

INFORMAATIOTUTKIMUKSEN PÄIVÄT 2022

# Kehollisuuden merkitys suomalaisjuoksijoiden teknologian ei-käytölle

Lauri Palsa

*Jyväskylän yliopisto*

lauri.p.palsa@jyu.fi

Pekka Mertala

*Jyväskylän yliopisto*

pekka.o.mertala@jyu.fi

<https://orcid.org/0000-0002-3835-0220>

Asiasanat: digitalisaatio, informaatio, juoksu, kehollisuus, ruumiillisuus, teknologia

Viittaaminen: Palsa, L., & Mertala, P. (2022). Kehollisuuden merkitys suomalaisjuoksijoiden teknologian ei-käytölle. *Informaatiotutkimus*, 41(2–3), 129–132. <https://doi.org/10.23978/inf.122651>

Artikkeli on lisensoitu Creative Commons Nimeä-EiKaupallinen-JaaSamoin 4.0 Kansainvälinen -lisenssillä

## Johdanto

*Finding rhythm and speed. Making adjustments for wind and hills, for heat and humidity. Attending to the sensations from feet and joints and muscles. I am a thinking animal using my brain instead of my mind.*

(Sheehan, 2014, 251)

Kuten yllä oleva juoksukirjailija George Sheehanilta lainaamamme esimerkki havainnollistaa, juoksu on kokonaisvaltaista ja informaatiointensiivistä toimintaa, jossa yhdistyvät ainakin havainto- (esim. näköhavainnot, eri alustojen tuntemus jalan alla) ja kokemusinformaatio (kehon reaktioiden, kuten sykkeennousun ja hikoilun tunteminen). Teknologisen kehityksen ja itsemittausideologian (Lupton, 2016) myötä havainto- ja kokemusinformaation rinnalle on noussut mittari-informaatio, jolla tarkoitamme tässä yhteydessä erityisesti puettavien teknologioiden (esim. urheilukellot, aktiivisuusrannekkeet, sykevyöt) kautta kertyvää reaaliaikaista ja kumuloituvaa informaatiota kehon toiminnasta (mm. syke), juoksutekniikasta (mm. kadenssi) ja -suorituksesta (mm. vauhti ja matka) sekä ympäristöstä (mm. lämpötila, korkeus). Mittari-informaatiosta onkin tullut lähes havainto- ja kokemusinformaation kaltainen “luonnollinen” tapa hahmottaa juoksua, sillä melkein 90 prosenttia juoksijoista käyttää urheilukelloa tai älypuhelinsovelusta juostessaan (Janssen ym., 2020).

Tässä tutkimuksessa olemme kuitenkin kiinnostuneita tutkimukselliseen katveeseen jääneestä (Janssen ym., 2020) vähemmistöstä, eli juoksijoista, jotka eivät käytä mittaritekniologioita. Ei-käytöllä (non-use) tarkoitamme tietoista valintaa olla käyttämättä esimerkiksi urheilukelloa tai sykevyötä. Tutkimuksessa tarkastelemme, millaisia merkityksiä kehollisuudella on juoksijoiden perusteluissa teknologian ei-käytölle, sillä juoksu on korostuneen kehollista toimintaa. “Juokseminen tapahtuu yksinkertaisesti vain [...] asettamalla kehonsa juoksemaan”, kuten Tapio Koski (2005) juoksun (näennäisen) yksinkertaisuuden tiivistää.

## Metodi

Aineisto kerättiin suomalaisille juoksijoille suunnatulla laadullisella verkkokyselyllä. Tässä julkaisussa raportoimme 47 vastaajan vastauksia siihen, miksi he eivät käytä teknologiaa osana juoksuaan. Analyysimetodi yhdistelee sisällönanalyysia (mitä sanotaan) ja diskurssianalyysia (miten sanotaan).

## Tulokset

Kehollisuuden näkökulmasta aineistosta nousi esiin kolme keskeistä konkretiatasoltaan vaihtelevaa teemaa: 1) mittarien epämiellyttävyys keholla, 2) mittari-informaation tarpeettomuus ja 3) vapaudenkaipuu (ks. kuva 1).



Kuva 1. Kehollisuuden merkitys suomalaisjuoksijoiden teknologian ei-käytölle.

Osa vastaajista perusteli mittaritekniikan käyttämättömyyttä sillä, etteivät he pidä siitä, miltä laite tuntuu keholla. Tyypillisiä perusteita olivat “paksu ranneke tai sykevyö tuntuisi ikävältä” ja “en pidä sykevyön tunteesta iholla”, jotka eivät sisällä varsinaisia arvo- tai asenneväittämiä mittaamista tai mittari-informaatiota kohtaan. Toiset vastaajista tarkastelivat mittaritekniikoiden ja kehon suhdetta metaforisemmalla tasolla. Mittaritekniikoita ja niiden käyttöä luonnehdittiin “pakkopaitana”, “orjuutena” ja “kiinni jäämisenä” – kaikki sanamuotoja, jotka kuvaavat tilanteita, joissa kehon (ja ihmisen ylipäättään) toimintaa rajoitetaan. Tällaiset perustelut abstrahoiimme vapaudenkaipuuksi: monet vastaajat kuvasivat teknologialla ja mittaamisella olevan merkittävä rooli heidän jokapäiväisessä arjessaan, ja halusivat juoksun olevan mitta- ja teknologiavapaa elämänalue. Yksi vastaajista kirjoitti, kuinka “arjessa tuntuu vapauttavalta olla välillä ‘irti’ laitteista”. Toinen puolestaan sanoitti, että ei “halua mitata itseäni sellaisessa asiayhteydessä, jonka haluan olevan kaiken suorittamisen ulkopuolella”.

Jälkimmäinen sitaatti toimii myös siltana viimeiseen pääteemaan, eli mittari-informaation tarpeettomuuteen. Osa vastaajista koki, että ei tarvitse teknologiaa kehon toiminnan ja suoriutumisen monitorointiin: “En koe tarpeellisenä, oma tuntemus on parasta”. Teknologian käytön tuottama mittari-informaatio liitettiin erityisesti tavoitteellisuuteen ja suoriutumisen optimointiin. Yksi vastaajista totesi, ettei “treenaa niin tavoitteellisesti, että kaipaisin juoksuteknologian tuomaa viimeistä viritystä kuntooni”. Toisaalta suhtautuminen mittaritekniikkaan ei ollut kuitenkaan kategorista, vaan osa vastaajista kertoi käyttäneensä joskus mittareita, mutta luopuneensa niistä

opittuaan tunnistamaan monitoroimaan sykealueitaan tuntemusten perusteella: “Ennen ensimmäistä maratonia ostin sykemittarin ja tuijotin sitä, jotta osasin treenata oikealla sykkeellä. Sitten opin tuntemaan itseni ja sykkeeni enkä enää tarvitse mittaria”.

## Pohdinta

Tulosten perusteella juoksijoilla on kehollisuuden näkökulmasta moninaisia perusteluja olla käyttämättä mittaritekniologiaa osana juoksua. Siinä missä puettavien mittareiden fyysinen epämukavuus on perusteluna suoraviivainen, mittari-informaation tarpeettomuus ja vapaudenkaipuu (osin toisiaan leikkaavina teemoina) heijastavat kompleksisempia (kehollisia) suhteita juoksuun (ks. Koski, 2005) sekä datafikaatioon ja itsemittaamiseen (Lupton, 2016). Erityisesti mittarien ja kehollisuuden suhteen metaforinen ulottuvuus on teema, jonka jatkotutkimuksen ja teoretisoinnin näemme tärkeäksi. Kuvaukset teknologiaan “kiinnijäämisestä” ja toive siitä “irti olemiseen” muistuttavat Sanna Raudaskosken ja kollegoiden (2019) ajatusta media-laitteiden tahmeudesta, jolla he viittaavat käyttäjän vaikeuteen saada huomionsa irti teknologiasta. “Orjuuden” ja “pakkopaidan” kaltaiset emotionaalisesti latautuneet ilmaisut puolestaan kielivät mittaritekniologia-suhteiden affektiivisesta ulottuvuudesta sekä datafikaation, vallan ja kontrollin yhteenkietoutuneisuuden tiedostamisesta vähintään implisiittisellä tasolla.

## Lähteet

- Janssen, M., Goudsmit, J., Lauwerijssen, C., Brombacher, A., Lallemand, C., & Vos, S. (2020). How do runners experience personalization of their training scheme: The inspirin E-Coach? *Sensors*, 20(16), 4590. <https://doi.org/10.3390/s20164590>
- Koski, T. O. (2005). *Juoksemisen filosofia*. Tampere University Press.
- Lupton, D. (2016). *The quantified self*. John Wiley & Sons.
- Raudaskoski, S., Mantere, E., & Valkonen, S. (2019). Älypuhelin ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen muuttuvat käytänteet. *Sociologia* 56(3), 282–299.
- Sheehan, G. (2014). *Running and being*. Rodale.