ihminen kokee terveydestä huolehtimisen tärkeäksi henkilökohtaiseksi vastuukseksi, mutta toisaalta tämä vastuu kokemuksellistuu myös velvollisuudentunteena. Sankarin

mukaan terveydestä huolehtiminen yksilöä velvoittavana pakkona heijastelee suoritusyhteiskunnan tulos ja ulos -ajattelua ja korostaa yksilön itsevalvonnan merkitystä. (Sankari 1995, 48–49.) Sankari perustaa tutkimuksensa harjoittelumotiiveja koskevan tarkastelun Tapio Kosken (1995: 15) esittämille kuntosaliliikunnan tavoitteille, jotka palautuvat pyrkimykseen parantaa kehon terveyttä, toimivuutta tai esteettisyyttä.

### **2.3 Post-alakulttuurit ja alakulttuurinen pääoma**

Hedblomin tapaan myös Belinda Wheaton (2007) hyödyntää Bourdieun teorioita liikunnan alakulttuureja käsittelevässä tutkimuksessaan. Wheatonin mukaan yksi tapa tutkia liikunnan osa-alueiden sisäisiä- ja keskinäisiä valtasuhteita on tarkastella niitä alakulttuurisen pääoman (subcultural capital) näkökulmasta.

Wheaton arvioi, että dominoivien ja vaihtoehtoisten kulttuurimuotojen määrittelystä on tullut entistä vaikeampaa, eikä perinteinen tapa mieltää alakulttuurit valtakulttuurista irrallisina, radikaaleina ja autenttisina vastakulttuurinmuotoina ole enää pätevä. Yksinkertaistavan kahtiajaon sijaan liikunnan alakulttuurien nykytilaa kuvaa paremmin ajatus kulttuurikentän pirstaleisuudesta. Nykyistä tilaa luonnehtii ajatus rinnakkaisista post-alakulttuureista, jotka perinteisestä alakulttuurinkäsitteestä poiketen kuvaavat pikemminkin ihmisen elämäntapaa ja identiteettiä, kuin radikaalia kollektiivista vastarintaa. (Wheaton 2007, 5–7.)

Alakulttuurinen pääoma identifioi jakoa sisä- ja ulkoryhmään, meihin ja muihin, mutta tuottaa samalla alakulttuurin sisäisiä merkityksiä. Toimijat poimivat alakulttuurisen pääoman aineksia eri lähteistä, mutta erityisen tärkeässä roolissa ovat kullekin alakulttuurille spesifit mediasisällöt (esim. urheiluidolin Instagram-tili), joiden kautta toimija voi omaksua juuri omaan harjoittelutapaansa liittyviä vaikutteita ja uusintaa identiteettiään. Wheaton kannustaa liikuntatieteellistä tutkimusta selittämään sitä, miten maun ja statuksen merkitykset vaikuttavat liikuntakenttien rajojen muuttumiseen ja uudelleen määrittymiseen. (Wheaton 2007, 5–7.)

## 2.4 Tutkijoiden jalanjäljissä

Oma tutkimukseni jakaa monelta osin edellä esitettyjen tutkimusten tavan käsitteellistää liikuntakulttuurin ilmiöalueita. Johdannon alussa esittämäni näkökulmat liikuntakulttuurin kuntosaliliikunnan muutosvaiheista ja niiden nykymerkityksistä jäsentävät yleiskuvaa tarkastelun kohteena olevasta ilmiöstä.

Kinnusen (2001) työssään esittämät näkökulmat sekä hänen myöhemmin mainitsemansa kuntosaliliikunnan suosiota koskevat arviot hahmottelevat sekä yleisesti työni orientaatiota että asemoivat sen ajankohtaisuutta. Näiden osalta erityisesti Kinnusen tapa käsitteellistää kuntosaliharjoittelua koskevia kysymyksiä pyhän ja profaanin kategorioiden kautta vertautuu tukevasti oman työni näkökulmaan.

Kinnunen (2001) kuvaa työssään pyhän ja profaanin kategorioiden kautta kehonrakennusyhteisön normatiivisten käytäntöjen muodostumisperiaatteita. Kategoriat kuvaavat yhteisön pyhinä pitämiä ja sallimia sisältöjä sekä vastaavasti niitä merkityksiä, jotka yhteisö katsoo aatteensa kannalta maallisiksi eli profaaneiksi. Kinnusen tutkimuksen tapaan oma tutkimukseni on kiinnostunut kuntosalikentän normatiivisten käytäntöjen sosiaalisista merkityksistä. Kinnusen havainnollistamat pyhän ja profaanin kategorioiden kautta tuotetut kollektiiviset pelisääntöjen, suhteutuvat työssäni kuntosalikentän toimijoiden yksilöllisten kategorisointitapojen kautta muotoutuviin pelisääntöihin.

Sassatellin (2010) työn näkökulma asemoi tutkimukseni tarkastelutapaa erityisesti sen identiteettiprojekteihin liittyvillä lausunnoilla. Sassatellin tapaan oma työni katsoo yksilöllisen identiteettityön tuottavan ja uudelleen määrittelevän kuntosalikentän rajoja. Myöhemmin työssäni tarkemmin esiteltävän kenttäkamppailun näkökulmasta kuntosalikentän rajojen tai toimintakulttuurin katsotaan olevan jatkuvan uudelleen määrittelyn ja kamppailun kohteena.

Headblomin (2009) tapa tarkastella kuntosalikentän dynamiikkaa symbolisen kamppailun näkökulmasta, samaistuu yhdenmukaisesti oman työni viitekehykseen. Sassatellin esittämien arvioiden tapaan myös Hedblom katsoo kuntosalikentän toimintakulttuurin ja sen arvostamaksi katsomien asioiden olevan jatkuvan

uudelleenmäärittelyn kohteena. Myös Sassatellin tapa tyypitellä kuntosalin sisäisiä ryhmiä noudattaa pääpiirteittäin oman tutkimukseni jäsenystapaa. Sankarin (1995) ja Kosken (1995) tutkimusten tavat tyypitellä kuntosaliryhmiä motivaatiolähtökohtien perusteella mukailevat niin ikään Hedblomin tutkimuksen linjoja. Sankarin ja Kosken tyypittelyt erottavat kuitenkin kolme, selkeästi omille lähtökohdilleen harjoittelunsa perustuvaa motivaatioryhmää terveyden, toimivuuden ja esteettisyyden motiivien pohjalle. Oman tutkimukseni soveltaman liikuntapääoman käsitteen motivaatioperusteinen jako on Kosken ja Sankarin tutkimusten jakotapojen kanssa identtinen.

Wheatonin (2007) tutkimuksessaan hahmottelemien post-alakulttuurien välisten suhteiden dynamiikka vertautuu tutkimukseni tapaan käsittää kuntosalikentän motivaatioryhmät. Tutkimukseni arvioi kuntosalikentän ryhmien suhteutuvan toisiinsa kuntosalikentän rinnakkaisina post-alakulttuureina, joiden sisäisiä käytäntöjä jäsentää pääosin muiden ryhmien toimintaperiaatteisiin palautumattomat periaatteet. Alakulttuurisen pääoman sisällöt ilmentävät jako meihin ja muihin ja tuottavat samalla kunkin ryhmän sisäistä koodistoa. Oma tutkimukseni katsoo liikuntapääoman jäsentävän, alakulttuurisen pääoman tapaan, kuntosalikentän ryhmien välisiä- ja sisäisiä toimintakulttuureja.

## 3 TEORIA JA METODOLOGIA

### 3.1 Yleisesti

Sovellan työssäni strukturalistista ja konstruktivistista otetta yhdistelevää sosiaalisiksi prakselogiaksi kutsuttua lähestymistapaa (Bourdieu & Wacquant, 1995). Näkökulmalla on työssäni kahtalainen rooli. Ensiksikin sen tarkoituksena on selvittää työni ontologisia lähtöoletuksia, hahmotella sosiaalisten rakenteiden kuvaamiseen liittyviä tieto-opillisia periaatteita ja jäsentää yleisesti työni tieteellistä ihmiskuvaa. Sosiaalisen todellisuuden luonnetta koskevat ontologiset oletukset palautuvat työssäni Bourdieun kenttäteorian tapaan kuvata sosiaalista todellisuutta objektiivisina rakenteina ja toimijoiden symbolisina, subjektiivisina representaatioina. Sosiaalisten rakenteiden tutkimiseen liittyvien tieto-opillisten periaatteiden osalta sitoudun noudattamaan bourdieulaisen tietoteorian oletuksia rakenteiden objektiivisesta, sosiaaliseen toimintaan nähden primaarisesta luonteesta. Työni ontologisten ja tieto-opillisten lähtökohtien määrittämä ihmiskuva mukailee ajatusta rakenteiden rajoittamasta, mutta omiin valintoihinsa vaikuttavasta agentista, joka sosiaalisen maailman kentillä pyrkii saamaan haltuunsa sitä pääomaa, joka kulloinkin on kaikkein arvokkainta.

Toiseksi sosiaalisen prakselogian rooli on työssäni käytännöllisempi, ja se ohjaa konkreettisesti työni analyysivaihetta. Tutkimukseni aineistoanalyysi noudattaa sosiaalisen prakselogian kaksivaiheista tarkastelutapaa, jossa ensin kuvaan objektiivisesta näkökulmasta kuntosalikentän ominaisuuksia, ja tämän jälkeen konstruktivistisesta näkökulmasta yksilöiden kielentämiä kokemuksia.

Tässä luvussa käsittelen ensin tutkimukseni tietenteoriaa, sen näkökulmaa ja tiedon muodostuksen tapaa. Tietenteoriaa käsittelevän osion jälkeen seuraa Bourdieun sosiologiaa yleisesti kuvaava kappale, jossa hahmottelen lähtökohdat sitä seuraavalle teoriaosuudelle. Bourdieun sosiologian yleinen luonnehdinta aloittaa osion, jonka yhteydessä määrittelen ne työteoriat ja käsitteet, joille tutkimukseni tarkastelutapa perustuu. Tässä yhteydessä käsittelen ensin Bourdieun teorian ja tämän

jälkeen Ari Kunnarin liikuntapäöman käsitteen. Luvun lopussa esitän liikuntapäöman käsitettä koskevia tarkennuksia ja määrittelen ne sitoumukset, joita tutkimukseni käsitteen osalta noudattaa.

### **3.2 Bourdieulainen näkökulma**

Bourdieuin sosiologia kyseenalaistaa jyrkän vastakkainasettelun toimijan ja rakenteen välillä ja kannustaa empiiristä tutkimusta huomioimaan yhtäläisesti tarkastelemiensa ilmiöiden objektivistiset ja subjektivistiset piirteet (Bourdieu & Wacquant 1995, 26–31.) Bourdieulainen lähestymistapa konkretisoituu strukturalismia ja konstruktivismia dialogisesti yhdistelevässä metodologiassa. Bourdieu luonnehtii lähestymistapaansa strukturalistiseksi konstruktivismiksi ja tarkastelutasojen suhteellista tasaveroisuutta alleviivatakseen myös konstruktivistiseksi strukturalismiksi. (Bourdieu & Wacquant 1995, 30). Suuntausta on kutsuttu yhteiskuntatieteissä myös sosiaalisesti prakseologiaksi sekä generatiiviseksi- ja geneettiseksi strukturalismiksi (ks. esim. Harker, Mahar & Wilkes 1990, 3; Bourdieu & Wacquant 1995, 30) Viitatessani tässä tutkimuksessa bourdieulaiseen lähestymistapaan käytän Loïc J. D. Wacquantin (1995) käyttämää sosiaalisen prakseologian – tai tiiviimmin prakseologian – käsitettä.

Prakseologian perusteet hahmottuvat Bourdieuin (1995) dualistisia tarkastelutapoja kohtaan osoittaman kritiikin kautta. Bourdieuin opponointi kulminoituu erityisesti objektivistisen- ja subjektivistisen tarkastelutavan ominaisuuksien arvioissa.

Bourdieu arvioi objektivistisella tarkastelutavalla olevan hienostunut kyky irtaantua tarkastelu arkikokemuksista ja totunnaisuudesta. Tässä onnistuessaan objektivistisella tarkastelutavalla on mahdollisuus jäsentää kuvaa yhteiskunnassa vallitsevista deterministisistä sosiaalisista rakenteista, jotka ovat yksilökokemuksista riippumattomia. Bourdieu tiivistävää asian runollisesti:

Strukturalistisen objektivismin tilastollisten menetelmien, etnografisten kuvauksien ja muiden formaalien mallinuksien uloskoodaavan sen ”kirjoittamattoman musiikillisen soinnutuksen, jonka mukaan toimijoiden – joista jokainen uskoo improvisoivansa oman melodiansa – teot organisoituvat” ja löytävän ne objektiiviset säännönmukaisuudet, joita toimijat noudattavat. (Bourdieu & Wacquant 1995, 26–27).

Yksinkertaistetusti ajateltuna Bourdieun luonnehdinta voitaneen ymmärtää siten, että rakenteiden ja toiminnan objektivististen kuvausten kautta voidaan havainnollistaa kaikille toimijoille yhteistä sosiaalista todellisuutta ja sen pelisääntöjä. Tällaisella sosiaalisen maailman ideaalituypillisellä tarkastelutavalla on kuitenkin riskinä päätyä liiaksi elävöittämään konstruoimiaan rakenteita ja selittämään niitä historiallisten toimijoiden kaltaisina todellisina olioina. (Bourdieu & Wacquant 1995, 27). Bourdieu arvelee, että objektivistiset tulkinnat päätyvät usein projisoimaan toimijoiden mieliin näkemyksen heidän omista käytännöistään. Sivuttaessaan systemaattisesti sosiaalista käytäntöä koskevat yksilökokemukset objektivistisen näkökulman tulkinta jää auttamatta vajavaiseksi, eikä se näin pysty täysin ymmärtämään sosiaalisten käytäntöjen moninaisuutta. Äärimmäisessä tapauksessa objektivismi tuottaa vain korvikesubjektin, jonka toimijuus ja yksilöllinen merkityksenanto on täysin sivutettu tai alistettu rakenteiden kylmää logiikkaa toteuttavien voimien passiiviseksi tukijaksi. (Bourdieu & Wacquant 1995, 27–28). Bourdieu (1995, 28) toteaa tällaisen sudenkuopan olevan vältettävissä, jos sen lisäksi että ymmärrämme sosiaalisella todellisuudella olevan objektiivinen rakenne, myönnämme että huomattava osa sosiaalista todellisuutta rakentuu toimijoiden representaatioiden ja vapaan tahdon varaan.

Toisin kuin strukturalistinen objektivismi, konstruktivistinen subjektivismi katsoo sosiaalisen maailman olevan kompetenttien toimijoiden arkielämän käytäntöjen avulla rakentama kokonaisuus. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna yhteiskunnan sosiaalinen todellisuus jäsentyy toimijoiden tekemien tietoisten valintojen ja yksilöllisten intressien kautta. Tällaisella sosiaalisen todellisuuden fenomenologisella tulkinnalla on kuitenkin mukaan ainakin kaksi vakavaa puutetta. (Bourdieu & Wacquant 1995, 28–29.)



Selittäessään rakenteet yksilöllisten strategioiden ja luokitteluiden koostumiksi, puhdas fenomenologia tai subjektivismi ei onnistu selittämään sitä, miksi tietyt sosiaaliset rakenteet säilyttävät elinvoimansa ja toiset tulevat kyseenalaistetuiksi. Toiseksi Bourdieu huomauttaa, että vaikka toimijat konstruoivatkin todellisuuden luonteen yksilöllisesti, he eivät ole konstruoineet niitä objektiivisia kategorioita, joiden avulla he maailmaa kuvaavat merkitykset rakentavat. Sivuttaessaan sosiaalisen todellisuuden objektiivisen luonteen fenomenologinen perinne, subjektivismi tai konstruktivismi eivät yksin pysty selittämään sitä, miksi ja minkä periaatteen mukaan sosiaalisen todellisuuden tuottamistyö tuotetaan. Bourdieu katsoo, että kokonaisvaltaisen yhteiskuntatieteen olisi pyrittävä eroon niin yksilökokemuksia laiminlyövästä rakennepainotuksista kuin yksilön valinnanvapautta kanonisoivasta individualismista. Sosiaalisen todellisuuden tarkka kuvaaminen edellyttää näiden näennäisesti kontrastisten tarkastelutapojen yhdistämistä, jolloin tutkijalla on mahdollisuus päästä lähemmäksi sosiaalisen maailman ilmeistä kaksoisluonnetta. (Bourdieu & Wacquant 1995, 29–30.)

### 3.3 Sosiaalinen prakseologia

Sosiaalinen prakseologia tarkastelee maailmaa kahdesta eri näkökulmasta. Ensiksi se tarkastelee sosiaalista todellisuutta "sosiaalifysiikan" tavoin objektiivisena rakenteena tilassa, jossa inhimillisellä representaatiolla tai vapaalla toimijuudella ei ole sijaa. Tämän jälkeen prakseologia konstruoi näiden raamien rajoissa merkityksiä tuottavan toimijan. (Bourdieu & Wacquant 1995, 26–31.)

Wacquant (1995, 30–31) kuvaa sosiaalisen prakseologian vaiheita siten, että

1. Työnnämme ensiksi syrjään arkielämän representaatiot, konstruoidaksemme
  - 1.1 objektiiviset rakenteet (asemien tilat), ts. sen sosiaalisesti merkittävien resurssien jakauman, joka määrittää vuorovaikutukseen ja representaatioihin vaikuttavat ulkoiset pakot.
2. Tuomme toiseksi uudelleen esiin toimijoiden välittömän eletyn kokemuksen
  - 2.1 eksplikoidaksemme ne havaitsemis- ja arvostuskategoriat (dispositiit), jotka sisältyvät heidän toimintaansa.

Vaiheista ensimmäinen edustaa strukturalistista tai objektivistista tarkastelutapaa. Jälkimmäinen pyrkii puolestaan selittämään yksilöä koskevia konstruktioita. Kummassakin vaiheessa tarkastelun kohteena ovat sosiaaliset rakenteet, joiden Bourdieu katsoo prakseologian tapaan ”elävän kaksoiselämää”. Bourdieun viitekehyyksessä rakenteita tarkastellaan ensimmäisen- ja toisen asteen objektiivisuutena, jotka tulevat tarkasteltaviksi prakseologian rytmittäminä analyysivaiheina. Ensimmäisen asteen objektiivisuutena rakenteet konstruoivat aineellisten resurssien jakoa sekä pääomien jakautumisen perustaa. Tässä merkityksessä rakenteet nähdään perustaltaan objektiivisina, ja ne tulevat tarkasteltaviksi prakseologisen prosessin ensimmäisessä vaiheessa. Toisen asteen objektiivisuutena rakenteet nähdään luokittelujärjestelmien sekä toimijoiden mentaalisten ja ruumiillisten käytäntöjen symbolisina referensseinä. Näitä piirteitä empiirinen tutkimus tarkastelee prakseologisen prosessin toisessa vaiheessa. (Bourdieu & Wacquant 1995, 26). Kuvaan yksityiskohdaisemmin aineistonanalyysiä koskevassa luvussa, kuinka sosiaalisen prakseologian työtapana toteutuu omassa työssäni.

### **3.4 Bourdieun teorit**

Bourdieuin sosiologiaa on luonnehdittu materialistiseksi antropologiaksi, jonka kiinnostuksen kohteena on jokapäiväisestä elämästä käydyn symbolisen kamppailun dynamiikka ja kulttuuristen erottautumisen distinktiiviset käytännöt. Bourdieuin sosiologia nivoo yhteen kentän, pääomien ja habituksen käsitteet, joiden avulla se pyrkii selittämään yhteiskunnassa vaikuttavia vallan ja herruuden rakenteita. (Bourdieu & Wacquant 1995, 35; Jokinen & Saaristo 2009, 172).

J. P. Roos (1985, 11–12) tiivistää Bourdieuin sosiologiaa suomentamansa *Sosiologian kysymyksiä* -teoksen esipuheessa esittäen, että

Ihmiset ja agentit toimivat sosiaalisessa maailmassa ja sen eri kentillä vahvistaen niitä ominaisuuksiaan, sitä pääomaa, joka tällä kentällä on kaikkein arvokkainta, tarkoituksenaan voittojen maksimointi ja pääomien kasaaminen. [...] Ihmiset eivät tiedä tai myönnä tavoittelevansa voittoa ja kasaavansa pääomia, sillä he ovat sisäistäneet tämän asenteina ja suhtautumistapoina (dispositioina), joiden järjestelmää Bourdieu kutsuu habitukseksi. Olenaista on, että jokaisella kentällä [...] on omat pelisääntönsä, joiden nojalla pääoman arvo määräytyy. (Roos 1985, 11–12.)

Pääomista ja pelisäännöistä käyty symbolinen kamppailu tuottaa ja uusintaa sosiaalisen todellisuuden määrittelytapoja, joita Bourdieu havainnollistaa doksan, heterodoksian ja ortodoksian käsitteillä (Bourdieu 1977, 164–170). Doksa kuvaa Bourdieun teorioissa yhteiskunnassa tai sen tietyllä kentällä vallitsevaa totunnaisuuden tilaa, jossa sosiaalinen todellisuus ja sen toimintaperiaatteet ovat osapuolten yhteisymmärryksessä jakamia. Doksan tilassa toimijat kokevat ympäristönsä luonnollisena maailmana, ja sen olemassaolon ilmentymistä pidetään itsestäänselvyytenä. Toimijoiden kyseenalaistamaton maailmasuhde ei tule kyseenalaistaneeksi vallitsevia toimintaperiaatteita, eikä doksisen toiminnan rakenne näin ole uhattuna. Doksan katsotaan myötäilevän dominoivassa asemassa olevien toimijoiden intressejä. Tila, jossa toimijoiden tavoitteet ja ympäristön objektiiviset rakenteet (vrt. asemat, jaossa olevat pääomat) vastaavat mahdollisimman täydellisesti toisiaan, tuottaa ja ylläpitää doksan tiloja. (Bourdieu 1977, 164–170.)

Kun kentän objektiivisten rakenteiden ja toimijoiden odotusten välinen suhde on asymmetrinen, särkyä doksan ylläpitämä illuusio ja kyseenalaistamattomasta tulee kyseenalaistettua. Näitä tiloja, joissa kentän logiikan haastavat diskurssit ovat läsnä, Bourdieu havainnollistaa heterodoksian ja ortodoksian käsitteillä. Kentällä dominoivassa asemassa olevat pyrkivät kaikin keinoin säilyttämään vallitsevan doksan, tai sen joutuessa kyseenalaistetuksi tuottamaan sen tilalle totunnaisuutta imitoivan ortodoksian tilan. Ortodoksian diskursseja luonnehtii doksan diskursiivisten käytäntöjen tapaan ajatus sosiaalisen todellisuuden oikeaoppisesta ja virallisesta tulkitsemisen tavasta. Heterodoksiset diskurssit edustavat ortodoksian kyseenalaistavia lausuntoja, joita ortodoksia pitää kerettiläisinä. Heterodoksian tuottamalla diskursseilla on kuitenkin merkittävää määrittelytapojen uusiintumista koskevaa muutospotentiaalia. Heterodoksian tuottamien diskurssien kautta doksan ja ortodoksian

luonnollisina ja kyseenalaistamattomina pidetyt maailmantulkinnat voivat muuttua. (Bourdieu 1977, 164–170.)

### 3.4.1 Kenttä ja habitus

Bourdieu (1995, 132) katsoo yhteiskunnan kokonaisuuden muodostuvan kentistä. Näillä kentillä toimijat, yksilöt ja instituutiot käyvät symbolista kamppailua jaossa olevista pääomista. Kullakin kentällä on omat pääomansa, toimintalogiikkansa ja sääntönsä. Pääomista ja todellisuuden määrittämisen oikeudesta käyty symbolinen kamppailu muuttaa ja uusintaa kentän pelisääntöjä, joita kenttäteorian näkökulmasta tarkastellaan kentän objektiivisena rakenteena. (Bourdieu & Wacquant 1995, 132.)

Bourdieu luonnehtii kenttiä myös pelimetaforien kautta. Näissä yhteyksissä kentän osapuolia nimitetään pelaajiksi. Kenttäkamppailun ottaessa sijaa pelaajat pyrkivät etsimään itselleen optimaalisen aseman, josta käsin heillä on mahdollisuus voittaa tai menettää kamppailun panoksena olevia pääomia. Pelaajan hallussa olevien pääomien määrä ja niiden rakenne vaikuttavat pelaajan kentällä ansaitsemaan asemaan. Asema vastaavasti vaikuttaa pelaajan mahdollisuuksiin valita kamppailustrategioita. Edullisessa asemassa olevalla pelaajalla on mahdollisuus muuttaa – tai tämän niin halutessa säilyttää – pelissä vallitsevia sääntöjä. Pelisääntöjen muuttamiseen tähtäviä strategioita voivat olla esimerkiksi keinot, joilla toimijat pyrkivät muuttamaan eri pääomien suhteellista arvoa. Vastaavia strategioita edustavat myös keinot, joilla toimijat pyrkivät saattamamaan vastustajien suosimat pääomalajit huonoon valoon. Pelitilan symbolisessa kamppailussa toimija pyrkii kehittämään legitimizeettiään, jonka kautta hänelle tarjoutuu mahdollisuuksia pyrkiä entistä parempiin asemiin. Hallitsemalla pääomia toimija hallitsee asemaansa, kenttää ja sosiaalista tilaa. Näiden rakenteiden puitteissa pelaajat pyrkivät saamaan voimaan sellaisia arvostus- ja hierarkisaatioperiaatteita, jotka parhaiten suosivat heidän omia pyrkimyksiään. (Bourdieu & Wacquant 1995, 125–127).

Kenttiä koskevissa kuvauksissa Bourdieu kuvailee yleisellä tasolla muun muassa taiteen-, talouden-, uskonnon-, urheilun-, tieteen- ja kaunokirjallisuuden kenttiä. Näiden lisäksi hän viittaa myös eriytyneempään kenttäjakoon arvioidessaan, että on olemassa kenttiä, joilla esimerkiksi kreikan kielen osaaminen tai integraalilaskenta ovat verrattomia spesifejä pääomia. (Bourdieu & Wacquant 1995, 126.)

Spesifejä kenttiä koskevia kuvauksia Bourdieu tarkentaa edelleen kirjassaan *In other words* (1990, 160), jonka yhteydessä hän kannustaa nimenomaisesti liikuntasosiologista tutkimusta hakeutumaan liikunnan spesifeille alakentille ja kehottaa tarkastelemaan näiden sisällä ja välillä havaittavia konflikteja. Näiden osalta Bourdieu katsoo erityisen kiinnostavaksi tutkimustavan, joka selvittää tietyn liikunnan alakentän ja sen kategorisen yläkentän välisiä suhteita. Bourdieu havainnollistaa tutkimustapaa esimerkillä, jossa judon, painin ja aikidon alakenttiä tarkastellaan suhteessa niiden kategorisen yläkentän, kamppailu-urheilun rakenteisiin. (Bourdieu 1990, 160).

Oman tutkimukseni jäsennyystapa noudattaa Bourdieun esimerkissään kuvaamaa näkökulmaa. Esimerkin analoginen suhde omaan työhöni kuvastuu siten, että kamppailu-urheilun kenttä vertautuu Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kentän kokonaisuuteen, ja judon, painin ja aikidon alakentät puolestaan työni liikuntapääoman kategorioiden määrittämiin alakenttiin.

Kentän ohella habituksen käsiteellä on Bourdieun teorioissa tärkeä asema. Habituksella Bourdieu tarkoittaa ihmisen toiminnassa välittyvien suhtautumis- ja toimintatapojen kokonaisuutta, joita yksilö on omaksunut elämänsä aikana. Habitus tuottaa ympäristölleen kuvaa siitä, mitä toimija on ja mitä hän arvostaa. Habituksen voidaan katsoa sisältävän kaksi puolta, joista ensimmäinen, dispositionaalinen puoli, ilmentää sosiaaliin käytäntöihin liittyviä toimintataipumuksia ja toinen, heksaalinen puoli, yksilön olemisen tapaa ja ruumiillisia ominaisuuksia. Bourdieu katsoo, että toimijat ovat oikeutettuja osallistumaan pääomista käytävään kilpaan, kun heidän habituksensa piirteet vastaavat riittävältä osin kentän objektiivisia odotuksia. (Bourdieu 1989, 18–19.)

Tutkimukseni aineisto ei käsitä suoria kysymyksiä, joiden kautta toimijan habituksen historiallisuus olisi tarkasteltavissa. Tältä osin tutkimukseni ei voi tehdä päätelmiä, joissa arvioitaisiin harjoittelutaustaan liittyviä merkityksiä. Kun aineistoni ei riittävällä tarkkuudella pysty jäsentämään habituksen historiallisuuteen liittyviä merkityksiä, pidän näitä merkityksiä ainoastaan osana tutkimukseni esiyymmärrystä. Tätä taustaa vasten tutkimukseni käsittää habituksen yksilön toimintataipumuksien nykyisyyttä ilmaisevana ominaisuutena siinä merkityksessä, jossa habituksen katsotaan ilmenevän tiettyinä urana, jonka toimija kentällä valitsee.

### 3.4.2 Bourdieun pääomat

Bourdieu jakaa yhteiskunnan kentillä kamppailun kohteena olevat pääomat taloudellisen-, kulttuurisen, sosiaalisen- ja symbolisen pääoman muotoihin. Kolme ensimmäistä hän katsoo pääomien perusmuodoiksi ja neljännen – symbolisen pääoman – edellisistä erilliseksi legitimiin pääoman muodoksi, jonka kautta muut pääomat tehdään merkityksellisiksi. Tässä yhteydessä en kuvaa tarkemmin sosiaalisen ja taloudellisen pääoman piirteitä, vaan keskityn tarkastelemaan työni kannalta olennaisimpia symbolisen ja kulttuurisen pääomana muotoja.

*Symbolinen pääoma* poikkeaa perusluonteeltaan muiden pääomien piirteistä. Sen sijaan että symbolinen pääoma olisi sellaisenaan oma itsenäinen pääoman muotonsa, sen voi pikemminkin katsoa olevan muita pääomia realisoiva ominaisuus. Tämän ominaisuuden kautta muut pääomat tehdään merkityksellisiksi. Kenttäkamppailun logiikka palautuu vahvasti symbolisen pääoman käsitteelle sen jäsentäessä oikeaoppisiksi katsottujen toimintatapojen periaatteita ja näiden toteutumista yksilötasolla. Kullakin kentällä vallitsevat erottautumisjärjestelmät ja luokittelukategoriat näyttävät kentillä symbolisten merkitysten kautta, joita symbolinen pääoma tuottaa. Symbolisen pääoman erottelutietoisuuden katsotaan ilmaisevan vallalla olevia legitimejä pääoman muotoja, joiden kautta määrittyvät myös ne toimintatavat, jotka kenttä katsoo hyväksytyiksi. (Siisiäinen 2004, 243.)

Tämän tutkimuksen viitekehyksessä symbolisen pääoman legitimoimia ideaaleja tarkastellaan kuntosalikontekstissa Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikäytäntöjen tuottamina merkityssisältöinä, jotka kuntosalikentän kokonaisuudessa määrittelevät oikein ja väärin toimimisen periaatteita.

Bourdieu (1984, 47) katsoo *kulttuurisen pääoman* muodostuvan institutionaalisista, objektivoituista ja subjektivoituista muodoista. Kullakin näistä on omat erityispiirteensä, ja ne muotoilevat henkilön kulttuurisen pääoman profiilia.

Objektivoitu kulttuurinen pääoma ilmenee erilaisten omistussuhteiden kautta. Toisin sanoen se, mitä ihminen omistaa, edustaa hänen objektivoitua kulttuurista pääomaansa. Omistussuhteiden hyödyllisyys määräytyy kunkin kentän logiikan kautta. Kun kenttiä katsotaan olevan näennäisesti loputon määrä, myös arvotettavien omistussuhteiden ja spesifien artefaktien määrän voidaan katsoa olevan loputon. Yksinkertaistaen objektivoitun kulttuurisen pääoman tuottamia omistussuhteita voitaneen kuvata niin, että yhdellä kentällä on hyödyllistä omistaa painonnostovyö, kun taas toisella Victorinoxin juustoveitsi tai Fenderin kitara.

Kulttuurisen pääoman institutionaalinen muoto ilmenee tutkintoina ja titteleinä (Bourdieu 1984, 47). Institutionaalinen kulttuurisen pääoman muoto lähenee määritelmällisesti Max Weberin (1978) luokkateorioissa huomioitua ajatusta toimijan statusarvosta. Sekä Bourdieu että Weber ajattelivat tutkintojen, titteleiden ym. institutionaalisten kvalifikaatioiden vaikuttavan keskeisesti toimijan statukseen ja asemaan.

Subjektivoitu kulttuurinen pääoma rakentuu yksilön omaksumien toimintataipumuksien perustalle kooten yhteen hienopiirteisesti kaikki yksilön kulttuuriset taidot ja ominaisuudet. Kulttuuristen taitojen tilannesidonnainen arvo määrittyy toimijoiden välisen dynamiikan ja kulloisenkin kentän rakenteen mukaan. (Bourdieu 1984, 47.)

Tässäkin tapauksessa yhdellä kentällä käyttökelpoinen pääoma tai sen muoto ei välttämättä toisella kentällä edesauta toimijan pyrkimyksiä. Monesti kentältä toiselle siirryttäessä osa kulttuurisista taidoista menettävää arvonsa. Esimerkkinä

tällaisista pääomista voitaneen tämän tutkimuksen viitekehyksessä pitää virheetöntä penkkipunnerrustekniikkaa tai kehonhuollon menetelmien syvällistä ymmärrystä. Näillä taidoilla voidaan katsoa olevan ilmeinen arvo kuntosalikentillä, mutta esimerkiksi teatterin lämpiössä niille ei usein ole käyttöarvoa. Vastaavasti toimija, jolla on tarkka draaman taju ja kyky hienostuneeseen teatteritaiteen ymmärrykseen, saattaa menestyä lämpiödebatissa, mutta kuntosalikontekstissa toimijan asema ei välttämättä ole yhtä vahva.

Pääoman suhteellisen arvon merkityksiä voi tarkastella myös kuntosalikentän sisäisten voimasuhteiden kautta, jolloin se näyttäytyy edellistä yksityiskohtaisemmassa mittakaavassa. Kuntosalikentän kokonaisuudessa esimerkiksi tiettyjen spesifien suoritustekniikoiden tai harjoittelukäytäntöjen voi katsoa nauttivan erityistä arvostusta tiettyjen kuntoilijoiden keskuudessa, siinä missä vastaavat tekniikat eivät ole yhtä arvostettuja joidenkin muiden silmissä.

### **3.5 Kunnarin liikuntapääoma**

Ari Kunnari (2011) määrittelee väitöskirjassaan Bourdieun kulttuurisen pääoman piirteitä mukailevan liikuntapääoman käsitteen. Hän johtaa käsitteensä liikunnanopettajien liikunnan merkitysverkostoja kuvaavasta aineistosta, jota hän työssään tulkitsee fenomenologisen viitekehysten avulla. Kunnari (2011, 30) määrittelee tutkimuksessaan liikuntapääoman käsitteen olevan ”yksilön liikunnallisista kokemuksista kertynyttä pääomaa”. Hän jakaa käsitteen kilpailun-, terveyden-, ilmaisen-, yhteisöllisyyden- ja itsen kehittymisen osa-alueisiin.



LIIKUNTAPÄÄOMAN OSA-ALUEET	
KILPAILU	
* voitto, häviö	K1
* edellinen itsensä kanssa	K2
* arvo, asema, tunne siitä suhteessa toisiin	K3
TERVEYS	
* mielihyvä, mielipaha, tunne	T1
* fyysinen terveys, kunto, monipuolisuus	T2
ILMAISU/(ILMENTYMÄ)	
* miten näyttäytyy	IL1
* miltä itse näytän tai koen, että näytän	IL2
YHTEISÖLLISYYS	
* ryhmä, leikit, yhteinen toiminta, kannustus	Y
ITSEN KEHITTYMINEN	
* itseään kehittävä eli henkinen kasvu, ymmärryksen lisääminen, oivallukset	IT1
* taitoa tai tietoa kehittävä, ymmärrys (halu) taidon oppimiseen/(opettamiseen)	IT2

(TAULUKKO 1 Liikuntapääoman osa-alueet (Kunnari 2011, 135))

Kunnari arvioi liikuntapääoman kilpailun osa-alueen saavan merkityksensä voiton ja tappion kokemuksista. Nämä kokemukset voivat syntyä suhteessa itsen tai toisiin. Kunnarin mukaan kokemus palautuu paremmuuden tai huonommuuden kokemuksiin. Kunnari huomioi, että kilpailun pääoman voidaan katsoa tuottavan toimijan arvon ja asemaa liittyviä merkityksiä. (Kunnari 2011, 135–136.)

Liikuntapääoman terveyden osa-alue korostaa liikunnan terveyttä edistäviä vaikutuksia. Osa-alue jakautuu sairaudesta tai vammasta kuntoutumiseen sekä ajatuksen liikunnan terveyttä edistävästä ja kuntoa kohentavista sisällöistä. Näiden lisäksi Kunnari katsoo mielipahaa tai mielihyvää tuottavien liikuntakokemusten liittyvän terveyden osa-alueen piiriin. (Kunnari 2011, 136.)

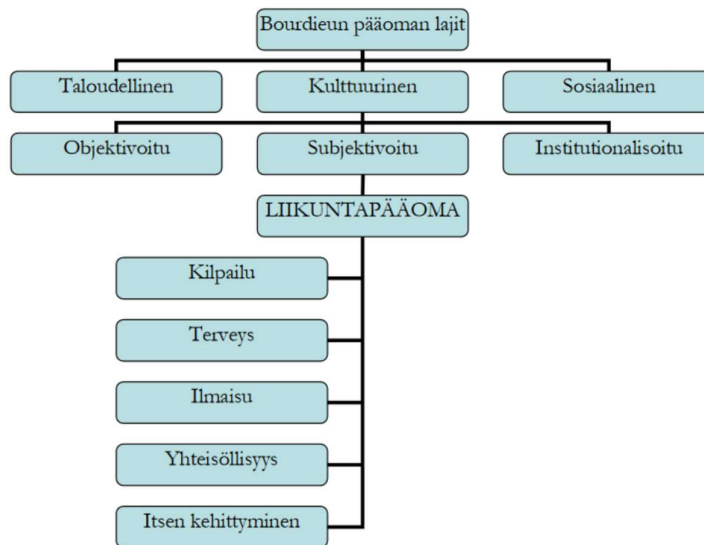
Ilmaisullisen osa-alueen liikuntakokemuksissa korostuvat kehon esteettiset merkitykset. Kokemukset palautuvat kehon liikkeiden ilmaisullisuuteen, jonka kautta hahmotellaan ajatusta siitä, miten yksilö itseään ilmaisee ja millaisena hän näyttäytyy muille. (Kunnari 2011, 136–137.)

Yhteisöllisyyden osa-alue korostaa yhdessä tekemisen, elämisen ja kokemisen merkityksiä. Ryhmään kuulumisen kokemukset ja yhteiset leikit ovat osa-alueetta

keskeisesti määrittäviä piirteitä. Vuorovaikutus yhteisöllisyyden osa-alueen sisällä jäsentyy kannustavana. (Kunnari 2011, 137.)

Itsen kehittymisen osa-alueetta Kunnari kutsuu myös itsen tutkiskelun osa-alueeksi. Useimmiten kokemukset syntyvät tiettyjen spesifien, syvällisiä itsetutkiskelun mahdollisuuksia tuottavien liikuntatraditioiden kautta. Näistä traditioista esimerkiksi Kunnari mainitsee idän liikuntaperinteet. Itsen kehittymisen osa-alue korostaa harjoittelun henkisiä sisältöjä. Toimijan katsotaan harjoittelun kautta jäsentävän olemisen mahdollisuuksiin liittyviä kokemuksia. Kunnari arvioi itsen kehittymisen piiriin kuuluvien liikuntakokemusten tuottavan toimijalle syvällisiä oivaltamisen ja ymmärtämisen tiloja. Nämä kokemukset tuottavat toimijalle pääomaa, jonka avulla tämä voi pyrkiä kohti syvällistä itsen kehittymistä. (Kunnari 2011, 125–138.)

Kunnarin (2011, 30) väitöstutkimus paikantaa liikuntapääoman osaksi kulttuurisen pääoman *subjektivoitua* muotoa. Kunnarin tarkastelutapa ei katso liikunnan kulttuurisen pääoman objektivoitujen- tai institutionaalisten merkityssisältöjen kuuluvan osaksi käsitettä. Kunnari palauttaa käsitteensä tarkkarajaisesti yksilön subjektivoimiin kokemuksiin. (Kunnari 2010, 156.) Rajaus juontune Kunnarin fenomenologisesti painottuneesta työotteesta, jonka jäsentämänä tutkimuksen ihmiskuvaa ja käsitteenmäärittelyä ohjaa ajatus kokevasta toimijasta ja toimijan kokemuksesta.



(KUVIO 1 Liikuntapääoma (Kunnari 2011, 132))

Liikuntapääoman käsitteen taustalla ovat Timo Klemolan (1998) väitöstutkimuksessaan määrittelemät liikunnan projektit. Siinä missä Kunnari määrittelee liikuntapääoman puhtaasti kokemuksellisesta näkökulmasta, korostaa Klemola (1998) projektiajattelussaan liikunnan päämääriä. Klemola jakaa tutkimuksessaan liikunnan päämäärät a. voiton, b. terveyden, c. ilmaisun sekä d. itsen projektien prosesseiksi. Klemolan projektit jäsentävät yksilön liikuntakokemuksista kuvaa näiden tavoitteiden ja päämäärien kautta.

Vaikka Kunnarin käsite onkin otsikkotasolla Klemolan liikunnan projektien analoginen johdannainen, huomauttaa Kunnari (2011, 133) käsitteiden hienovaraisista eroavaisuuksista. Näiden osalta Kunnari alleviivaa käsitteiden tarkastelutapaan ja määrittelyyn liittyviä kysymyksiä.

Klemolan tarkastelutapa korostaa liikuntaan liittyviä päämäärärationaalisia pyrkimyksiä, joita hän tutkimuksissaan käsittelee *merkityksinä*. Kunnarin tarkastelemat liikunnan projektit realisoituvat sen mukaan, miten toimijat liikuntaan liittämät merkitykset mieltävät. Kunnarin tarkastelutapa korostaa kuntoilijan harjoitteluun liittämien sisältöjen *kokemuksellisuutta*. Kunnari irtisanoutuu Klemolan projektiajattelusta, jonka hän katsoo liiaksi korostavan liikuntasuhdetta prosessina ja aktiivisena tekemisenä. Siinä missä Klemola korostaa toimijan intentionaalista aktiivisuutta, arvioi Kunnari yksilön kokemusten sellaisenaan olevan liikuntapääoman lähtökohta. Kunnari jatkaa liikuntapääoman käsitteen kuvausta tarkentamalla kokemuksen käsitteeseen liittyviä määritelmiä. Kunnari katsoo liikuntapääomaa tuottavien kokemusten olevan luonteeltaan puhtaita ja intuitiivisia kokemuksia, joita toimija voi kokea ilman liikunnan sosiaalisen merkityksmaailman etukäteisvaikutusta. (Kunnari 2010, 133, 148–149.)

Kunnarin tapa kieltää sosiaalisen maailman yksilökokemuksiin vaikuttavat merkitykset tiivistää väitöstutkimuksen arkkifenomenologista otetta. Käsitteellistäessään yksilökokemuksia sosiaalisesta maailmasta irrallisina, puhtaina kokemuksina, Kunnari (2010, 148–149) tulee soveltaneeksi fenomenologiaa näkökulmasta, joka haastaa Bourdieun sosiaalista maailmaa koskevan dualistisen tulkintatavan.

Kunnarin tapa soveltaa fenomenologiaa kanonisoii toimijaa sosiaalisesta maailmasta irrallisena subjektina.

Kunnarin väitöstutkimuksen tapa hahmotella liikuntapääoman käsitettä sekä bourdieulaisesta viitekehyksestä, että tulkitsemastaan varhaisfenomenologisesta näkökulmasta tuottaa käsitteessä hienoisen sisäisen ristiriidan. Näistä ristiriidoista johdettujen määrittelyn seuraavassa kappaleessa lyhyesti ne periaatteet, joita tutkimukseni käsitteen osalta noudattaa.

### **3.6 Liikuntapääoma tässä tutkimuksessa**

Omassa tutkimuksessani miellän liikuntapääoman kuntosalientien objektiivisissa rakenteissa tapahtuvan symbolisen kamppailun panoksena ja päämääränä. Kunnarin tapaan sitoudun ajatukseen liikuntapääomasta liikuntakokemusten kautta syntyvänä kokemuksellisenä pääomana. Tutkimukseni ei kuitenkaan käsitä liikuntapääomaa jäsentäviä kokemuksia puhtaina fenomenologisina kokemuksina. Oma tutkimukseni katsoo sosiaalisen maailman merkitysrakenteiden vaikuttavan perustavalla tavalla yksilön kokemuksen tapoihin. Tutkimukseni viitekehyksessä arvioin liikuntapääomaa tuottavien kokemussisältöjen rakentuvan – osana kenttäkamppailua – toimijan intentionaalisten pyrkimysten kautta. Tältä osin tutkimukseni tapa mieltää liikuntapääoman käsite mukailee sekä Kunnarin kokemuksellisuutta että Klemolan liikunnan päämääriin liittämää projektiajattelua.

Tutkimukseni katsoo liikuntapääoman ruumiillistuvan osaksi toimijan habitusta. Osana habituksen dispositioita liikuntapääoman sisällöt kuvastavat toimijan yksilöllisiä tapoja havainnoida ja arvottaa liikuntaan liittyviä merkityksiä.

Suurimman poikkeuksen suhteessa Kunnarin käsitteeseen tutkimukseni tekee sen osa-aluejakoon liittyen. Käsitteelen tutkimuksessani liikuntapääomaa ainoastaan kilpailun-, terveyden- ja ilmaisun osa-alueiden kautta, ja jätän yhteisöllisyyden- sekä itsen kehittymisen osa-alueet tarkastelun ulkopuolelle.

Yhteisöllisyyden osa-alueen poissulkeminen ei tutkimukseni tapauksessa tarkoita tarkasteltavan ilmiön yhteisöllisyyden merkitysten kieltämistä, pikemminkin päinvastoin. Tutkimukseni katsoo kuntosaliharjoittelun olevan perusluonteeltaan yksilöliikunnan muoto, mutta sen käytäntöihin liittyvät merkityssisällöt tuotetaan keskeisesti yhteisöllisten ja sosiaalisten vuorovaikutuskäytäntöjen avulla. Tutkimukseni katsoo näiden vuorovaikutuskäytäntöjen – sosiaalisen pääoman tapaan – läpäisevän koko kuntosalikentän rakenteet jäsentäen yleisellä tasolla kentän toimintaperiaatteita.

Itsen kehittymisen osa-alueen jätän tarkastelun ulkopuolelle sen kuntosalikontekstia marginaalisesti kuvaavan luonteensa vuoksi. Liikunnan kokonaiskenttää tarkasteltaessa voidaan määritellä liikkuja ja lajeja, joiden harjoittelun keskeisinä päämäärinä ovat liikunnan syvällisiä henkisiä kokemuksia tuottavat merkitykset. Kuntosaliliikunnan piirissä harjoiteltavia lajeja ei kuitenkaan olla tyypillisimmin näiden lajien joukkoon luettu. Kyseenalaistamatta mahdollisuutta kuntosaliharjoittelun kyvystä tuottaa syvällisiä henkisiä kokemuksia, en katso näiden kokemusten tarkastelulle perustuvien tulkintojen riittävän laajasti selittävän kuntosalikentän toimintaa.

Tutkimukseni tekee poikkeuksen myös Kunnarin tavassa asemoida liikuntapääoman käsite ainoastaan osaksi kulttuurisen pääoman subjektivoitua muotoa. Sassa-telli (2010) ja Hedblom (2009) arvioivat omissa kuntosalitutkimuksissaan, että liikunnan kentällä relevantit oppiarviot sekä tyyllisiin piirteisiin liittyvät sisällöt voivat osaltaan vaikuttaa toimijoiden kenttäasemaan. Sassatellia ja Hedblomia mukailen oma tutkimukseni katsoo, että liikuntapääoman sisältöihin voivat vaikuttavat myös kuntosalikentällä legitimeiksi objektiiviset ja institutionaaliset pääoman piirteet. Tutkimukseni katsoo kuntosalikentällä vaikuttavien tyyllisten piirteiden vaikuttavan olennaisesti siihen, miten yksilön asema kentällä havaitaan. Institutionaalisten piirteiden tutkimukseni katsoo ilmenevän kahdella tavalla: Ensiksi nämä piirteet voivat ilmentyä toimijan hallussa olevien muodollisten kvalifikaatioiden kautta. Näitä kuntosalikentän legitimeiksi katsomia ominaisuuksia voivat olla esimerkiksi liikunnan-, ravitsemuksen-, tai valmennusopin tutkinnot. Toiseksi tutkimukseni

katsoo institutionaalisten piirteiden voivan rakentua – ilman muodollisia oppiarvoja – kentän sisäisen arvonannon ja kvalifioinnin perusteille. Kentän toimintaperiaatteet ikään kuin ”arvottavat omat pyhänsä” ja tuottavat ne institutionaaliset asemat, joita erityisesti tiettyihin ”avainpelaajiin” saatetaan yhdistää.

Käsitteen osa-alueita koskevien sisällöllisten määritelmien osalta noudatan seuraavia tarkennuksia lukuun ottamatta Kunnarin muotoilemia pääperiaatteita. Tarkennusten avulla pyrin tekemään osa-alueita koskevat kuvaukset paremmin työni kontekstissa ymmärrettäviksi.

Kunnarin tapaan katson voiton osa-alueen liittyvän keskeisesti itsensä ylittämisen ihanteeseen. Toisaalta voittoa voidaan tavoitella myös suhteessa kentän muihin toimijoihin. Tässä tutkimuksessa kuntosalikentillä tavoiteltavia voittoja kuvaavat selkeästi mitattaville tuloksille perustuvat harjoituskäytännöt, joita tarkkaan määritellyt harjoitustavoitteet ja voiman tärkeä asema jäsentävät. Näiden piirteiden lisäksi katson voiton osa-alueeseen lukeutuvan sellaisten harjoituskäytäntöjen, joilla kuntoilija pyrkii hakemaan voittoa kuntosalikentän ulkopuolisilla liikunnan kentillä. Näiden kuntoilijoiden kuntosaliliikuntasuhdetta luonnehtii sen välineellisyys. Tässä tapauksessa harjoittelun kautta pyritään kehittämään muissa lajeissa tarvittavia ominaisuuksia. Terveysten osa-alueen tutkimukseni mieltää Kunnarin määritelmien mukaisesti liittyvän fyysisten, henkisten ja kuntoutuksellisten tavoitteiden päämäärille. Ilmaisun osa-aluetta tarkastelen yhtenä kokonaisuutena. Tässä ryhmässä ulkonäköön liittyvät harjoittelutavoitteet ovat harjoittelun ensisijaisia motiiveja.

LIIKUNTAPÄÄOMAN OSA-ALUEET TÄSSÄ TUTKIMUKSESSA		
KILPAILU		
* itseä/muita vastaan, voima, mitattavat tavoitteet		K1
* voiton tavoittelu liikunnan muilla kentillä		K2
TERVEYS		
* fyysinen terveys, kunto, monipuolisuus		T1
* henkinen terveys, mielihyvä, mielipaha		T2
* kuntoutus		T3
ILMAISU		
* kehon estetiikan ihanteet		IL

(TAULUKKO 2 Liikuntapääoman osa-alueet tässä tutkimuksessa)

Viitatessani tutkimuksen analyysissä liikuntapääoman osa-alueisiin käytän pääasiallisesti muotoilua, joka ilmaisee kunkin osa-alueen omana pääomalajinaan. Pääoman osa-alueita koskeva nimeäminen toteutuu tällöin *kilpailun pääoman*, *terveyden pääoman* ja *ilmaisun pääoman* muotoiluina. Noudatan tätä käytäntöä selkeyden vuoksi välttääkseni turhan monimutkaisia muotoiluja esimerkiksi toimijoista, jotka kamppailevat kuntosaliliikunnan pääoman terveyden osa-alueesta. Vastaavasti tiettyä pääomaa tavoittelevien vastaajien kokonaisuutta kutsun *ryhmäksi* tai *kentäksi*. Näissä yhteyksissä puhun esimerkiksi terveyden kentästä, jolla kuntosaliharjoittelijat tavoittelevat hyvinvoinnin ja terveellisen elämäntavan päämääriä.

## 4 AINEISTO JA METODIT

### 4.1 Aineisto

Käytän tutkimukseni aineistona 2016 keräämäni kyselyhaastatteluaineistoa. Aineisto on kerätty Jyväskylän yliopiston Korppi-järjestelmän kyselytyökalulla. Aineiston keruussa käytetty kyselyhaastattelulomake (liite 1) käsittää kaikkiaan 32 kysymystä, jotka selvittävät vastaajien kuntosaliharjoitteluun ja ruumiillisuuteen liittyviä merkityksiä. Lähetin kyselykutsun kaikkiaan 38 ainejärjestölle, joista 30 toimitti viestin jäsenistölleen. Vastauksia kahden viikon kyselyjakson aikana kertyi 206 kappaletta, eli noin 1,6 % Jyväskylän yliopiston perustutkinto-opiskelijoista.

Vastaukset ovat pääpiirteissään asiallisesti muotoiltuja, ja ne suurilta osin vastaavat selkeästi esitettyihin kysymyksiin. Niiden kysymysten osalta, joiden kohdalla tulkinnallinen vaihtelu on suurinta, vaihtelua selittää eniten kysymysten epätarkka tai kohtuutonta käsitteellistä ymmärryskykyä vaativa muotoilu. Esimerkiksi kysymys siitä miten vallitseva ruumiinkulttuuri vaikuttaa harjoitteluun, edustaa näitä kohtuutonta esiymmärrystä vaativia kysymyksiä. Aineiston 206 vastaajan joukosta katson vain viiden vastaajan lukeutuvan aineiston ulkopuolelle. Näiden vastaajien kohdalla annetut vastaukset ovat joko perusteellisesti puutteellisia tai yleisesti epä määräisiä. Joukossa on lisäksi kaksi vastaajaa, jotka ilmoittavat, etteivät harrasta kuntosaliliikuntaa ollenkaan.

Aineistossa vastauksien pituudet vaihtelevat eri vastaajien ja kysymysten välillä, mutta keskimäärin kuhunkin kysymykseen on vastattu kattavasti. Vastaajien määrän ja vastausten keskimääräisen merkkimitan perusteella vaikuttaa, että kuntosaliteemasta käyty keskustelu ja jaetut mielipiteet koetaan tärkeäksi. Aineiston joukossa on myös muutama tätä puoltava kuvaus, joissa vastaajat selittävät jokseenkin painokkaasti ”kuinka mukavaa on päästä avautumaan tästä aiheesta”. Haastattelukutsun yhteydessä kohderyhmää informoitiin tutkimuksen anonymiteetinsuojauksikäytännöistä, ja suositeltiin käyttämään tunnistettavien identiteettien sijaan



nimimerkkiä. Niiden vastaajien osalta, joiden kohdalla nimimerkin ei kuitenkaan voi katsoa takaavan riittävän suurta anonymiteettiä, olen hienovaraisesti muotoillut käytettyjä nimimerkkejä uudelleen.

Katson aineistoni sen laajuudesta huolimatta olevana monilta osin puutteellinen. Kysymykset olisivat saaneet keskimäärin olla huolellisemmin muotoiltuja, useampi kysymys olisi saanut olla tarkemmin kohdennettu, ja kaikkiaan kokonaisuus olisi voinut olla tiiviimpi. Toteutetussa muodossaan aineiston kokonaismitta on huomattavan laaja, ja silti vain osan kysymyksistä vastaa selkeästi tämän tutkimuksen tarpeisiin. Kyselyn ilmeisen puutteellisuuden osoittaa myös tiettyjen yksityiskoh- taisten avainkysymysten puuttuminen. Haastattelu ei esimerkiksi suoralla kysy- myksellä selvitä, kuinka kauan henkilö on käynyt kuntosalilla tai sitä, millä kunto- salilla henkilö käy. Näiden tietojen osalta tutkimukseni on niiden sisältöjen varassa mitä vastaajat aiheita koskien muiden vastausten yhteydessä sattuvat mainitse- maan.

Kysymykset, joissa vastaajat kuvaavat harjoittelunsa syitä, tuottavat muita toimi- joita koskevia arvioita ja kertovat harjoittelua yleisesti koskevista odotuksista, so- veltuvat parhaiten symbolisen kamppailun kuvauksiksi. Kestityn analyysissäni en- sisijaisesti seuraavien kysymysten tuottamien sisältöjen tarkasteluun:

[Käyn kuntosalilla koska]

[Tavoitteeni kuntosalilla]

[Mitä ovat salietiketit]

[Salilla parasta / pahinta]

[Miten koet muut ihmiset salilla]

[Minkälaisia odotuksia kuntosalikulttuuri asettaa harjoittelulle]

[Vapaa sana]

## 4.2 Analyysimetodit

Bourdieu (1995, 129–131) korostaa kenttiä koskevien spesifien määritelmien olevan kunkin tutkimuksen sisäisiä tehtäviä. Bourdieu pitää tärkeänä, että tutkimus hahmottelee ensisijaisesti kunkin kentän osalta ne erityispääoman muodot, jotka kentällä ovat aktiivisia. Näitä pääomia tutkimuksen on määrä tarkastella sosiaalisen prakseologian ensimmäisessä vaiheessa. Pääomien jakautumista koskevien kuvausten kautta strukturalistinen vaihe pyrkii muodostamaan kokonaiskuvan kentän objektiivisista rakenteista. Objektiivisen rakenteen rajoissa toimivan yksilön representaatioita empiirinen kenttätutkimus tarkastelee prakseologian toisessa vaiheessa. (Bourdieu & Wacquant 1995, 129–131.) Tässä yhteydessä kenttätutkimuksen tarkoituksena on tutkia toimijoiden yksilöllisesti tuottamia erontekoja ja luokittelutapoja.

Oma analyysini etenee edellä kuvatulla mandaatilla noudattaen sosiaalisen prakseologian kaksivaiheista analyysitapaa. Työni aineiston ja teorian välinen suhde on teoriasidonnaisesti painottunut. Ensimmäisen analyysivaiheen osalta liikuntapääoman käsitteellä on vahva asema, ja se ohjaa selkeästi analyysin etenemistä. Tässä mielessä ensimmäinen analyysivaihe voidaan mieltää myös teorialähtöisenä analyysinä.

Teorialähtöiselle tutkimukselle keskeisin tunnuspiirre on sen tapa perustaa tutkimusaineiston analyysi jo olemassa oleville teoreettisille malleille. Analyysin tarkoituksena on usein myös testata tiettyä teoriaa tai käsitettä uudessa ympäristössä. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, 95–99.) Viimeksi mainitun piirteen voi katsoa – erityisesti liikuntapääoman käsitteen osalta – olevan yksi tutkimukseni osatavoitteista. Yleisellä tasolla työni teoriasidonnaisuutta kuvaa sen tapa tarkastella aineistoa Bourdieun kenttäkamppailun näkökulmasta.

Strukturalistiselle näkökulmalle perustuva ensimmäinen analyysivaihe hahmottelee kuvaa Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän objektiivisista rakenteista. Hahmottelen ensimmäisenä kuntosalikentän aktiivisia pääomia hyödyntäen tarkastelussa liikuntapääoman käsitettä. Vastaajien ryhmittely vastaamaan tiettyä

liikuntapääoman osa-aluetta perustuu aineiston kuntosaliharjoittelun motivaatiota ja tavoitteita selvittäville kysymyksille. Näissä kysymyksissä vastaajat kuvaavat hyvin suoraviivaisesti oman harjoittelunsa periaatteita. Analyysivaiheessa tuotan kokonaiskuvaa tarkastelun kohteena olevasta kuntosalikentästä, sen yleisistä periaatteista sekä yksilöllisistä tavoitteista, jotka määrittävät tällä kentällä jaossa olevien pääomien jakoperustaa. Aineistoanalyysiä valmistelevat tekniset työvaiheet, kuten edellä kuvatut tyypittelyt, olen työssäni toteuttanut Atlas.ti 8 -ohjelmistolla.

Toinen analyysivaiheeni tarkastelee konstruktivistisesta näkökulmasta yksityiskohtaisemmin Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosaliharjoittelua koskevia kuvaustapoja. Työvaiheen teoriasuhde ei yhtä puhdasoppisesti edusta ensimmäisen vaiheen teorialähtöisyyttä, vaan sitä luonnehtii pikemminkin teoriasidonnainen analyysitapa. Tässä yhteydessä teorian ensisijaisena tarkoituksena on tukea tutkimusaineistosta tehtyjä löydöksiä (Tuomi & Sarajärvi 2002, 98). Analyysini perustuu ensisijaisesti vastaajien esittämille näkökulmille, joita tarkastelen teoriasidonnaisesti bourdieulaisessa viitekehyksessä. Konstruktivistisen vaiheen tarkoituksena on jäsentää kuvaa kuntosalikentällä vallitsevista yksilöllisistä havaitsemisen- ja kategorisoimisen tavoista. Näiden tapojen keskinäisen arvioiminen ja niiden suhteuttaminen kentän objektiivisiin rakenteisiin tuottaa kuvaa kentän todellisuuden määrittelyn tavoita ja sisäisistä ristiriidoista. Tutkimukseni viitekehyksessä näiden ristiriitojen katsotaan heijastelevan kentän symbolisen kamppailun sisältöjä.

# 5 KUNTOSALIKENTÄN PÄÄOMAT, TOIMIJOIDEN ASEMAT JA KENTÄN RAKENNE

## 5.1 Liikuntapääomat

Kentän aktiiviset voimat määrittelevät kentän spesifiset pääomat (Bourdieu 1995, 126).

Ensimmäinen analyysivaiheeni pyrkii konstruoimaan kuntosalikentän toimijoiden kenttäasemia ja kuntosalikentällä kamppailun kohteena olevia pääomia. Näiden pääomien jakauman katsotaan määrittävän kentän vuorovaikutukseen ja representaatioihin vaikuttavat ulkoiset pakot, eli ne käytännöt, joiden rajoissa kentän toimijoiden on mahdollista toimia. Pakot jäsentävät kuntosalikentän normatiivisia käytäntöjä, joiden rajaamille ja mahdollistamille toimintamalleille kuntosalikentän objektiivinen rakenne palautuu.

Analyysini tarkastelee ensimmäisenä pääomien jakautumisen perustaa suhteuttamalla liikuntapääoman ideaalityyppettä tutkimusaineistossa esitettyihin harjoittelun päämääriä koskeviin kuvauksiin. Kuvaan ensin kutakin pääoman lajia omana kokonaisuutenaan, ja tämän jälkeen kokoaan piirteitä vertailevasti yhteen. Tarkastelen ensimmäisessä vaiheessa pääasiallisesti niitä kysymyksiä, joissa vastaajat selittävät harjoittelunsa motiiveja ja tavoitteita.

### 5.1.1 Terveyden liikuntapääoma

Fyysinen terveys, kunto, monipuolisuus	T1
Henkinen terveys, mielihyvä, mielihyvä	T2
Kuntoutuminen, vammojen ennalta ehkäisy	T3

Terveyden liikuntapääomaa tavoittelevien kuntoilijoiden kentällä kuntosaliharjoittelu koetaan osana terveellistä ja hyvinvoivaa elämäntapaa. Harjoittelulla pyritään ylläpitämään fyysistä ja henkistä terveyttä sekä kuntouttamaan syntyneitä vammoja.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Yleinen kunnon ja hyvinvoinnin lisääminen ja ylläpito (Sake, T1)

Harjoittelu on monipuolista ja mukavaa. Saada vähän lisää voimaa. Muskeleista en haaveile. (Jen, T1)

Pysyä suhteellisen hyvässä kunnossa, en tavoittele mitään fitness kehoa. (Tallo, T1)

Haluan tuntea oloni terveeksi ja haen hyvänolon tunnetta (Rintis, T2)

Haluan pysyä fyysisesti hyvässä kunnossa ja tykkään hyvän olon tunteesta jonka saan salilla käymisen jälkeen. (Masa, T1)

Haluan omaksua liikunnallisen ja terveellisen elämän tavan (Ghettobarbie, T1)

Se tuo iloa (Hari, T2)

Terveyden liikuntapäätöksen kentällä liikuntakokemuksissa korostuvat liikunnan yleiset hyödyt, joita Sake edellä kuvaa kunnon ja hyvinvoinnin kokemuksina. Kuntosaliliikunta koetaan monipuoliseksi liikuntaharrastukseksi, jonka tavoitteisiin suhtaudutaan kohtuudella. Ryhmälle tunnusomainen piirre on sen tapa mieltää kuntosaliliikunta ennen muuta sen fyysistä kuntoa ja terveyttä ylläpitävien merkitysten kautta. Kuntosalilla kehittymiseen suhtaudutaan maltillisesti. Tätä Jen selittää kertoessaan, ettei motivoidu muskelimielikuvista, vaan katsoo voiman vähäisen kehittymisen olevan itselleen riittävä tavoite. Tallo jakaa Jenin maltillisen asenteen ja kertoo, että kunnon ylläpitäminen on riittävä tavoite. Fitnesskehoa Tallo ei tavoittele.

Terveyden kentällä tavoitteellisuus näyttäytyy usein Ghettobarbien kuvaamana haaveena, jossa ryhmä yhdistää terveellisen elämäntavan ja henkisen hyvinvoinnin keskeisiksi harjoittelun päämääriksi. Harjoittelun henkisiin merkityksiin liittyvät myös Rintiksen ja Masan edellä luonnehtimat hyvän olon tunteen kuvaukset, jotka hyvin samankaltaisesti mutta tarkemmin määrittelemättöminä toistuvat ryhmän vastauksissa erittäin usein. Muitakin positiivisia tunteita kentän jäsenet kuvaavat perin yleisellä tasolla. Hari kertoo harjoittelun tuovan iloa, Jen puolestaan kokee harjoittelun monipuolisena ja mukavana. Harjoittelun henkisiä hyötyjä koskevien yleisluontoisten mainintojen lisäksi osa kentän kuntoilijoista katsoo harjoittelulla

olevan konkreettisia henkiseen hyvinvointiin liittyviä merkityksiä, joita he kommenteissaan avaavat.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Itselleni kuntosaliharjoittelu on ollut ja on edelleen erittäin tärkeä osa mielenterveyden hoitoa. Salilla voi purkaa stressiä ja ahdistusta, ei tarvitse miettiä esim. stressaavia työjuttuja vaan voi keskittyä vain fyysiseen tekemiseen. Treenaaminen vapauttaa endorfiinia ym. Treeni ja sen hyödyt eivät ole vain fyysisiä vaan myös henkisiä! (Äet, T2)

Se auttaa stressinhallinnassa ja ylipäättään jakamaan arjessa (Sesse, T2)

Se tuo tasapainoa elämään, se on terveellistä, nautin siitä. Sali on pitkälti henkistä keskittymiskyvyn opettelua ja kykyä elää hetkessä. (Doe, T2)

Äet määrittelee yksityiskohtaisemmin, mitä terveyden kentällä harjoitteluun liitetyt henkiset merkitykset voivat ovat. Äet kertoo harjoittelulla olevan erityisen tärkeä rooli mielenterveyden hoidon kannalta. Hän kuvaa Sessen tapaan kuntosaliharjoittelun stressiä lieventäviä merkityksiä ja kokee kuntosaliharjoittelun yleisesti arjesta irtaannuttavana terapiatyönä. Päätäntönään vastauksensa lopussa Äet alleviivaa vielä kerran harjoittelun henkisen puolen tärkeyttä. Fyysiset hyödyt hän huomioi kuin ohimennen, itsestäänselvyytensä. Äetin ohella myös Doen tapa kertoa harjoittelun henkisistä merkityksistä kuvaa terveyden kentällä toistuvia yksityiskohtaisia henkisiä tavoitteita. Ensin Doe mainitsee harjoitteluun liittämäänsä yleisiä hyötyjä ja kertoo nauttivansa harjoittelusta. Sessen ja Äetin tapaan Doe katsoo kuntosaliliikunnan tasapainottavan elämää. Kuvatessaan näitä merkityksiä yksityiskohtaisemmin Doe palauttaa harjoittelun yleiset päämäärät keskeisesti sen henkisiin tavoitteisiin. Harjoittelun kautta pyritään lisäämään keskittymiskykyä ja opetellaan elämään hetkessä.

Terveyden kentällä harjoittelun henkisiä merkityksiä selitetään eri mittakaavoissa. Yhtäältä ryhmä tuottaa yleistä kuvausta tunteista, mutta toisaalta ryhmän jäsenet kuvaavat monissa yhteyksissä yksityiskohtaisemmin, mitä harjoittelun henkiset hyödyt voivat olla. Harjoituskuvauksista päätelleen ryhmän jäsenillä vaikuttaa maltillisten fyysisten tavoitteiden lisäksi olevan vakaita henkisiä tavoitteita. Yleisesti ja yksityiskohtaisesti muotoiltuina henkisten hyötyjen selitykset ovat kuitenkin vahvasti kiinni tavanomaisessa arkitodellisuudessa, eikä aineistossa esiinny

kuvauksia transsendenteista henkisistä rajakokemuksista, todellisuuden sosiaalisen luonteen häilymisestä, olevan avautumisesta tai puhtaista kokemuksista. Aineistossa kuvattuja terveyden pääoman henkisiä merkityksiä vaikuttaa olevan mielekästä kuvata juuri terveyden kentän tavoitteiden näkökulmasta. Tarkastelun ulkopuolelle jätetyn itsen kehittymisen osa-alueen määritelmiin terveyden kentän kuvaukset eivät sellaisinaan vaikuta suhteutuvan.

Terveyden ja hyvinvoinnin merkitysten lisäksi – ja näiden osana – kentän toimijat korostavat harjoittelun kuntoutuksellisia päämääriä. Kuntosaliliikunnan avulla pyritään kuntouttamaan ja ehkäisemään erilaisia vammoja tai sen hyötyjä arvioidaan yleisesti fysioterapeuttisten vaikutusten kautta.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Tukilihaksiston kuntoa tulee ylläpitää vapailla painoilla, kuntosalilla on eniten vaihtelevuutta vapaissa painoissa (kahvakuulat, levypainot, painoliivit jne). Koneisiin en koske. (TheLaughingMan, T3)

TheLaughingMan tiivistää kommentissaan harjoittelun fysioterapeuttista näkökulmaa ja tuottaa samalla oikeaoppiseksi katsomansa harjoittelutavan kuvausta. TheLaughingMan toteaa painokkaasi, että tukilihaksiston kuntoa tulee ylläpitää vapailla painoilla. Tämän kontrastiksi TheLaughingMan katsoo kuntosalilaitteilla tehtävät harjoitukset, joita hän kertoo karttavansa. TheLaughingManin yleistämien fysioterapeuttisten näkökulmien ohella kuntoutukselliset päämäärät kuvataan monesti tiettyjen spesifien vaivojen kautta.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Se auttaa olooni. Huomaan heti hartioissa ja niskassa, jos en ole käynyt kuntosalilla. Kuntosalilla käyminen auttaa myös stressiin ja paineisiin, ja auttaa jaksamaan opiskelua yms. Huomaan olevani äkäisempi, jos en ole käynyt salilla -> salille käymisen jälkeen tämä olo on purkautunut. Ärtynisyys voi toki johtua myös hartiakivuista, jotka häviävät salin myötä. (Barbaari, T3)

Niska-hartia -seudun lihakset tarvitsevat sitä. (Peukaloinen, T3)

Haluan pitää niska-hartia osastoni kunnossa, parantaa ryhtiä ja kasvattaa voimaa. (Kat, T3)

Se ryhti. Ja samalla lihastasapaino. Leukoja tahtoisin vielä jaksaa vetää, olisi niin hyvä kokokropan liike. (Pörtsikkä, T3)

Haluan ehkäistä tapaturmien seurauksia esim. olkapään sijoiltaanmeno, talvella kaatuminen, murtumat... (Itti, T3)

Lihaskuntoharjoittelu piristää mieltä, kohentaa terveyttä (esim. esidiabeetikon oireet saa kuriin parhaiten lihaskuntoharjoittelulla, oma kokemus) (Itu, T3)

Vastauksissa toistuvat kehon ja mielen yhteyteen liitetyt kokemukset. Barbaari selittää harjoittelunsa kuntoutuksellisia tavoitteita ja kertoo huomanneensa niska- ja hartiakipujen hellittäneen. Barbaari yhdistää hartiakivut mielialansa ailahteluun ja uskoo harjoittelun helpottavan henkisiä haasteita. Niska- ja hartiavaivoista kertovat myös Peukaloinen ja Kat. Lisäksi Peukaloinen kertoo pyrkivänsä parantamaan ryhtiä, joka Pörsikänkin kuvaamalla tavalla toistuu monissa ryhmän jäsenten vastauksissa. Itin harjoitustavoitteet korostavat puolestaan vammojen ennaltaehkäisyä, joka sekin on kenttää yleisesti yhdistävä piirre. Itu laajentaa kommentillaan terveyden kentän kuntoutuksellisia merkitysisältöjä arvioidessaan kuntosaliharjoittelun olevan erinomainen keino esidiabeteksen oireiden hoidossa.

Ryhmän fysioterapeuttisia ja kuntoutuksellisia päämääriä kuvaa terveyden kentän muiden tavoitteiden tapaan niiden monipuolisuus. Harjoittelun katsotaan yleisesti ylläpitävän ja kehittävän ruumiillista hyvinvointia ja lihaskuntoa. Lisäksi lihaskuntoharjoittelulla kuntoutetaan ja ehkäistään vammoja sekä pyritään myötävaikuttamaan terveydentilaan.

### **5.1.2 Ilmaisullinen liikuntapääoma**

Kehon estetiikan ihanteet IL

Ilmaisullista pääomaa tavoittelevien kentällä kuntoilun päämäärät yhdistyvät ulkonäkökysymyksiin. Harjoittelun tavoitteissa korostetaan lihaksikkaan tai kiinteän kehon ihanteita. Yleisesti myös laihtuminen ja kiinteytyminen ovat ryhmän jäsenten keskeisiä harjoitustavoitteita. Asetettujen tavoitteiden kautta ryhmän jäsenet pyrkivät kohti miellettyjä tavoitemittoja tai ihannevirtaloa. Kehon ulkonäköön liittyviä piirteitä ryhmän jäsenet erittelevät usein yksityiskohtaisesti



nimeämällä niitä alueita, joihin ollaan tyytyväisiä tai tyytymättömiä. Harjoitusmenot noudattavat monesti kehonrakennuksen sovelluksille perustuvia käytäntöjä.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Haluun olla timmissä kesäkondiksessa, kehittyä ihmisenä. Uskon et ihminen on kokonaisuus, joten kropan pitää olla temppele. (Tiinu, IL)

Kropan pitäminen kiinteänä ja hoikkana, joskus hyvä seura ja endorfiinipölyt jotka saan liikunnasta (Tiukka, IL)

Käyn kuntosalilla koska haluan näyttää paremmalta ja kehittyä (Nata, IL)

Se parantaa itsetuntoani. Haluan erottua lihaksilla muista, koska olen muuten tusinatavaraa. (Eikka, IL)

Tiinun kommentti tuottaa kehollisen ilmaisun kentästä jokseenkin karrikoitua kuvaa, mutta on samalla omiaan kuvaamaan kentän jäsenten tavoitteenmäärittelyyn liittyviä tapoja. Tiinu tuottaa kommentissaan saumatonta analogiaa ihmisenä kehittymisen ja timmin kesäkondiksen välille ja antaa ymmärtää, että ihmisen kokonaisuus palautuu sen toteemimaiseen ulkomuotoon. Tiukkan kommentti kuvaa kenties yleisemmin ryhmän kuvauksissa toistuvia teemoja. Hänen kommentissaan kehon kiinteys ja hoikkuus on jalustettu erityisasemaan. Vastaavalla tavalla Nata toivoo harjoittelun tulosten ruumiillistuvan parantuneena ulkonäkönsä. Osalla ryhmän jäsenistä ulkonäkökysymykset liittyvät myös Eikan mainitsemiin itsetuntokysymyksiin. Kehon muokkauksen menetelmillä omaa asemaa tai itsetuntoa pyritään monesti parantamaan.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Atleettisen näköisen vartalon saaminen ja ryhdikkään olemuksen hankkiminen. Lisäksi voimantuoton kehittyminen. (Kuilu, IL)

Haluan "täydellisen" vartalon (Asa, IL)

Kentän jäsenten tuottamissa yksityiskohtaisemmissa harjoittelutavoitteiden kuvauksissa toistuvat usein Kuilun ja Asan kommentteissaan esittämät aiheet. Heidän kuvailemansa atleettinen ja ryhdikäs yleisolemus tai täydellinen vartalo vaikuttavat olevan kentän yleisesti tunnustamia ja tavoittelemisen arvioisia pääoman piirteitä.

Haavevartaloon ja ihanneolemukseen liittyviä yksityiskohtia ryhmän jäsenet luonnehtivat usein tarkasti.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Haluan hankkia voimaa ja lihasta, etten ole vain hoikka kukkakeppi tai narukäsi. Kuntosalitreeneistä saan hyvän olon ja esim. penkkiennätysten jälkeen olo on kerrassaan mahtava. (Eastmann, IL, T, V)

Kasvaa hieman, saada lisää pyöreyttä peppuun, olkapäihin ja käsivarsiin. (Ole, IL)

Tällä hetkellä erityisesti reisien ja pakaroiden muokkaus (Wiki, IL)

Kasvaa naturaalina mahd. paljon. tärkeintä kuitenkin "klassinen" ulkonäkö kuin vain mahdollisimman suuri määrä lihasta. CBB-keho (Pate, IL)

Kommenttien kautta, ajatus ilmaisun kentällä vallitsevasta kehonkuvasta piirtyy mieleen anatomisena karttana. Kehon eri alueita, lihaksia ja lihasryhmiä tarkastellaan yksityiskohtina, ja kutakin koskien asetetaan omia spesifejä osatavoitteita. Eastmannin itsekriittinen kommentti kiinnittää erityistä huomiota käsivarsien koostumukseen. Vastaavalla tavalla Ole eristää kehonsa kokonaisuudesta olkapäät, käsivarret ja pepun, joihin toivoo lisää pyöreyttä. Wikin primaarinen kehityskohta on puolestaan reisien ja pakaroiden muokkaaminen.

Kentän ruumiillisissa ihanteissa keho mielletään yksityiskohdista koostuvana sopusuhtaisena kokonaisuutena, jonka pinnan estetiikkaa pyritään vaalimaan. Paten tavoitteet palautuvat yleistä selkeämmin klassisen kehonrakennuksen ihanteille siinä missä ryhmän jäsenistä valtaosan harjoittelumenetelmiä ja -tavoitteita kuvaa niiden kehonrakennuksen sovelluksista mukautetut harjoitusmallit. Kehon ulkonäön yksityiskohtiin liittyvien tarkkojen tavoitteiden ja ihannevartaloprojektien lisäksi ryhmän liikuntasuhde liittyy monesti myös painonhallinnan kysymyksiin. Ihannekehon ajatukselle sukua oleva ajatus ihannepainosta toistuu alituisen ryhmän jäsenten kommentteissa.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Haluan hyvää oloa, haluan normaalipainoiseksi. (Fläd, IL)

En halua olla lihava:) (Beige, IL)

Haluan laihtua ja kiinteytyä. Lihasten kasvattamisella ja energiaa kuluttamalla voi saada rasvaa poltettua enemmän. (Noradrenaliini, IL)

Olen ollut sairaalloisen alipainoinen, eikä mikään ole tarttunut minuun (läski). Nyt kovalla treenillä ja ruokailutottumusten muutoksella (säännöttömästä säännölliseen) olen saanut painoni nousemaan 48kg-> 68kg. Haluan päästä todella isoon kokoon, se on vuosien työ ja kerrankin tuntuu että osaa sitoutua pitkään suunnitelmaan 100% keskittymisellä. (Ämjii, IL)

Fläd mainitsee terveyden kentältä tutun hyvän olon tunteen lisäksi tavoittelevansa normaalipainoa. Beige ja Noradrenaliini jakavat Flädin tavoitteita, joita Noradrenaliini erittelee lihaskasvun ja energiankulutuksen näkökulmista. Verrattuna edellisiin Ämjiin tavoitteenasettelu on käänteinen. Hän toivoo kuntosaliharjoittelun korjaavan alipainoisuutta ja toivoo pitkäjänteisen harjoittelun kautta pääsevänsä järkälemäiseen kuntoon.

### 5.1.3 Kilpailun liikuntapääoma

Itseä/muita vastaan, voima, mitattavat tulokset	K1
Voiton tavoittelu liikunnan muilla kentillä	K2

Ilmaisun pääomaa tavoittelevien treenaajien tapaan kilpailun pääomasta kamppailevien voimailijoiden harjoittelua kuvaavat selkeästi asetetut päämäärät ja harjoittelun määrätietoinen ote. Näihin päämääriin pyritään progressiivisella harjoittelulla. Harjoittelun osatavoitteita tyypitellään tiettyjen spesifien liikkeiden, yleisen suorituskyvyn tai voimaominaisuuksien näkökulmista. Kilpailun kentällä kuntoilijoiden harjoitteluunsa liittämät voiton ja tappion kokemukset ovat keskeisiä pääoman kertymiseen vaikuttavia merkityssisältöjä. Voiton ja tappion kokemuksista kamppaillaan suhteessa omaan aikaisempaan suorituskykyyn, suhteessa kavereihin tai kanssaliikkuihin. Kilpailun kentän sepelillä astelee myös joukko kuntoilijoita, jotka tällä kentällä saavuttamiensa pääomien avulla pyrkivät voittoihin liikunnan muilla areenoilla. Näiden kuntoilijoiden osalta kuntosaliharjoittelun voi katsoa olevan sekundaarista, joskin tarpeellista oheisharjoittelua, jonka menetelmillä pyritään parantamaan suorituskykyä varsinaisessa leipälajissa.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Saada tuloksia ylös. Voittaa kaverit (Kirkaskalpa, K1)

Itsensä haastaminen, voiman lisääminen (Baccus, K1)

Kehittyä ja saavuttaa asetettuja tavoitteita. (Tuisku, K1)

Rakentaa vähän lisää maksimaalista voimaa lihaksiin. (Ippe, K1)

Kasvattaa voimaa ja päästä tavoitepainoihin, jotta voisin harkita voimanostokisoja. (Uure, K1)

Kirkaskalpa hahmottelee kommentillaan kentän kulttuuriin sisäänrakennettua kilvoittelun henkeä. Mitattavien tulosten, voiman ja voiton merkitykset korostuvat myös Tuiskun kommentissa. Baccuksen luonnehtima itsensä haastaminen näyttäytyy kentällä ennen muuta sen fyysisissä merkityksissä, joihin Ipen mainitsemalla tavalla pyritään usein maksimivoimaharjoittelulle perustuvien käytäntöjen kautta. Uuren vastaus hahmottelee kentän jäsenten tapaa suhtautua harjoitteluun progressiivisella otteella. Voimantuotto-ominaisuuksia vaiheittain kehittämällä kentän jäsenet pyrkivät saavuttamaan päämääriensä mukaisten tavoitepainojen käsittelyyn vaadittavan suorituskyvyn. Suorituskyvyn ja voiman ominaisuuksia kentällä arvioidaan yksittäisten liikkeiden ja suoritusten kautta.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Kasvattaa lihasvoimaa ja seurata tätä kehitystä asettamalla tiettyjä tavoitteita, esim. tiettyjä liikkeitä tietyillä painoilla tms. Yksi konkreettinen tavoite on, että haluaisin pystyä vetämään leukaa. (Vire, K1)

Parantaa voimaa kaikissa moninivelliikkeissä: kyykky, mave, penkki ja leuanveto. Avustavissa liikkeissä sama kehityksellinen trendi: yhden jalan kyykyt ja mavet, hanging leg raise, vaakasoudut, pystypunnerrukset jne... (Paku, K1)

Vire asettaa leuanvedon suorituskykyä mittaavaksi referenssiksi. Menettely edustaa kilpailun kentän jäsenille tyypillistä suoritussidonnaista tavoitteenasettelutapaa. Pakun yksityiskohtaisempi jaottelu harjoittelun moninivelliikkeisiin ja apuliikkeisiin on vastaavalla tavalla kilpailun kentän kertomuksissa usein toistuva tyypittelytapa. Monessa tapauksessa harjoittelun päämääriä ja tuloksia hahmotellaan

Pakun esittämällä tavalla klassisten voimailuliikkeiden, kuten penkkipunnerruksen, jalkakyykyn tai maastavedon kautta.

Kuntosaliharjoittelun sisäisesti organisoituvien päämäärien ohella harjoittelulla voi olla myös kuntosalikentän ulkopuolisia tavoitteita. Näiden kuntoilijoiden harjoittelutavoitteet jäsenyivät usein muun ryhmän tapaan suorituskyvyn ja voiman merkitysten lähtökohdista.

[Käyn kuntosalilla koska / tavoitteeni kuntosalilla?]

Tällä hetkellä tavoitteenani on kasvattaa voimaa, jota tarvitsee keihäänheitossa. (Eimä, K2)

Kehittää lihaksistoa jotta hallitsisin peleissä kroppani eikä tulisi loukkaantumisia (Piste, K2)

Juoksuharjoittelun onnistunut tukeminen (Kona, K2)

Kehittää voima ominaisuuksia ja tukea kilpaurheilua (Koli, K2)

Piste kuvailee kommentissaan kuntosaliharjoittelun suhdetta muuhun liikuntaan. Hän arvelee, että saisi voimaharjoittelun kautta parannettua koordinaatiokykyään, jonka toivoisi auttavan välttämään loukkaantumisia. Eimän ohjeisharjoittelu keskittyy voimaan, jota hän tarvitsee keihäänheitossa. Samaan tapaan Kona ja Koli yhdistävät voimaharjoittelun välineellisesti muuta urheilua tukevaan asemaan.

#### 5.1.4 Kuntosalikentän objektiivinen rakenne

Kenttä voidaan analyttisesti määritellä asemien välisten objektiivisten suhteiden verkostoksi tai konfiguraatioksi. Asemien aktuaalinen tai potentiaalinen sijoittuminen (situs) niiden vallan (tai pääoman) eri muotojen jakaumaan, joita tarvitaan kentällä jaossa olevien voittojen saamiseksi, ja asemien objektiivinen suhde muihin asemiin (ylivalta, alistus tai homologia) määrittelevät objektiivisesti asemien olemassaolon ja ne determinaatiot, jotka kohdistuvat asemien haltioihin, agentteihin tai instituutioihin. (Bourdieu 1995, 125.)

Kuntosalikentän yleisiä toimintaperiaatteita tarkastelemalla voidaan hahmotella kuvaa siitä, mistä kuntosalikentän toiminnassa on kyse. Suhteuttamalla näitä toimintatapoja liikuntapääoman muotoihin voidaan muodostaa käsitys kentällä vallitsevista asemista. Vastaavasti asemia ja niiden välisiä suhteita analysoimalla

voidaan muodostaa käsitys kentän objektiivisesta rakenteesta. Kenttäteoria katsoo kentän rakenteen määräävän ja ilmaisevan kentän vuorovaikutukseen ja representaatioihin vaikuttavia ulkoisia pakkoja. Se ilmaisee niitä rajoituksia ja mahdollisuuksia, joille kentän legitimiin katsoma toiminta perustuu. Kentän oikeuttamien toimintatapojen puitteissa toteutuva toiminta on kentällä yleisesti kyseenalaistamattonta, jollaisena se edustaa kentällä vallitsevaa doksa. Legitiimin toimintakulttuurin vastaiset käytännöt suhteutuvat doksaan kyseenalaistavasti ilmentäen kentän heterodoksisia prosesseja. Kentän objektiivinen rakenne ilmaisee näitä kentän asemien kautta tuotettuja käytäntöjä, jotka osoittavat kaikki ne yleiset pelisäännöt ja periaatteet, joille kentän toiminta on organisoitunut. Yksinkertaistetusti ajateltuna kentän objektiivinen rakenne paljastaa kunkin kentän osalta, mistä tällä kentällä on kyse, mitä kentällä tavoitellaan ja millä perusteilla sekä sen, miten sen toimijat ovat kentälle asemoituneet, ja miten nämä asemat suhteutuvat toisiinsa. (Bourdieu & Wacquant 1995, 30, 124–129.)

Terveyden pääomaa tavoittelevien kuntoilijoiden ryhmässä kuntosaliharjoittelu nähdään osana terveellistä elämäntapaa. Kuntosaliharjoittelun kautta ylläpidetään fyysistä kuntoa ja henkistä hyvinvointia, reagoidaan terveydentiloihin ja kuntoutetaan vammoja. Fyysisten hyötyjen lisäksi harjoittelun henkisillä vaikutuksilla on erityisen tärkeä asema kentän kulttuurissa. Kuntosaliharjoittelun kautta opetellaan pysähtymään, haetaan helpotusta stressiin ja etsitään vastapainoa kiireiselle arjelle. Harjoittelun tavoitteisiin ryhmän jäsenet suhtautuvat maltillisesti, eikä kehittymistä kohtaan aseteta suuria odotuksia. Harjoittelu vaikuttaa kaikkiaan itseisarvoiselta, joka sellaisenaan riittää tuottamaan haettuja hyötyjä. Kentän jäsenten liikunta korostaa terveyslähdekohtien primaarisuutta. Kentän jäsenet eivät tyypillisimmin tavoittele harjoittelullaan äärimmäisiä voimaominaisuuksia tai uskomattonta ulkonäköä.

Vastaavasti ilmaisullisen kentän tavoitteet liittyvät keskeisesti ulkonäköön. Ryhmän jäsenet tavoittelevat lihasmassan kasvua, kiinteää atleettista ulkomuotoa tai timmiä kesäkonista. Vastaavasti myös painonhallintaan liittyvät merkitykset voivat toimia tärkeinä liikuntamotiiveina. Ryhmän jäsenten harjoitteluote on usein

määrätietoinen, ja kehon kehityskohtia yksilöidään tarvittaessa tarkkanäköisesti. Kentän jäsenten suhde voimaan ja terveyteen on alisteinen ulkonäölle.

Ilmaisun ryhmän tapaan kilpailun ryhmän tavoitteenasettelutapa on yksityiskohdainen ja harjoitteluote määrätietoinen. Kilpailun kentän jäsenien liikuntasuhdetta kuvaa itsensä ylittämisen ihanne, jonka hengessä ryhmän jäsenet pyrkivät kehittämään voimaa ja suorituskykyä. Osa kentän jäsenistä tähtää kuntosalilla ansaitsemiensa pääomien avulla voittoihin myös muilla liikunnan kentillä. Ulkonäköavoitteet ovat alisteisessa asemassa suhteessa voimaan ja suorituskykyyn liittyviin tavoitteisiin, ja terveyden premissit katsotaan saavutettavan kovan harjoittelun kautta.

Eri liikuntapääomaa tavoittelevien kuntoilijoiden tavoitteenmäärittelyn ja harjoituskäytäntöjen välillä on vaikeaa nähdä selkeitä yhtymäkohtia. Tiettyjä piirteitä voidaan analogisesti samaistaa, mutta yleisesti ottaen eri ryhmät perustavat harjoittelunsa keskenään hyvin erilaisille lähtökohdille. Yhdenmukaisuuksien osalta ainut selkeästi erotettava kollektiivisesti jaettu harjoitusperiaate on kilpailun ja ilmaisun kenttien keskenään jakama määrätietoisen ja tulostavoitteellisen harjoittelun ihanne. Tämän ihanteen oppositioon jää ainoastaan maltillisemmin harjoitteluun suhtautuva terveystuntoilijoiden kenttä, jolla harjoittelu itsessään on riittävä tavoite. Kahden pääomaryhmän oikeuttamana rationaalinen harjoitusote on kentän enemmistön legitimoima, ja sen voi katsoa vaikuttavan merkittävästi kentän käytäntöjen määrittelyyn.

Edellistä yksityiskohtaisempi yhtäläisyys liittyy kentän toimijoiden tapaan tuottaa hyvän olon tunnetta koskevia kuvauksia. Harjoitteluun yhdistettyä hyvänolon tunnetta kuvataan tasapuolisesti jokaisen pääomaryhmän kertomuksissa. Kollektiivisesta ilmentymisestään huolimatta kukin ryhmä vaikuttaa merkityksellistävän tämän tunteen oman kenttensä merkitysten kautta. Terveiden kentällä hyvän olon tunteen katsotaan syntyvän usein jo yksin kuntosalille menosta. Vastaavasti ilmaisun kentällä tunne yhdistetään tavallisesti harjoittelun esteettisiin sisältöihin. Kilpailun kentän jäsenet selittävät hyvän olon tunnetta yhtäältä terveyden kentän tapaan yleisesti, mutta myös liitettynä oman pääomansa oikeuttamiin maksimaalisiin

voimasuorituksiin. Hyvän olon tunteen kenttäkohtainen kokemisen tapa vaikuttaa indikoivan sitä kokemusta, joka toimijassa herää, kun tämä saa haltuunsa – tai pääsee lähemmäksi – tavoittelemaansa pääoma. Tällaisessa merkityksessä hyvän olon tunteen kokemus on sinällään intersubjektiivisesti jaettu, mutta tunteen syntysisällöt vaihtelevat ryhmittäin.

Siinä missä pääomien väliset toimintatavat eivät kaikissa tapauksissa näyttäyty selkeästi toistensa antagonistisina vastavoimina, ovat harjoittelun keskeiset sisällöt kullekin ryhmälle ainutlaatuisia. Eroavaisuudet ryhmien välillä hahmottuvat jo yksin niiden toisistaan poikkeavien päämäärien kautta, mutta myös yksityiskoisemmissa piirteissä. Yksi ryhmien eroja luonnehtivista hienopiirteisistä ominaisuuksista liittyy niiden toisistaan poikkeaviin käytäntöihin käsitteellistä kuntosaliharjoittelua. Terveiden kentällä harjoittelua nimetään monesti kuntosalilla käymiseksi, kuntosaliharjoitteluksi tai lihaskuntoharjoitteluksi. Vastaavasti kilpailun ja ilmaisun kentillä puhutaan useammin treenaamisesta. Lisäksi kilpailun kentällä puhutaan myös voimaharjoittelusta tai voimailusta ja ilmaisun kentällä bodaamisesta.

Toinen käsitteellistämiseen liittyvä piirre ovat kilpailun ja ilmaisun kentillä esiintyvät käytännöt, joissa tulosten tavoittelua ilmaistaan rakentamisena tai kasvattamisena. Kentästä riippuen rakennustyö saa merkityksensä joko kehon rakentamisena tai voiman rakentamisena. Samaan tapaan kasvattamisen kohdalla ilmaisun kentällä puhutaan lihaksen kasvattamisesta, kun taas kilpailun kentällä voiman kasvattamisesta. Terveiden kentällä tyypilliseen kielenkäytön kulttuuriin ei sisälly kilpailun ja ilmaisun kenttien piirissä tavallisia progressiivisuutta korostavia tapoja. Terveiden kentällä hyvinvointia tai terveyttä, hyvää oloa tai hetken hengähdystaukoa ei tyypillisesti rakenneta tai kasvateta.

Siinä missä käsitteellisen kielenkäytön piirteet palautuvat epäilemättä yleisiin kielenkäytön konventioihin, voi näiden konventioiden välittämien merkitysten avulla myös tuottavan todellisuutta. Kenttien käsitteelliseen kielenkäyttöön liittyvät piirteet palautuvat monilta osin kunkin ryhmän sisäisille ideaaleille. Myös näiltä osin terveyden kentän käsitteellistämä salilla käymisen käytäntö ja kuntoa korostava



koreilemattomuus vaikuttavat jäävän rivakan rakentamisen ja tavoitteellisen tree-naamisen alistamaan oppositioon.

[Vapaa sana]

Erilaisia kuntosalikulttuureja on mielestäni olemassa. Näitä kulttuureja luovat salin kävijät, sen yleisilme ja millaisia mahdollisuuksia siellä on harjoitella (Vaste, IL)

Salikulttuuri pitää sisällään paljon erilaisia alakulttuureja. On erikseen painonnostajia, keski-ikäisiä selkävammakuntoutujia, kiinteyttä hakevia tyttöjä ja isoja lihaksia rakentavia poikia, Juttua ja superdieettejä katsoneita painonpudottajia jne. (Jusu, K2)

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän objektiivista rakennetta voidaan tarkastella kolmen, suhteellisen omalakisien alakenttien muodostamana kokonaisuutena. Tällä kentällä toimijat sijoittuvat tavoittelemiensa pääomien määräämiin asemiin terveyden, ilmaisuuden ja kilpailun alakentille. Kullakin kentällä vaikuttaa vain tälle kentälle ominainen, pääosin muille kentille palautumaton toimintakulttuuri, jota kunkin kentän pääoma ja ihanteet ilmentävät. Alakenttien sisäisesti legitimoimien ihanteiden ja toimintatapojen kokonaisuudet tuottavat kunkin alakentän osalta sen sisäisesti ristiriidattomat käytännöt eli doksat. Alakenttien legitimoimat doksat ilmaisevat kuntosalikentällä mahdollisia vuorovaikutuksen ja representaatioiden tapoja. Kentän kokonaisuudessa doksat näyttäytyvät toisilleen vaihtoehtoisina vastavoimina jäsentäen doksan ja heteroksian suhteista käytyä määrittelyä. Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän doksat perustuvat yleistetyksi ihanteisiin terveydestä, kunnosta ja kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, kehon ulkomuodon estetiikasta, lihaksikkuudesta ja kiinteydestä sekä voimasta, suorituskyvystä ja omistautuneesta harjoittelusta.

## 5.2 Symbolisen kamppailun piirteet

Ensimmäinen analyysivaiheeni käsitteli Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän pääomien jakautumisen perusteita. Näiden kautta analyysi muotoili kuvausta kuntosalikentän asemista, yleisistä ihanteista ja tavoitteista. Näille perustuen ensimmäinen vaihe esitti yleisen luonnehdinnan kuntosalikentän rakenteesta.

Analyysin toisen vaiheen tarkoituksena on tuoda lähemmin esiin toimijoiden välittöminä elämät kokemukset. Analyysi tarkastelee kentän toimijoiden yksilöllisiä havaitsemisen ja kategorisoinnin tapoja, joiden varassa toimijat kenttää koskevat merkitykset tuottavat. Kategorisointitapoja tarkastelemalla analyysi tarkentaa kuvaa kentän dynamiikasta ja selittää, minkälaisille piirteille kentän symbolinen kamppailu perustuu.

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän symbolisen kamppailun piirteet paljastuvat kentän kertomuksissa, joissa toimijat oikeuttavat tai kyseenalaistavat omaa toimintaansa, kanssakuntoilijoiden toimintaa tai yleisesti kentän toimintakulttuuria. Kentän käytäntöjen välittämistä yksilölliset oikeuttamisen- ja kyseenalaistamisen tavat uusintavat alati oikean ja asianmukaisen sekä väärän ja virheellisen toimintatavan koodistoja. Kuntosalin käytännöissä asianmukaisesti toimimista koskevien odotusten tulkkaaminen vaikuttaa olevan kunkin omalla vastuulla. Oikein toimimista koskevien koodien ymmärtämisen kannalta kuntosalietikettien tuntemuksesta saattaa olla apua.

[Mitä ovat salietiketit]

Salietiketit ovat normeja joiden mukaan kuntosaliympäristössä liikutaan ja toimitaan. (Eido, K2)

Salilla pitää käyttäytyä tiettyjen sääntöjen mukaan. Osa säännöistä on kirjoitettu auki, mutta osa on kirjoittamattomia sääntöjä. (Hoon, IL)

Hiljaisia sääntöjä, tulee noudattaa, tai muuten toiset treenaajat alkavat katsoa pahalla. (Mic, T3)

Puhdistu oma paikkasi, älä ähki häiritsevästi, älä mene liian lähelle toista, kysy onko laite/paikka vapaa jos olet epävarma, älä tuijota toisia. (Äste, K1)

Koodit. On kuvottavaa nähdä tyyppiä, jotka ei noudata koodeja. Eilenki tuli joku hyypiö kävelykengis tekee rinnallevetoo. Ensteks se kysy: "missä vitussa täällä on tanko" , sit se teki niitä vetoja kävelykengis ja farkuis. Vittu, mikä ääliö. (Tintti, IL)

Salietikettien katsotaan muodostavan kuntosalin normatiivisen perustan. Yleisesti kentän toimijoiden vastauksissa toistuvat maininnat kentän tapakulttuuria ja harjoittelukäytäntöjä koskevista yleisistä säännöistä. Näiden lisäksi puhutaan myös julkilausumattomista toimintaperiaatteista, joille annetaan formaaleihin sääntöihin verrattava asema. Eido katsoo kuntosalietikettien muodostavan yleisen

normatiivisen pohjan, jonka periaatteille harjoittelu tulee perustaa. Eidon tapaan Hoona ja Mic kertovat etikettien normatiivisesta luonteesta, mutta mainitsevat myös kirjoittamattomista säännöistä, joiden noudattamisen erityisesti Mic katsoo tärkeäksi. Mic arvelee, että jos toimija ei noudata hiljaisia sääntöjä, saattaa helposti joutua muiden treenaajien paheksumaksi. Tintti kertoo kommentissaan kohdanneensa kuntosalilla epäsovivaa käytöstä, jonka arvioi paheksuttavaksi. Paheksuntaansa Tintti perustelee normirikkeillä, johon katsoo kanssakuntoilijansa tyyneellä käytöksellään ja epäasiallisella pukeutumisellaan syyllistyneen. Tintin mielestä ”hyypiön” käytös oli kuvottavaa, ja katsoo tämän toimineen erittäin ääliömäisesti.

Äste listaa joukon tärkeimmiksi katsomiaan etikettejä, joiden joukossa mainitsee myös kentällä suuresti mielipiteitä jakavan *katseen* merkityksen. Omassa kommentissaan Äste alleviivaa, että kuntosalilla ei tulisi tuijottaa. Tuijottaa ei hänen mielestään saisi, vaikka henkilö kokisi olonsa salikäytäntöjen suhteen epävarmaksi ja hakisi katseellaan vahvistusta. Äste kehottaa tuijottamisen sijaan kysymään, jos jokin asia on epäselvä. Odotusten mukaan toimimisesta tulee kuitenkin entistä haastavampaa, kun osa kentän jäsenistä asettaa ehtoja myös puhumista kohtaan.

[mitä ovat salietiketit]

Älä puhu muille. Älä ole tiellä. Laita painot takaisin paikoilleen. Älä jumitu jutustelemaan laitteille, jos joku muu odottaa vuoroaan. (Ippe, K1)

Ippe katsoo, ettei muille puhuminen kuulu kentän toimintaperiaatteisiin lainkaan ja lisää, että muiden harjoittelun tielle ei sovi jumiutua. Ipen kommentti välittää kuvaa kentän laajamittaisesti oikeuttamasta määrätietoisen harjoitteluottelun ihanteesta. Tavalla tai toisella kanssakuntoilijoiden koetaan usein haittaavan harjoittelua ja olevan sen tiellä.

Kuntosalikentän kertomuksissa kanssakuntoilijoiden häiritsevyyttä selitetään monesti juuri katseen merkitysten kautta. Toisaalta katse vaikuttaa saavan häiritsevyyden lisäksi monia muitakin merkityksiä. Kaikkiaan katseen merkityksiin liittyvien kokemusten diversiteetti on kentän kommentteissa huomattavan laaja. Katseen sisällöstä, syistä ja oikeutuksesta käydään jatkuvaa neuvonpitoa.

[Salilla pahinta/miten koet muut ihmiset salilla]

Kyyläävät ihmiset (Veeps, T1)

Muilta on hyvä katsoa mallia, ja jos esimerkki on huono, niin siitäkin voi oppia. Eniten katotaan pahalla niitä, jotka tekee huonolla tekniikalla liian isoilla painoilla. Tällöin muiden paheksuvat katseet ovat vain hyvästä. Toki ymmärrän, jos jotakuta ahdistaa mennä salille, koska muut ovat paremmassa kunnossa ja kyyläävät mitä teen jne. (Nappisilmä, IL)

Olisi kiva jos ihmiset keskittyisivät oikeaan tekniikkaan (20% treenaajista?) sen sijaan, että latovat painoja tai huitovat menemään. Hirveää katseltavaa ja oikein silmiin sattuu. (Paku, K1)

Kivointa on treenata mahdollisimman tyhjällä salilla, joten ilmeisesti vähän häiritseviksi. Toisaalta on hyvä nähdä miten muut treenaavat ja ottaa mallia. (Milzi, IL)

Joskus on hauska seurata muiden harjoittelua. (Jen, T1)

Miehet ja naiset jotka töllää. Haha. Miesten katselu ei kuitenkaan niin häiritse kuin naisten, kun sellasen piene flirtin ymmärtää. Jotkut naiset varsinkin naisten salilla kattoo ku kadehtien ja silleen tölläillen et tekis mieli mennä kysyyn et mitä asiaa on... (Perhonen, T1)

Joskus tuntuu, että itsetietoiset kuntoilijat silmäilevät inhottavasti... (Wiki, IL)

Joskus salille on kiva mennä salaa katsomaan kauniita urheilullisia naisia. (Ulle, IL)

Yleisesti ottaen kuntosalikatseisiin tunnutaan suhtautuvan kriittisesti. Monessa tapauksessa katsominen koetaan tungetteluna ja sen merkityksiä varsinkin katseen kohteet kielentävät intensiivisillä ilmauksilla: kyylääminen, paheksunta, kadehtiminen, inhottava silmäily, töllääminen.

Katsojat puhuvat myös muista merkityksistä. Nappisilmä ja Milzi katsovat tarkkailun mainiona mallioppimisen mahdollisuutena. Nappisilmä uskoo katseiden merkitysten olevan usein arvostelevia, mutta toisaalta hän epäilee, että katseet voivat välittää myös valvovia ja valmennuksellisia merkityksiä. Jos esimerkiksi kansakuntoilijan harjoittelutekniikan arvioi huonoksi, on Nappisilmän mukaan aiheellista osoittaa katseellaan paheksuntaa. Paku jakaa Nappisilmän arviot kertoessaan, että väärällä tekniikalla harjoittelevien kuntoilijoiden treeni on kauheaa katsottavaa. Katsotun näkökulmasta tilanne vaikuttaa kuitenkin kompleksiselta. Kuinka toimija saattaa sanoittamattomien silmäyksien seasta erottaa valmennukselliset vilkaisut tai tungettelevan tölläämisen?

Jen kertoo kommentissaan kokevansa kanssaharjoittelijoiden seuraamisen olevan hauskaa. Hän ei kuitenkaan tarkemmin selitä, mitä kokemallaan huvittuneisuudella tarkoittaa. Monissa tapauksissa toimijoiden toisissaan herättämä huvittuneisuus näyttäytyy kuitenkin juuri Nappisilmän selittämänä pahekuntana tai huvittuneena halveksuntana. Veeps mieltää kylläävät ihmiset kuntosalin epämieluisimmaksi piirteeksi. Wiki vastaus on samoilla linjoilla. Wiki kategorisoi itsetietoisien kuntoilijoiden ryhmän, joiden erityisesti arvelee silmäilevän häntä inhottavasti.

Katseen merkitysten monitulkintaisuus ja sen ristiriidat käyvät ilmi erityisesti Perhosen esittämässä kommentissa. Perhonen tekee eron kadehtivien katseiden ja flirttailevien katseiden välille, ja kertoo suhtautuvansa näihin eri tavoilla. Kadehtivat katseet hän mieltää sopimattomiksi, kun taas katseella ositettua hienovaraista vihjailua hän kertoo ymmärtävänsä. Perhosen ja Ullen tavat kokemuksellistaa katseen merkityksiä ovat jokseenkin samankaltaisia, tai vähintäänkin vastausten välisten suhteiden voidaan hetkeksi huomata saavuttavan tasapainotilan. Perhonen suhtautuu kiinnostuneen katseen välittämää hienoiseen flirttiin ymmärtäväisesti, siinä missä Ullen mielestä kuntosalille on toisinaan kiva mennä katselemaan kauniita urheilullisia naisia.

Jossain tapauksessa katsojan ja katsotun asemalla ja olemuksella vaikuttaa olevan merkitystä. Toisissa tilanteissa tarkkailu sellaisenaan ja kaikissa muodoissa koetaan kuntosalille kuulumattomana toimintana. Ympäristön ymmärtämisen kannalta tilanne vaikuttaa kaikkiaan haastavalta.

Kuntosalikentän sosiaalisen ympäristön painoarvo ja samalla sen raadollinen luonne paljastuvat, kun tarkastelee lähemmin haastatteluaineiston kysymyksiä, joissa vastaajat kertovat mitkä piirteet he kokevat kuntosalilla mieluisimpina ja mitkä puolestaan ikävimpinä.

[Salilla parasta]

Treenin jälkeinen euforinen olo. (Ananas, T1)

Hyvä olo, hyvä kroppa. (Herkku IL)

Kun pääse purkamaan paineita ja jos voi olla tyytyväinen suoritukseen. (Kello, T1)

Rauta. (Jürgen, K1)

Oman ohjelman läpivienti, tavoitteiden saavuttamien ja terve itsensä rääkkäys. (Tuisku, IL)

Mieluisimpina asioina kentän jäsenet kuvaavat lähes poikkeuksetta varsinaiseen harjoitteluun liittyviä yksityiskohtia. Vastauksissa kuvataan oman harjoittelun onnistumista ja aineistossa yleisesti esiintyvää hyvää oloa. Ananas mieltää kuntosalin mieluisimmiksi kokemuksiksi treenin jälkeisen hyvän olon tunteen, siinä missä Herkku yhdistää mieluisuuden esteettisiin kokemuksiin. Samaan tapaan, terveyden kentän käytännöille tyypillisesti, Kello kuvaa mieluisimpina asioina kuntosaliharjoittelun mahdollistamaa paineiden purkua. Niin ikään varsinaisen harjoittelun sisällöille kommenttinsa perustavat myös Jürgen kuvatessaan liittoaan rautaan, ja Tuisku luonnehtiessaan harjoittelua terveenä itsensä rääkkäämisenä. Tämän kysymyksen osalta vastaajat selittävät hämmästyttävän yhdenmukaisesti varsinaiseen harjoittelun liittyviä sisältöjä. Epämieluisimpien piirteiden listauksissa vastausten sisällöt kuitenkin muuttuvat. Tässä yhteydessä varsinaiseen harjoitteluun liittyvien sisältöjen sijaan vastaajat listaavat – niin ikään lähes poikkeuksetta – kuntosalin sosiaaliseen ympäristöön ja vuorovaikutukseen liittyviä piirteitä.

[Salilla pahinta]

Kun on liikaa porukkaa, eikä mahdu kunnolla tekemään (Koo, V1)

Tungos, liikaa bodareita (Gal, IL)

Siellä käy muutama ihan fitness-kunnossa oleva mimmi, joista tulee vähän tympee olo omaan treenaamiseen. Sillon tuntuu, että kyykky ei kulje, kun niitä siellä on. Siinä tuntee itsensä niin nukkavieruksi. (Rautarouva, IL)

Oman suorituksen "julkisuus" (Rii, IL)

Välillä jännittää jos ei osaa käyttää laitteita oikein ja tuntuu että kaikki katsoo (Tytsy, V1)

Häpeä siitä jos en osaa tai jos treenaan muiden mielestä liian kevyillä painoilla, (Nimi, IL)

Sosiaalisen vuorovaikutuksen sisällöillä on kentän käytännöissä vaikuttava asema. Kentän sosiaalinen ympäristö ja kanssakuntoilijat asetetaan toistuvasti kuntosalin epämieluisimpina pidettyjen piirteiden joukkoon. Sosiaalinen ympäristö tarjoaa mahdollisuuden epämieluisaan vertailuun, jota Rautarouva ja Tytsy selittävät

kommenteissaan. Lisäksi Tytsy arvelee tulevansa tarkkailluksi, jos ei tunne hallitsevansa riittävällä varmuudella tiettyä suoritustekniikkaa. Rautarouva jäsentää selkeää vertailuasetelmaa itsensä ja tiettyjen huippukunnossa olevien treenaajien välille. Hän kokee, että kovakuntoisten kanssatreenaajien läsnäolo vaikuttaa suoraan omaan harjoitteluun.

Rautarouvan ja vertailukohteena olevan fitnessmimmin välisiä voimasuhteita voidaan – molempien osapuolten asemoituessa ilmaisun kentälle – kuvata myös ilmaisun kentän sisäisenä kamppailuna. Tällaisessa merkityksessä osapuolten välisen dynamiikan voi katsoa perustuvan ilmaisullisen pääoman epätasaiseen jakautumiseen. Rautarouvan luonnehtimien fitnessmimmien ilmaisullisen pääoman kokonaisarvon voi epäillä näyttäytyvän niin huomattavana omaisuutena, että sen voi arvella olevan omiaan tuottamaan toimijalle kentän rakenteiden institutionalisoimaa arvonalisää ja tälle perustuvaa avainpelaajan asemaa.

Gal kokee tungoksen kuntosalin ikävimpänä ilmiönä ja jatkaa, että hänen mielestään salilla on liikaa bodareita. Galin kommentti kyseenalaistaa suoraviivaisesti ilmaisullisen kentän toimijoiden osallisuuden. Rii jatkaa edellisten tapaan kentän vuorovaikutuskulttuurin jäsentämistä selittämällä kuntosaliharjoittelun julkisen luonteen olevan hänen mielestään epämieluisaa. Koo kertoo omassa vastauksessaan muiden kuntoilijoiden haittaavan harjoittelua, koska väenpaljoudessa ei hänen mukaansa mahdu harjoittelemaan.

Nimin kommentti heijastelee edelleen kentän vakaumuksellisen harjoitteluihanteen asettamia odotuksia. Hän kertoo kokevansa häpeää, jos arvelee, ettei hänen katsota harjoittelevan riittävän suurilla painoilla. Nappisilmän ja Pakun harjoittelutekniikan puhtautta koskevien kommenttien ja Nimin kokemusten välille voidaan huomata syntyvän ristiriitainen jännite. Jännite purkaantuu odotuksina, joissa riittävän kovaa tai maltillisesti harjoittelemisen käytännöistä ei ole täyttä varmuutta. Toimijoiden odotetaan harjoittelevan intensiivisesti mutta oikeaoppisesti. Kovaa harjoittelun odotuksia mukailevat yritelmät saattavat kuitenkin toisinaan näyttäytyä teknisesti epäpuhtaina ja ylliraskaina suorituksina joita kuntosalilla ei katsota hyvällä.

Aineiston perusteella vaikuttaa siltä, että kanssakuntoilijat koetaan usein häiriötekijöinä. Erityisesti ruuhka ja yletön väenpaljous tuntuvat vaivaavan monia kuntoilijoita. Kentän kertomusten perusteella vaikuttaa siltä, että kanssakuntoilijoiden olemassaolo ei usein itsessään ole vaivaksi – eikä olekaan, jos heidän katsotaan toimivan oikein ja edustavan oikeanlaista olemusta. Monissa tapauksissa kanssakuntoilijoiden ei kuitenkaan katsota täyttävän asetettuja odotuksia, ja vuorovaikutussuhde realisoituu ärsykkeisenä. Kuntosalikentällä kanssakuntoilijoiden toiminnassa ja olemuksessa nähdään usein jotain, joka katsotaan tilaan sopimattomana heterodoksisena harhaoppisuutena.

[Salilla pahinta]

"Puntti-penat" (Tontsa, T1)

Mekastavat machoilijat (Löpo, T3)

Ähisevät punttimaket, haju, liikaa ihmisiä (Esjonen, T/IL)

Minua ärsyttää tietyt ärjyvät kuntoilijat, jotka paiskovat painoja kuin mitkään euroopan omistajat (Mymmeli, IL)

Naiset, jotka ähisevät treenatessaan niin, että kuulostaa siltä, että olisi meneillään aivan muunlaiset hommat. (Bende, IL)

Liika nipottaminen ja hiljaisuus, kun reenaat nii pitää kuulua ääntä. (Jippo, K1)

Kuntosaliharjoittelua rytmittävä ärjähtely, karjahtelu ja ähkiminen jakavat vahvasti kentän toimijoiden mielipiteitä. Esjonon listaa ähisevät punttimaket kentän epämieluisimpia piirteitä luettelevan listan kärkeen. Samankaltaisesti määritellyt puntti-penat ja mekastavat machoilijat ovat puolestaan Tontsan ja Löpön listaamat epämieluisuudet. Mymmeli kuvannee samoja arkkityyppejä kertoessaan painoja paiskovista ärjyjistä, joiden ylimieliseksi katsomansa käytöksen hän kertoo herättävän ärsyyntyneisyyttä. Niin ikään myös Bende kokee harjoittelun äänet häiritsevinä ja kertoo kokevansa näiden herättävän ristiriitaisia mielikuvia.

Jippo on harjoittelun äänistä edellisten kanssa eri mieltä. Hän kokee, että kuntosalikentällä vallitsee turhan kliininen kulttuuri, joka hänen mukaansa näyttäytyy



liikana nipottamisena ja hiljaisuutena. Jipon mukaan äänet kuuluvat salille, ja hän määrittelee painokkaasi, että silloin kun treenataan, pitää kuulua ääntä.

Jipon näkemyksien voi katsoa palautuvan vakaumuksellisen harjoittelun doksaan. Jipon harjoittelun voidaan arvella sopivan intensiivisten suoritusihanteiden kontekstiin, mutta monien muiden näkökulmasta harjoittelun tuoksinassa tuotetut äänet ovat liikaa. Kentän enemmistön legitimoimana määrätietoisien harjoittelun odotuksilla on kentällä kuitenkin vahva asema. Harjoittelun vakaumuksellista tai riittävän raakaa treeniä koskevia näkökulmia oikeutetaan ja kyseenalaistetaan.

[Millaisia odotuksia salikulttuuri asettaa harjoittelulle]

Pitäisi koko ajan tehdä isommilla painoilla (vaikka ei ehkä jaksaisi) ja yrittää olla parempi kuin onkaan (Tyby, IL)

Välillä tuntuu, että pitäisi tehdä liikkeet maksimipainoilla naama punaisena ja täysi hiki päällä ja että treenin tuloksen pitäisi myös nähdä muutaman kuukauden kuluttua hirveänä Täytyy myöntää, että välillä tunnen itseni täysin rimpulaksi ja wannabe-treenaajaksi "tositreeneiden" seurassa. Mielestäni olisi hyvä tuoda kuntosalikulttuurista puhuttaessa esille myös se, etteivät kaikki käy kuntosalilla treenaamassa fitnesskisoja varten tai esittelemässä itseään. Kuntosalikävijöiden pitäisi myös rohkaistua entistä enemmän kysymään neuvoja toisiltaan ja jakamaan treenivinkkejä keskenään. Ei kuntosalitreenaamisen pitäisi olla niin vakavaa. (Meme, T1)

Pitää näyttää salilla siltä että treenaa eikä vain pelleile. (Neno, K1)

Tuntuu, että joillakin on sellainen asenne, että vain tietyllä tavalla treenava ja tiettyjä elämäntapoja noudattava ihminen on "oikea treenaaja". (Jee, K1)

[Kuntosalilla pahinta]

Ei mikään oikeastaan, ehkä tyypit jotka ottavat treenaamisen liian tosissaan (Rima, IL)

Tyby ja Meme kertovat kuntosalin suorituskeskeisen doksan tuottamista odotuksista. Molemmat vastaajista kertovat kokevansa, että kuntosalilla pitäisi ponnistella oman jaksamisensa ja voimiensa ääri rajoilla, vaikka oma kompetenssi ei tahtoisi riittää. Kuntosalikentän kovat odotukset vaikuttavat synnyttävän kentän toimijoissa riittämättömyyden kokemuksia, joita esimerkiksi Meme kuvaa kertoessaan olonsa toisinaan rimpulaksi wannabe-treenaajaksi. Meme arvelee, että osa kuntoilijoista pitää kuntosalia näyttäytymispaikkana ja korostaa, että kuntosalikulttuuria koskevassa keskustelussa pitäisi puhua muustakin kuin kilpailuhenkisestä

fitnessurheilusta. Meme kokee monien kuntosalikävijöiden olevan turhan varovaisia kysymään neuvoja muilta, ja hän toivoisi kuntosalikulttuurin olevan kaikkiaan vuorovaikutteisempaa. Nykyisen hengen Meme mieltää turhan vakavaksi.

Tyby kertoo Memen tapaan kokevansa, että häneltä vaaditaan enemmän kuin hän pystyisi antamaan. Edellisten kanssa samaan tapaan odotusten päällekyvyyden kokee myös Neno, joka arvelee, että salilla pitäisi pystyä osoittamaan riittävän määrätietoista suuntautuneisuutta. Muussa tapauksessa oma toiminta saattaisi Nenon mukaan näyttää pelleilyltä. Jee puolestaan uskoo osan kuntoilijoista ajattelevan, että vain tietyllä tavalla treenaamalla kuntoilija voi lunastaa paikkansa kuntosalien ”valittujen” joukosta.

[Vapaa sana]

Osa kammoksuu lihaksia ja treenaa aina erittäin pienillä painoilla. (Tuptu, K2)

Raaka laji, mutta kurinalaisuus palkitsee. (Könne, K2)

Tuptun ja Können kommentteja voidaan pitää esimerkkeinä kovaa harjoittelua oikeuttavista ilmauksista. Tuptu tuottaa kommentillaan oikein tekemisen diskurssia arvioidessaan joidenkin kuntoilijoiden harjoittelevan liian pienillä painoilla ja epäilee, että nämä kuntoilijat kammoksuvat lihaskasvua. Können tapa oikeuttaa luonnehtimaansa raakaa harjoittelua ei Tuptun kommentin tapaan ole muihin toimijoihin suunnattu. Könne vaikuttaa oikeuttavan kurinalaista ja raakaa harjoittelua omista tarkoituseristään ja katsoo määrätietoisen harjoittelun tuottavan häntä itseään palkitsevia kokemuksia.

Kuntosalikentän toimijat esittävät painokkaita arvioita myös harjoittelun esteettisistä tavoitteista. Näissä arvioissa esteettisiä ideaaleja kyseenalaistetaan jokseenkin suoraan. Monissa tapauksissa kritiikki ei kohdennu ainoastaan itse tavoitteisiin, vaan usein kommenttien yhteydessä arvotetaan myös esteettisiä tavoitteita vaalivia toimijoita.

[Vapaa sana]

Moni hyväkuntoinen tuntuu haluavan näyttellä omaa vartaloaan salilla tiukkojen tai niukkojen vaatteiden avulla. Lihavia ihmisiä ylenkatsotaan. (Inkku, T1)

Minusta on hienoa, että kuntosalilla käy paljon ihmisiä, mutta samalla hyötyliikunta on unohtunut matkan varrella. Minua myös häiritsee minkä takia kuntosalilla käydään. Käydään ulkonäöllisistä syistä. Myös kuntosalilla painotetaan vahvasti tiettyä kehonosia, joka altistaa vammoille. (Mesi, T3)

Hienoa, että porukka treenaa, mutta treenatkaa oikeista syistä. On tärkeämpiäkin asioita kuin ulkonäkö ja muoti. Ihmisten pitäisi tehdä sitä mistä ne tykkää, eikä ulkoisten asioiden/paineiden takia. Ulkonäön ja muodin takia käy nykyään hirmu moni. Toki monet tekevät sitä "oikeista" syistä eli lihaskunnan, terveyden ja sen tuoman hyödyn muihin lajeihin nähden takia (esim et pärjää hiihdossa jos ei löydy jaloista ja hartioista jerkkua). (Duppi, V3)

On kiva myös saada muokattua kehoa, mutta kuntosaliharjoittelu muuttuu kyllä epäterveeksi, jos ensisijainen tavoite liittyy ulkonäköön. (Huma, IL)

Inkku ja Mesi osoittavat kommentteillaan arvostelunsa kuntosaliliikunnan ilmaisullisia tavoitteita ja näitä vaalivia toimijoita kohtaan. Inkku arvelee, että moni hyväkuntoinen treenaaja haluaa esitellä itseään ja viimeisteltyä vartaloaan imartelevisissa urheiluasuisissa. Sen vastapainona Inkku arvelee, että lihavia ihmisiä ylenkatsotaan. Mesi puolestaan kertoo kokevansa yleisesti häiritsevänä, että niin moni kuntoilija tavoittelee esteettisiä päämääriä.

Dupin ja Human sanelemat lausunnot jakavat edellisten linjoilla. Duppi katsoo harjoittelun oikeaoppisten motiivien liittyvän ensisijaisesti terveyden ja lihaskunnan päämääriin. Harjoittelun hyötyjä tulisi Dupin mukaan arvioida suhteessa kuntosalin ulkopuolisiin lajeihin, esimerkiksi hiihdossa parantuneeseen suorituskykyyn. Ulkonäkösyille perustuvan harjoittelun Duppi näkee Human tapaan ongelmallisena. Duppi arvelee, että moni kuntoilija motivoituu kuntosaliharjoitteluun muodin ja ulkonäkösyiden takia. Hänen linjaamiensa kuntosaliharjoittelun oikeiden motiivien rinnalla harjoittelun esteettiset ihanteet näyttäytyvät väärinä. Huma jakaa Dupin näkemyksen kuntosaliharjoittelun esteettisistä päämääristä harjoittelun heterodoksisina ihanteina. Human mielestä näin on erityisesti silloin, jos motiivit ensisijaisesti perustuvat esteettisille pyrkimyksille. Ulkonäkösyille perustuvan harjoittelun Huma mieltää epäterveeksi.

## 6 YHTEENVETO

Olen edellä selvittänyt Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosaliharjoittelun motiiveja ja hahmotellut sitä, minkälaisia merkityksiä yksittäiset kuntoilijat liittävät kuntosaliharjoitteluun. Tutkimukseni on tarkastellut näitä piirteitä Pierre Bourdieun kenttäteorian näkökulmasta. Bourdieun kenttäteoria mieltää yhteiskunnan kokonaisuuden muodostuvan kentistä. Näillä kentillä toimijat käyvät kamppailua kentillä jaossa olevista pääomista. (Bourdieu & Wacquant 1995, 132.)

Bourdieu puhuu tuotannossaan kentistä eri mittakaavoissa. Hän kuvailee sekä yläkategorisia makrotason kenttiä, kuten talouden, taiteen ja urheilun kenttiä, mutta luonnehtii myös pitkälle eriytyneitä, mikrotason kenttiä hahmotellessaan kuvaa esimerkiksi kamppailu-urheilun ja judon kentistä. Kullakin kentällä on omat sääntönsä, oma toimintalogiikkansa ja omat pääomansa. Pääomat määrittävät kunkin kentän osalta sen kautta, mitä tällä kentällä tavoitellaan. Pääomat ovat kentällä tavoittelun kohteena olevia resursseja, joiden hallinnasta käydylle kilvoittelulle kenttäkamppailu perustuu. (Bourdieu & Wacquant 1995, 126.)

Kenttiä ja kenttäkamppailua koskevalla empiirisellä tutkimuksella on bourdieulaisessa viitekehyksessä kaksi keskeistä tehtävää. Ensiksi tutkimuksen on tarkoitus selvittää tutkimuksen kohteena olevan kentän sosiaalista rakennetta koskevia määreitä. Näitä koskeviin kysymyksiin empiirisen tutkimuksen on tarkoitus vastata tarkastelemalla kentän pääomien jakautumista ja kentän toimijoiden välisiä positioita. Toiseksi empiirisen tutkimuksen on tarkoitus selvittää kentän toimijoiden yksilöllisiä tapoja hahmottaa ja kategorisoida kentän käytäntöjä. (Wacquant 1995, 30–31.)

Näiden tavoitteiden saavuttamiseksi tutkimukseni on pyrkinyt mahdollisimman uskollisesti noudattamaan bourdieulaista empiiristä tutkimusta koskevia työohjeita ja metodeja. Näiden käytäntöjen linjaamana työni aineistoanalyysi perustui kahdelle toisiaan seuraavalle työvaiheelle. Ensimmäinen analyysivaihe perustui strukturalistiselle tarkastelulle, jonka yhteydessä selvitin kentän rakennetta koskevia piirteitä. Toinen analyysivaihe tarkasteli toimijoiden yksilöllisiä tapoja konstruoida kuntosalikentän käytäntöjä.

Kenttäteorian viitekehyksessä kentän sosiaalisen rakenteen nähdään muodostuvan kentän yksilöllisten positioiden ja näiden positioiden välisten voimasuhteiden kokonaisuudesta. Tavoitteidensa saavuttamiseksi kentän toimijat pyrkivät asemoitumaan kentällä mahdollisimman edulliseen asemaan. Näistä asemista käsin kentän toimijat havittelevat tavoittelun kohteena olevia pääomia. Kullakin toimijalla on omat strategiansa, joiden keinoin he pyrkivät saavuttamaan päämääränsä. Nämä strategiat ja asemat sekä niiden väliset suhteet muodostavat yhdessä kentän objektiivisen sosiaalisen rakenteen. (Bourdieu & Wacquant 1995, 125.)

Oma tutkimukseni hyödynsi kentän rakennetta koskevassa määrittelyssä Ari Kunnarilta sovellettua liikuntapääoman käsitettä. Hahmottelin käsitteen avulla tutkimukseni ensimmäisessä analyysivaiheessa kuvaa kuntosalikentän asemista ja niiden välisistä suhteista. Näitä piirteitä tarkastelemalla analyysini etsi vastausta ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni: Millaisena Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän sosiaalinen rakenne näyttäytyy?

## **6.1 Kentän objektiivinen rakenne**

Esitin tutkimukseni ensimmäisen analyysivaiheen konklusionissa, että Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän sosiaalinen rakenne voidaan hahmottaa kolmen suhteellisen omalakisien alakenttien muodostamana kokonaisuutena. Toimijoiden asemien voidaan kentän kokonaisuudessa katsoa sijoittuvan terveyden, ilmaisun tai kilpailun alakentälle. Kunkin alakentän noudattaessa omia, pääosin muille alakentille palautumattomia toimintaperiaatteita, on näitä bourdieulaisessa viitekehyksessä mielekästä käsitteellistää omina kenttinä. Kenttien omalakisuus perustuu kenttien sisäisesti oikeuttamille motiiveille, joiden perustalle myös kenttien sisäiset ihanteet perustuvat.

Alakenttien toimijoiden keskenään ristiriidattomasti jakamat ihanteet edustavat kunkin alakentän osalta sen kyseenalaistamattomia, doksan mukaisia käytäntöjä. Suhteessa toisiinsa alakenttien sisäisesti ristiriidattomat käytännöt tuottavat kuitenkin heterodoksia jännitteitä. Kuntosalikentän kokonaisuudessa alakenttien

muodostamat doksat ilmaisevat kentän vuorovaikutuksen ja representaatioiden mahdollisuuksia. Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän doksat perustuvat ihanteisiin terveydestä, kunnosta ja kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, kehon ulkomuodon estetiikasta, lihaksikkuudesta ja kiinteydestä sekä voimasta, suorituskyvystä ja omistautuneesta harjoittelusta. (vrt. Bourdieu & Wacquant 1995, 132.)

## 6.2 Symbolinen kamppailu

Toinen analyysivaiheeni keskittyi tarkastelemaan kuntosalikentän symbolisen kamppailun piirteitä. Kuntosalikentän toimijoiden yksilöllisiä havainnointi- ja kategorisointitapoja tarkastelevan analyysivaiheen tarkoituksena oli vastata toiseen tutkimuskysymykseeni: Millaisille sisällöille kentän symbolinen kamppailu perustuu? Kokoan seuraavissa kappaleissa analyysini tärkeimpiä havaintoja, ja suhteutan niitä samalla symbolista kamppailua koskeviin yleisiin luonnehdintoihin.

Kentän rajojen katsotaan olevan osana kenttäkamppailua jatkuvan muovailun ja uudelleen määrittelyn kohteena. Kentän rajojen voidaan yleistäen katsoa ilmentävän kullakin kentällä vallitsevia sääntöjä, ja kentän yleistä toimintakulttuuria, joiden rajoissa yksilön on toimittava. Näistä säännöistä käydyn symbolisen kamppailun voidaan lopulta nähdä olevan kamppailua kentän todellisuuden määrittelyn oikeutuksesta. (vrt. Bourdieu & Wacquant 1995, 132.)

Kenttäkamppailun symboliset sisällöt sinkoilevat kuntosalikentällä harjoittelukäytäntöjen välittämänä viesteinä. Viestien symbolisuuden voi ymmärtää niiden äänen lausumattoman luonteen kautta. Kuntosalikentällä oikein tai väärin harjoittelusta tai yleisesti ihanteelliseksi miellettyä harjoittelua koskevat viestit eivät välity toimijoiden toisilleen sanoittamina vuorovaikutussisältöinä. Sen sijaan kuntosalikentän legitiimeiksi katsomat toimintatavat välittyvät harjoittelun käytäntöjen kautta. Eri harjoittelukäytännöt sisältävät erilaisia symbolisia merkityksiä, joita havainnoimalla kentän toimijat tulkitsevat vallitsevia ihanteita, ja niin parhaaksi katsoessaan muokkaavat omia toimintatapojaan. Symbolisen pääoman realisoimat

viestit heijastelevat ympäristölleen toimijan hallussa olevaa tietotaitoa. Kuntosalientä kontekstissa symbolisen pääoman voidaan katsoa välittävän kentän spesifeille pääomille perustuvia viestejä, joiden sisällöt voivat ilmaista esimerkiksi suorusteknisiin- tai harjoittelun esteettisiin tavoitteisiin liittyviä ihanteita. (vrt. Siisiäinen 2004, 243.)

Kuntosalientä rakenteen asettamien odotusten ja niistä käytyjen symbolisten kamppailujen voidaan huomata välittyvän kentän sosiaalisen vuorovaikutuksen kanavissa symbolisten viestien välittämänä. Näiden vuorovaikutussisältöjen kautta kunkin toimijan voidaan nähdä suhteuttavan omaa toimintaansa osaksi kentän legitimejä odotuksia, joita alakenttien doksat tuottavat.

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalientä toimijoiden symbolisten kamppailujen strategiat vaikuttavat monessa tapauksessa noudattavan kenttäteorian luonnehtimia oppikirjaesimerkkejä. Kentän toimijat tuottavat kommentissaan alituisen kanssakuntoilijoiden harjoittelutapoja- ja näiden ihanteita kyseenalaistavia lausuntoja. Aineiston perusteella vaikuttaa siltä, että muiden toimijoiden harjoittelua kritisoidaan huomattavasti herkemmin, kuin mitä omaa harjoittelutapaa nähdään tarpeelliseksi oikeuttaa tai puolustella. Näitä piirteitä voidaan selittää sekä symbolisen kamppailun yleisten periaatteiden avulla, että tarkemmin vertaamalla niitä symbolisen kamppailun strategioihin.

Symbolisen kamppailun yleisten periaatteiden osalta kritiikin ja oikeutuksen epätasapainoa voidaan ensiksikin selittää habituksen avulla. Kenttäteoria katsoo toimijan habituksen dispositionaalisten sisältöjen olevan usein toimijalle itselleen niin ristiriidattomia, ettei toimija koe omien toimintamalliensa kyseenalaistamista tai oikeuttamista tarpeelliseksi. Toisaalta näiden toimintamallien ristiriidattomuus toimijalle itselleen on usein niin syvälistä, ettei toimija välttämättä kykene omaa toimintaansa oikeuttavaan itserefleksiiviseen orientaatioon. Oma elämäntapa ja sen mukana kertyneet tavat suhtautua, kokea, mieltää ja havaita ovat toimijalle itselleen maailmaa selittävä luonnontila. Habituksen luonnollisesta asenteesta ja kamppailun hienovaraisista symbolisista sisällöistä johtuen toimijat eivät usein ylipäätään katso kamppailevansa. Toimijoiden itsensä näkökulmastaan he vain elävät

elämäänsä, kuntosalikentän kontekstissa treenaavat. Kenttäteoria kuitenkin katsoo, että pinnan alla kuohuu. (vrt. Roos 1985, 11–12; Bourdieu & Wacquant 1995, 157–160.)

Toinen kritiikin ja oikeutuksen käytäntöjä selittävä seikka liittyy niin ikään symbolisen kamppailun yleiseen luonteeseen. Toimijoiden toisiaan kohtaan osoittaman kritiikin ja oman harjoittelun oikeutuksen painotusten voidaan katsoa liittyvän kenttäteoriaan sisään kirjoitettuun ajatukseen, jonka mukaan toimijat pyrkivät saamaan voimaan sellaisia ihanteita ja arvoja, jotka parhaiten suosivat heidän omia pyrkimyksiään. (Bourdieu & Wacquant 1995, 129.)

Kolmanneksi oikeutuksen ja kritiikin suhteita voidaan selittää myös symbolisen kamppailun strategisista valinnoista johtuvana ilmiönä. Esimerkiksi symbolisen kamppailun strategia, jonka pyrkimyksenä on lisätä oman pääoman suhteellista arvoa saattamalla toisen tavoittelema pääoma huonoon valoon, voisi selittää erityisesti kanssakuntoilijoiden harjoittelua kohtaan osoitettua kritiikkiä. (Bourdieu & Wacquant 1995, 127.)

Riippumatta siitä, oikeutetaanko harjoittelua itselle tai kohdennetaanko oikeaoppisen harjoittelun odotuksia kanssakuntoilijoihin, oikeutusta ja odotuksia koskevat merkitykset välittyvät joka tapauksessa kentän toimijoiden käytäntöjen kautta. Harjoittelun konkreettiset sisällöt, sanoittamattominakin, tuottavat ja uusintavat kentän käytäntöjä.

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän objektiivinen rakenne vaikuttaa kätkevän alleen monimuotoisen sosiaalisen sfäärin, jonka verkostoissa kentän toimijat heijastelevat ympäristöönsä hienovaraisia symbolisia merkityksiä. Tutkimukseni aineisto keräsi yhteen monipuolisen kokemusten kokonaisuuden, jonka sisällöissä kuntosalikentän toimijat kuvaavat niin harjoittelun yleisiä ihanteita, kuin kuntosalikentän yksityiskohtaisia käytäntöjä. Alakentiltä alkunsa saavia doksia oikeutetaan kohtuudella, mutta kyseenalaistetaan kursailematta. Alakenttien doksista juontuvien ihanteiden lisäksi tietyt yksityiskohdat tuntuvat aiheuttavan toimijoiden välillä erityisen paljon kokemuksellisia konflikteja.



Yksityiskohtaisten piirteiden osalta kuntosalilla toimijoiden toisiinsa luomat katseet ja harjoittelun tuoksinassa syntyvät äänet vaikuttavat olevan erityistä ärsyyntyneisyyttä aiheuttavia yksityiskohtia. Analyysini yhteydessä esitin, että kuntosalilla luodut katseet vaikuttavat kantavan hyvin monenlaisia merkityksiä. Katseiden monipuolisia merkityksiä tarkastellen kappaleen olennaisimpana löydöksenä pidän havaintoa katsojan ja katsotun kokemien katseen merkitysten epäsymmetrisestä suhteesta. Lähes poikkeuksetta katsotuksi tullut toimija kielensi kokemustaan kriittisesti. Muiden luoma katse kokemuksellistuu katsotun näkökulmasta usein arvioivana ja kyseenalaistavana tarkkailuna. Näiden kokemusten kontrastina moni katsoja oikeuttaa katseensa merkitystä vilpittömänä mallioppimisena tai kovakuntoisen kanssatreenaajan kunnioituksena. Kaikkiaan katseeseen korreloivat kokemukset saavat kentän toimijoiden kertomuksissa erittäin monipuolisia merkityksiä. Kenties juuri sen vuoksi tarkkailun tulkkaminen on katsotun näkökulmasta haastavaa.

Harjoittelun äänet, ähinä ja puhina, painojen kolistelu, ärjähtely ja karjahtelu, on toinen kentän yksityiskohtainen, joskin edellistä konkreettisemmin käytännön harjoitteluun kytkeytyvä kanssakuntoilijoita koetteleva piirre. Monessa tapauksessa kentän toimijat kokevat harjoittelun äänet tavalla tai toisella häiritsevinä. Toisaalta siinä missä osa ärsyyntyy äänistä ja katsoo ne kuntosalikulttuuriin kuulumattomiksi, mieltää toinen puoli ne harjoitteluun sisäsyntyisesti kuuluvana sisältönä. Kontrastisten kokemusten voidaan katsoa heijastelevan vastakkainasettelua erityisesti vakavamielisenä näyttäytyvän harjoittelun ja huomattavasti kohtuullisempien harjoitteluotteiden välillä.

Monessa tapauksessa harjoittelun ääniä kritisoivissa kommenteissa tuotetaan myös yleisesti tiettyjä kanssakuntoilijoita kritisoivia kategoriointeja. Esitin analyysissäni otteita näistä karakterisointikäytännöistä. Näissä esimerkeissä kanssaharjoittelijoista koskevia distinktiivisiä erontekoja tuotettiin esimerkiksi kuvauksilla, joissa heitä kutsuttiin mekastaviksi machoilijoiksi tai ähiseviksi punttimakeiksi. Erontekoja tuottavien kategorisointikäytäntöjen avulla toimijoiden voidaan katsoa habitukselleen luontaisesti eriyttävän omia kokemuksiaan heterodoksisina pitämistään

toimintamalleista. Samassa prosessissa, kyseenalaistamisen sivutuotteena, toimijoiden voidaan katsoa tuottavan omia ihanteitaan ylläpitäviä kokemuksia.

Kuntosalientän ääniä oikeuttaviin ja kyseenalaistaviin kokemuksiin kiteytyy myös laajempi kentän jakolinja, omistautuneen harjoittelun ihanne ja sen tuottamat odotukset. Omistautunutta harjoittelua voidaan kenttäteorian viitekehyksessä pitää toimintatapana, jonka kentän legitimeiksi katsomat pääomat tuottavat (Siisiäinen 2004, 243). Aineiston perusteella kuntosalientän toimijoiden reilu enemmistö vaikuttaa oikeuttavan omistautuneen harjoittelun doksa. Aineiston ja symbolista kamppailua koskevan analyysin perusteella omistautuneen harjoittelun ihanteella vaikuttaa olevan kuntosalientällä erityisen vankka asema.

Omistautuneen harjoittelun doksa läpäisee koko kuntosalientän rakenteen. Sen toimijoiden kokemiin odotuksiin vaikuttavan voiman voidaan katsoa olevan huomattava. Kuten monen muunkin kuntosalientkäytännön osalta, myös omistautuneen harjoitteluotteiden tuottamia odotuksia kentän toimijat kuvaavat huomattavasti useammin, kuin mitä harjoitteluotetta oikeutetaan. Esitin analyysissäni vain osan niistä monista kommentteista, jotka kuvaavat kovaa treenaamisen -ihanteiden asettamia odotuksia. Aineiston kommenttien perusteella vaikuttaa siltä, että kuntosalientän symbolisen vallan rakenteet velvoittavat kentän toimijoita ankarasti kohti kurinalaista ja omistautunutta harjoittelua. Odotukset heijastelevat kentän sosiaalisesta rakenteesta juontuvia legitimejä harjoittelukäytäntöjä, joiden pakkovalta näyttää merkittävästi suuntaavaan toimijoiden havainnointia ja representaatioiden mahdollisuuksia.

Harjoittelun ääniin ja määrätietoiseen harjoitteluotteeseen liittyvien erontekojen lisäksi analyysini kiinnitti huomiota myös harjoittelun esteettisistä ihanteista käytyyn keskusteluun. Analyysini havaitsi kuntosalientharjoittelun esteettisten ihanteiden saavan osakseen jokseenkin huomattavaa kritiikkiä.

Monet kuntosalientän toimijoista kyseenalaistavat suhteellisen suoraan myös ulkonäköihanteisiin ja yleisesti esteettisiin tavoitteisiin liittyviä arvoja. Kentän toimijat asettavat usein harjoittelun esteettiset tavoitteet erityisesti terveysliikunnan oikeuttaman doksan heterodoksisiksi vastinpariksi. Kentän toimijoiden esittämässä

kritiikeissä esteettisten ihanteiden arvioilla tuotetaan selkeää vastakkainasettelua sisä- ja ulkoryhmäjaoista. Aineistossa näitä jakoja kielennetään arvioilla, joissa esteettisiä ihanteita harjoittelussaan noudattavien kanssakuntoilijoiden katsotaan olevan ulkokultaisia koreilijoita, joiden harjoittelupäämäärät ovat epäterveitä ja pahimmillaan altistavat vammoille.

Jyrkän kritiikin vastapainona monia ilmaisullisesti motivoituneita kuntoilijoita kuitenkin ihailaan ja joissain tilanteissa jopa arvostetaan. Arvostus ja ihailu ilmenevät kuitenkin useimmiten toimijoiden itseään kohtaa osoittaman itsekritiikin ja vertailun muodoissa. Itsehoa tuottavien vertailuasetelmien purkamisessa toimijoiden strategiat vaikuttavat enemmän suosivan kanssakuntoilijoiden kyseenalaistamisen- kuin itsensä hyväksymisen käytäntöjä. Esteettisiä ihanteita kohtaan osoitettu enteilevä arvostus purkautuu lopulta sekin kritiikkinä ja esteettisyyden arvoja kyseenalaistavina kategorisointeina.

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän sosiaalinen sfääri vaikuttaa kaikkiaan konfliktiherkältä. Virittyneisyyttä selittää sekä analyysini arviot, että edellä havainnollistamani erityispiirteet. Näiden selitysten lisäksi kuntosalikentän symbolisen kamppailun sosiaalisia lähtökohtia selittää erityisesti työni toisen analyysiluvun yhteydessä esittämäni kuvaukset, kuntosaliharjoittelun epämieluisimpina pidetyistä asioista. Tutkimukseni havaitsi, että kentän toimijat mainitsivat epämieluisimpien sisältöjen listalla huomattavalla toistuvuudella kentän sosiaalisen ympäristön ja kanssakuntoilijat.

Kuntosalikentän symbolisen kamppailun dynamiikka ilmenee sen rakenteen muodossa, ja erityisesti kentän toimijoiden hallussaan olevien asemien ja asemien kautta tuotettujen ihanteiden välisissä etäisyyksissä, aukoissa ja toisilleen vastakkaisten voimien epäsymmetriassa (vrt. Bourdieu & Wacquant 1995, 126). Kun kentän rakenteen heijastelemien ihanteiden suhde on kentän toimijoiden odotuksiin nähden symmetrinen, säilyy ihanteiden ylläpitämien doksin tila usein muuttumattomana. Jos taas kentän ja sen toimijoiden välisten odotusten suhde on asymmetrinen, särkyä doksin ylläpitämä sovinnaisuus. (Bourdieu 1977, 164–170.)

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän symbolinen kamppailu haastaa alati kentän sosiaalisen rakenteen ilmentäviä ihanteita. Kentän kokonaisuuden kolmikantainen terveystuntoilulle, ilmaisullisuudelle ja kilpailuhengelle perustuva rakenne asettaa alakenttien tuottamat doksat yleisen arvioinnin kohteeksi. Kentän toimijoiden arvioimina doksat tulevat haastetuiksi ja kokemuksellistuvat heterodoksisissa merkityksissä.

Kentän ihanteiden ja toimijoiden odotusten välinen suhde vaikuttaa kaikkiaan epäsymmetriseltä, eikä tutkimukseni havainnut kentän koheesiota yhteisesti ylläpitäviä doksan tiloja. Kuntosalikenttää kollektiivisesti yhteen kokoavien ihanteiden sijaan kentän toiminta vaikuttaa ottavan muotoja, joiden metodein heterodoksinen henki ulottaa kritiikkinsä lähes kaikkialle.

Jyväskylän yliopisto-opiskelijoiden kuntosalikentän symbolisen kamppailun sisällöt asettavat kyseenalaiseksi sekä liian kevyeksi katsotun harjoittelun, että äärimmäisenä suorituskeskeisyytenä koetun kuntoilun. Samaan tapaan symbolisen kamppailun sisällöt kyseenalaistavat myös esteettiset harjoitusihanteet. Yksilöllisesti itsestään selvyyksiksi mielletty harjoittelukäytännöt näyttävät kentän kokonaisuudesta käsin monimerkityksellisinä ja keskenään ristiriitaisina käytäntöinä. Symbolisen kamppailun välittämien viestien kautta kentän kulttuurille etsitään jatkuvasti uusia rajoja. Kysymykset siitä, mitä kuntosalikentällä pidetään asianmukaisena ja oikeutettuna tai vastaavasti heterodoksisena ja harhaoppisena, vaikuttavat aineiston perusteella palautuvan lopulta perinpohjaisille kysymyksille siitä, mikä on oikein ja mikä on väärin.

## 7 POHDINTA

Kuntosalienten toimijoiden kommentit kanssakuntoilijoista ja heidän harjoittelukäytännöistään esiintyvät tutkimukseni aineistossa usein huomattavan kärkevästi muotoiltuina. Joissain tapauksissa kanssakuntoilijoista käytetään solvaavia nimityksiä, ja toisinaan myös yleisesti imarteleviksi ymmärrettävät ilmaukset kääntyvät kommenttien konteksteissa pääläelleen. Tutkimukseni teki näiden käytäntöjen osalta samoja havaintoja Hedblomin (2009) kuntosalitutkimuksen kanssa. Lisäksi havaintoni toimijoiden välisten ihanteiden ristiriitaisuudesta vertautuu Hedblomin työssään esittämiin havaintoihin.

Tutkimukseni huomasi kuntosalienten oikeuttamisen ja kyseenalaistamisen kulttuurien ilmentävän ja muotoilevan kentän ihanteita. Näiltä osin tutkimukseni tekemät havainnot samaistuvat sekä Sassatellin (2010) että Hedblomin esittämiin arvioihin, joiden mukaan kuntosaliryhmien välinen vuorovaikutus tuottaa ja uusintaa kentän sisäisiä valtasuhteita.

Hedblomin tutkimuksen tapaan oma työni heijastelee arvioita toimijan monipuolisista mahdollisuuksista lunastaa oma paikkansa ja arvonsa kuntosalientällä. Tutkimukseni tarkasteli näitä merkityksiä kentän rakenteesta käsin, alakenttien toimintakulttuurin tuottamina ja ylläpitäminä representaatioiden mahdollisuuksina. Näiden rajaamien ja mahdollistamien mandaattien puitteissa toimija voi tavoitella itselleen sopivaksi katsomaansa kenttäasemaa ja punnita keinoja millä hän omaa asemaansa representoi.

Wheaton (2007) liikunnan post-alakulttuureja ja alakulttuurista pääomaa koskevat arviot kiinnittyvät vahvasti tutkimukseni tapaan mieltää liikuntapääoman käsite. Tutkimukseni havaitsi liikuntapääoman välittämien merkitysten toimivan Wheatonin luonnehtiman alakulttuurisen pääoman tapaan, kuntosalienten sisäisiä ryhmäjäkoja tuottavana komponenttina. Tutkimukseni käsittää liikuntapääoman muotojen palautuvan alakenttien sisäisiin harjoituskäytäntöihin. Tutkimukseni arvioi alakenttien ihanteisiin kytkeytyvien liikuntapääomien muotoilevan sekä alakenttien sisäisiä rakenteita, että määrittelevän kentän kokonaisuuden rakennetta.

Tutkimukseni soveltama Ari Kunnarin (2011) liikuntapääoman käsite kuvaa kattavasti liikunnan keskeisiä päämääriä. Käsite hahmottelee toimijan liikuntaan liittyviä kokemuksia terveyden, kilpailun, ilmaisun, yhteisöllisyyden ja itsen ilmaisun näkökulmista. Käsitteen osa-alueet ovat pääpiirteissään yleisluontoisia, ja niiden pohjalle perustuvien jakojen voidaan useimmissa tapauksissa arvella olevan jokseenkin tarkkoja kuvauksia. Liikuntapääoman käsitteen osa-alueiden avulla on mahdollista hahmotella liikunnan tavoitteita koskevia yleisiä periaatteita. Tarkkarajaisempien liikunnan ilmiöalueiden tarkastelussa, tiettyjen osa-alueiden painottuessa, käsitteen koko kapasiteetti ei yleisluontoisen tarkastelun tapaan kuitenkaan saavuta täyttä potentiaaliaan.

Oman tutkimukseni kohdalla myös käsitteen tieteenfilosofiset ristikytkennät aiheuttivat sovellettavuuteen liittyviä ongelmia. Käsitteen sisäiset jännitteet hahmotuvat käsitteen määritelmällisten sisältöjen kautta: Käsite pohjautuu sekä Bourdieun sosiaalisen todellisuuden dualistisen luonteen tunnustamille teorioille, että Husserlinin varhaisfenomenologian sosiaalista merkitysmaailmaa haastaville käsitteille. Hienovaraisesti muokattuna käsitteen voidaan arvioida soveltuvan liikunnan motiivien laajamittaiseen tarkasteluun monilla liikunnan kentillä. Arvioin tutkimukseni perusteella, että hienovaraisesti sovellettuna liikuntapääoman käsite soveltuu myös liikunnan spesifien kenttien kuvaamiseen.

Tutkimukseni teoriasidonnainen työtapa on vaatinut työni muotoilulta jatkuvaa teorian ja empirian välisen käsiteellisen käännöstyön huomioimista. Bourdieun sosiologian vivahteikas ja vertaiskuvainnollinen kieli on ollut omiaan tekemään tulkin työstä toisinaan erityisen haastavaa. Teorian ja empirian välisten suhteiden selkiyttäminen on edellyttänyt esimerkiksi pääomien, päämäärien ja motiivien samaistamista. Vastaavia käännöksiä edustaa myös tapani yhdistää doksat ideaaleihin, ihanteisiin ja odotuksiin. Toivon työni näistä sovelluksista huolimatta pystyvän välittämään kuvaa sekä tutkimuksen teoreettisesta että empirisistä viitekehystä.

Toinen työni teoriasidonnaisuuden erityispiirre liittyy liikuntapääoman käsitteen asemaan. Tutkimukseni tapa hahmotella kuntosalikentän pääomia olemassa olevan käsitteen avulla tekee soveltavan kompromissin suhteessa Bourdieun

tutkimustapaan. Bourdieun kenttäteoria ilmaisee kentän pääomia koskevissa työohjeissa, että ”kentän aktiiviset voimat määrittelevät kentän spesifiset pääomat” (Bourdieu 1995, 126). Tutkimukseni voidaan huomata lähestyneen pääomien määrittelyä vastakkaisesta suunnasta.

Sen sijaan että olisin perustanut kuntosalikentän pääomia koskevat määrittelyt omille havainnoilleni, tarkastelin kentän aktiivisia voimia liikuntapääoman käsitteen avulla. Valintani perustuu kenttäteorian tieto-opillisille perusteille. Bourdieu velvoittaa empiiristä tutkimusta refleksiivisyyteen ja korostaa, että tutkimuksen tiedon muodostuksen ensimmäisenä periaatteen tulisi olla henkilökohtaisesti tuotetusta objektiivisuudesta irtisanoutuminen.

Tässä yhteydessä Bourdieu tarkoittaa refleksiivisyydellä ja objektiivisuudella tutkijan kriittistä kykyä pyrkiä kyseenalaistamaan omat tulkintansa, sekä halua hankkiutua eroon arjellisista selitysmalleistaan. Samaan prioriteettiin viittaa myös sosiologian prakseologian ensimmäisen työvaiheen kuvaus, jonka mukaan tutkijan olisi pyrittävä asettamaan arkijärjelliset selitysmallit sivuun, jotta hän voi muodostaa (objektiivisen) käsityksen tarkastelun kohteena olevasta kentästä, sen asemista ja spesifeistä pääomista. Tämän prioriteetin ohjaamana päädyin omassa työssäni käyttämään liikuntapääoman käsitettä.

Tutkija ei kenties koskaan voi saavuttaa täysin itsestään irrallista objektiivista tutkimusotetta. Refleksiivisen sosiologian näkökulmasta tutkijan ei tulisi myöskään uskotella, että se olisi mahdollista. Siinä missä arvelen käyttämäni käsitekehikon onnistuneen karsimaan tulkintojen joukosta suvereneimmat subjektiot, voidaan tutkimukseni siitä huolimatta nähdä olevan subjektiivisen mielenmaisemani ilmaus.

## LÄHTEET

Bourdieu, Pierre (1977): Outline of a theory of practice. Engl. Richard Nice. Cambridge: Cambridge studies in social anthropology.

Bourdieu, Pierre (1978): Sport and social class. *Social Science Information* 17:6, 357–373. Saatavilla <<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/053901847801700603>>, luettu 17.5.2020.

Bourdieu, Pierre (1984): *Distinction: A social critique of the judgement of taste*. Cambridge: Harvard University Press.

Bourdieu, Pierre: The forms of capital. Teoksessa Richardson, J. G. (toim.): *Handbook of theory and research for the sociology of education*. Greenwood Press, New York 1986, 241–258.

Bourdieu, Pierre (1987): *In other words. Essays towards a reflexive sociology*. Engl. Matthew Adamson. Cambridge: Polity Press.

Bourdieu, Pierre (1989): Social space and symbolic power. *Sociological Theory* 7:1, 14–25. Saatavilla <<https://www.d.umn.edu/cla/faculty/jhamlin/4111/Readings/BourdieuPower.pdf>>, luettu 17.5.2020.

Bourdieu, Pierre (1990): *The logic of practice*. Engl. Richard Nice. Stanford: Stanford University Press.

Bourdieu, Pierre (2013): Symbolic capital and social classes. *Journal of Classical Sociology* 13:2, 292–302. Saatavilla <<https://doi.org/10.1177/1468795X12468736>>, luettu 17.5.2020.

Bourdieu, Pierre & Wacquant, Loïc J. D. (1995): *Refleksiiviseen sosiologiaan*. Suom. toim. M'hammed Sabour & Mikko A. Salo. Joensuu: Joensuu University Press Oy.

Harker, Richard, Mahar, Cheleen & Wilkes Chris (1990): *An introduction to the work of Pierre Bourdieu: The practice of theory*. Basingstoke: Macmillan.

Hedblom, Christina (2009): "Body is made to move." Gym and fitness culture in Sweden. Tukholma: Acta Universitatis Stockholmiensis. Saatavilla <<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:218786/FULLTEXT01.pdf>>, luettu 17.5.2020.

Itkonen, Hannu (1996): *Kenttien kutsu. Tutkimus liikuntakulttuurin muutoksesta*. Helsinki: Gaudeamus.

Kielitoimiston sanakirja (2020). Helsinki: Kotimaisten kielten keskuksen verkkojulkaisuja 35. Päivitetty 24.2.2020. Saatavilla <<https://www.kielitoimistonsanakirja.fi>>, luettu 17.5.2020.



- Kinnunen, Taina (2001): Pyhät bodarit. Helsinki: Gaudeamus.
- Klemola, Timo (1998): Ruumis liikkuu – liikkuuko henki?: Fenomenologinen tutkimus liikunnan projekteista. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Koski, Tapio (1990): Keho, minä ja kehonrakennus. Liikunta ja tiede 27:1, 13–15.
- Kunnari, Ari (2010): Liikuntapääoma ja holistinen ihmiskäsitys liikuntaa opettavan työssä. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Kuntoliikuntaliitto (2010): Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010. Aikuisliikunta. SLU:n julkaisusarja 6. Helsinki: Suomen kuntaliikuntaliitto.
- Roos, J. P.: Pelin säännöt: intellektuellit, luokat ja kieli. Teoksessa Bourdieu, Pierre: Sosiologian kysymyksiä. Vastapaino, Tampere 1985, 7–28.
- Ruuskanen, Petri 2001: Sosiaalinen pääoma: Käsitteet, suuntaukset ja mekanismit. Helsinki: Valtion taloudellinen tutkimuskeskus.
- Saaristo, Kimmo & Jokinen, Kimmo (2009): Sosiologia. Helsinki: WSOY.
- Salasuo, Mikko, Piispa, Mikko & Huhta, Helena (2015): Huippu-urheilijan elämäntulkku. Tutkimus urheilijoista 2000-luvun Suomessa. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Sankari, Anne (1995): Kuntosaliruumis: Kappaleita nuorten aikuisten ruumiillisuudesta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Sassatelli, Roberta (2010): Fitness culture, gyms and the commercialization of discipline and fun. New York: Palgrave Macmillan.
- Siisiäinen, Martti 2004: Symbolinen väkivalta kriittisenä käsitteenä. Teoksessa Jokivuori, Pertti & Petri Ruuskanen: Arjen talous: Talous, tunteet ja yhteiskunta. Jyväskylän yliopisto, 242–254. Saatavilla <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/44892/arjen-talous-talous-tunteet-ja-yhteiskunta.pdf>>, luettu 17.5.2020.
- Sjögren, Tuulikki (2006): Effectiveness of a workplace physical exercise on the functioning, work ability, and subjective well-being of office workers: A cluster randomized controlled cross-over trial with a one-year follow-up. Jyväskylän yliopisto. Saatavilla <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13518/9513926591.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>, luettu 17.5.2020.
- THL (2019): Aikuisväestön liikunta Suomessa : FinTerveys 2017 -tutkimus. Liitetaulukko. Saatavilla <[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138989/Tilastoraportti\\_Liikunta\\_Suomessa\\_Liitetaulukot\\_ENG.pdf?sequence=9&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138989/Tilastoraportti_Liikunta_Suomessa_Liitetaulukot_ENG.pdf?sequence=9&isAllowed=y)>, luettu 17.5.2020.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2002): Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Ulmanen, Maija (2014): Ruumis + mieli = ? Voiko liikunta olla yksi stressiä voimistava tekijä? Rakentaja 11, 2-3. Saatavilla <<https://rakennusliitto.fi/wp-content/uploads/2014/11/Rakentaja-nro-11-20141.pdf>>, luettu 17.5.2020.

Weber, Max (1978): Economy and society. An outline of interpretive sociology. Berkeley: University of California Press.

Wheaton, Belinda (2007): After sport culture. Rethinking sport and post-subcultural theory. Journal of Sport & Social Issues 31:3, 283-307. Saatavilla <<https://doi.org/10.1177/0193723507301049>>, luettu 17.5.2020.

# LIITTEET

## LIITE 1: Kuntosalikyselylomake

### Kuntosalikysely

#### TAUSTAT

Nimimerkki:

Sukupuoli:  nainen  mies

Ikä:

Elämäntilanne:  opiskelija  työssäkäyvä  työtön  muu

#### LIIKUNTA

Harrastatko aktiivisesti liikuntaa?  kyllä  en

Mikä motivoi liikkumaan?

Mitä liikuntaa harrastat ja kuinka usein?

Kuntosaliharjoittelun osuus  
muuhun liikuntaan verrattuna:

#### KUNTOSALI

Käyn kuntosalilla:  1/vk  2/vk  3/vk  4/vk  yli 4/vk

Aloitin  
kuntosaliharjoittelun:  1-3 kk  3-6 kk  6-9 kk  yli vuosi sitten

Harjoittelen tietyn ohjelman mukaan:  kyllä  en

Millainen ohjelmasi on?

Millainen on  
mielestäsi ihannekeho  naisella?  miehellä?

Miten miellät oman kehosi?

Käyn kuntosalilla, koska

Miksi uskot ihmisten  
ylipäättään käyvän salilla?

Kuntosalilla  parasta?  pahinta?

Tavoitteeni kuntosalilla:

Millaiset harjoitteluun  
liittyvät tietotaidot koet omaavasi?

Millaisia ihmisiä salilla käy?

Miten koet muut ihmiset salilla?

Kuntosaliharjoittelu on  yksilöllinen harrastus  yhteisöllinen harrastus

Miksi?

Minkälaisia odotuksia  
kuntosalikulttuuri asettaa harjoittelulle?

Mistä odotukset syntyvät?

Mitä ovat salietiketit?

Mitä etikettejä tulee  
noudattaa, mitä ei? Miksi?

Salille on hyvä pukeutua tietyllä tavalla:  kyllä  ei

Millä tavalla? Jos ei, miksi?

Miten vallitseva  
ruumiinkulttuuri näkyy saleilla?

Miten se vaikuttaa harjoitteluun?

Vapaa sana: