

JYX



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

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

Author(s): Raudasoja, Mirjam; Ryba, Tatiana V.

Title: Urheilun ja äitiyden yhdistäminen yhä vaikeaa

Year: 2024

Version: Published version

Copyright: ©  Liikuntatieteellinen seura 2024

Rights: In Copyright

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

Please cite the original version:

Raudasoja, M., & Ryba, T. V. (2024). Urheilun ja äitiyden yhdistäminen yhä vaikeaa. *Liikunta ja tiede*, 61(1), 78-81.

MIRJAM RAUDASOJA, PST

tutkijatohtori
kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
mirjam.a.k.raudasoja@jyu.fi

TATIANA V. RYBA, FT, dosentti

yliopiston lehtori
kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta
Jyväskylän yliopisto
tatiana.ryba@jyu.fi

Urheilun ja äitiyden yhdistäminen yhä vaikeaa

Vanhemmuus on huippu-urheilussa yksityistä ja näkymätöntä. Lapsensaaminen ja äitiys ovat riski naisurheilijalle. Urheilujärjestelmä ei vielä tunnista ja tue äitiyden ja urheilun yhdistämistä.



Pohdimme tässä artikkelissa vanhemmuuden roolia urheilijan uralla kansallisen liikuntapolitiikan valossa. Vanhemmuutta on perinteisesti pidetty yksityisasiana, mikä on vaikuttanut sukupuolten epätasa-arvoon sekä yhteiskunnassa yleensä että urheilussa. Lapsen saaneet naisurheilijat ovat usein lopettaneet uransa ja suuntautuneet elämässään muihin asioihin kuin urheiluun. Koska urheilu-urat ovat kuitenkin nykyään pidempiä kuin ennen, myös vanhemmuuteen liittyvät kysymykset ovat nousseet tärkeiksi urheilujohtamisen ja liikuntapolitiikan näkökulmasta.

Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) on julkaissut säännöllisesti liikuntapolitiikkaa koskevia arvioita ja suosituksia. Julkai-

Aino-Maija Saarinen kilpaili Oloksella marraskuussa 2015. Saarinen kertoi kilpailun alla olevansa raskaana.

Kuva: Martti Kainulainen/Lehtikuva

sut sisältävät tietoa huippu-urheilun tilasta, menestyksestä, urheilun rahoituksesta sekä väestön yleisestä $f_{y,y}$ sisestä aktiivisuudesta. Yksi tärkeimmistä tavoitteista on ollut edistää suomalaisurheilijoiden menestystä huippu-urheilussa. Vähemmän huomiota on kiinnitetty ympäristöön, jossa urheilijat tavoittelevat menestystä. Sukupuolten tasa-arvon arviointi urheilutoiminnassa on lisääntynyt 2010-luvulta lähtien. Syynä on sekä lisääntynyt tietämys eriarvoisuudesta urheilussa että kasvaneesta yhteiskunnallisesta paineesta edistää tasa-arvoa.

Who is Excluded from Gender Equality in Elite Sport: A Transdisciplinary Study of Generational Culture Shifts in Sporting Ambition, Parenting, and Identity (SportEX) -tutkimushankkeessa tarkastellaan tasa-arvoa monesta tekijästä koostuvana ja ajan myötä muuttuvana (kts. Ryba, Joronen & Lehtonen, 2023; Ryba ym., 2023). OKM:n julkaisuja koskeva analyysimme osoittaa selvästi, että sukupuolten tasa-arvon saavuttaminen edellyttää perustavia muutoksia liikuntapolitiikassa, jossa ei tunnisteta lainkaan urheilijoiden vanhemmuusrooleja tai vanhemmaksi tuleminen mahdollisuutta.

Ammattimaistuminen, pidentyneet urheilu-urat ja urheilijoiden vanhemmuus

Urheilijoiden urat ovat muuttuneet entistä ammattimaisemmiksi. Suomessa tämä kehitys ei kuitenkaan ole näkynyt urheilijoiden asemaa parantavien käytäntöjen luomina. Yksi polttavimmista ongelmista on vanhemmuutta koskevien periaatteiden puuttuminen virallisista ohjeista ja käytännöistä. Jos vanhemmuutta ei käsitellä liikuntapolitiikasta, urheilijaäidit kohtaavat todennäköisesti urallaan esteitä, kuten raskaussyrjintää, vaikeuksia palata urheiluun synnytyksen jälkeen ja puutteellista tukea imetyksessä, lastenhoidossa ja talouden hallinnassa.

Myös urheilijaisät joutuvat tasapainoilemaan ristiriitaisissa paineissa. Heidän odotetaan osallistuvan lastenhoidon ja vanhemmuuteen, mutta perinteinen ja kapea urheilijaihanne tunnistaa vain urheilun. Nykyään isät itse haluavat viettää aikaa lastensa kanssa, mitä huippu-urheilun kulttuuri tai käytännöt eivät välttämättä tue.

Urheilun yleisenä kehityskulkuna pidetty ammattimaistuminen koskettaa lähinnä miesurheilijoita. Naisten osuus ammattilaisurheilijoista on Suomessa erittäin alhainen: kaikista ammattiurheilijoista vain 1,6 prosenttia on naisia rahoituksen saajien määrän perusteella (Lämsä ym., 2018), ja amatikseen urheilijan itse ilmoittaneista oli vain 6 prosenttia naisia vuonna 2018 (Lehtonen ym., 2022, 89). Yleiset vanhemmuuteen liittyvät etuudet eivät yleensä koskekaan naisurheilijoita, jos he eivät ole työsuhteessa. Ilman työsuhdetta ei saa esimerkiksi palkallisia vanhempainvapaata, ja urheilu-uransa aikana äidiksi tulevat jäävät siksi yleensä vähimmäismääräisen vanhempainpäivärahan varaan.

Urheilu miehisenä alueena

Urheilua on kuvailtu patriarkaatin viimeiseksi linnakkeeksi. Miesten ylivaltaa ei juurikaan kyseenalaisteta urheilussa, vaikka muilla yhteiskunnan alueilla tasa-arvoasiat ovat

edistyneet paljonkin. Urheilutoiminnassa kulttuurit ovat usein maskuliinisia ja ylläpitävät jäykkää käsitystä miehisyydestä ohittaen muut sukupuolet kokonaan (McPherson, 2019).

Urheilija käsitetään yleensä automaattisesti mieheksi, mikä ilmenee myös liikuntapolitiikkaa ohjaavissa asiakirjoissa. Lisäksi useimmissa urheilulajeissa jako miesten ja naisten kategorioihin vahvistaa sukupuolten hahmottamista erillisinä ja toistensa vastakohtina, mikä johtaa sukupuolten moninaisuuden ohittamiseen sekä stereotyyppiin sukupuolikäsityksiin. Sukupuolten tasa-arvo on urheilussa huonommalla tolalla kuin muilla yhteiskunnan osa-alueilla.

Urheilu on epävarma uravalinta erityisesti naisille. Palkallisia sopimuksia ja sponsoreita on vaikea saada, ja naisille kertyy urheilusta tuloja harvemmin kuin miehille. Lisäksi toimeentulon epävarmuus vahingoittaa naisia muillakin tavoin: urallaan haavoittuvassa asemassa olevat naiset ilmoittavat harvemmin kokemastaan syrjinnästä tai häirinnästä eteenpäin. He kokevat myös todennäköisemmin painetta mukautua seksistiseen ja psykologisesti turvattomaan kulttuuriin.

Tällaisessa kulttuurisessa ilmapiirissä on vaikeaa yrittää tulla äidiksi. Kyseessä on valinta, joka muuttuvan kehon kautta korostaa urheilijan naiseutta. Tämä saattaa lisätä todennäköisyyttä, että naista pidetään vähemmän pätevänä urheilijana. Urheilijanaiset kokevat usein raskauden tabuna, jota ei voi suunnitella valmentajien tai urheilujohtajien kanssa, ja jonka paljastaminen tuntuu kiusalliseksi (Pullen ym., 2022). Lisäksi kova harjoittelu vaikuttaa joskus kuukautiskiertymään ja hedelmällisyyteen siinä määrin, että harjoitusohjelmaa on muutettava ja harjoittelun tehoa laskettava, jotta raskaaksi tuleminen ylipäätään onnistuisi. (Pullen ym., 2022).

Äitiys ja urheilu

Äidiksi tuleminen on erityisen haavoittuvaista aikaa naisurheilijoille: Raskaus ja synnytys ovat urariski $f_{y,y}$ siseen suorituskykyyn perustuvalla elämäntilanteella. Synnytysvauriot tai hidas toipuminen saattavat estää paluun huipulle ainakaan ilman ylimääräistä työtä ja asiantuntija-apua. Raskauden ja imetyksen aikana naiset ovat myös alttiimpia löystyneiden nivelten aiheuttamille urheiluvammoille.

Äidit voivat jäädä synnytyksen kahden puolen sijoittuvan harjoittelu- ja kilpailutauon vuoksi jälkeen kanssakilpailijoistaan. Tämä vaikuttaa myös sponsoreihin, apurahoihin ja urheilijoiden sopimuksiin, kun sukupuolisokeat järjestelmät eivät yleensä tue äitiyttä. Raskauden tai vanhemmuuden vuoksi tapahtuu todennäköisesti syrjintää avoimeen keskusteluun kykenemättömissä järjestelmissä, joilta puuttuvat niihin liittyvät toimintaperiaatteet.

Vuonna 2016 KOK (B0 ym., 2017) rinnasti alatiesynnytyksen akuutin vamman kanssa, mikä heijastelee käsitystä synnytyksestä sairautena ja ei-toivottuna tapahtumana. Rinnastusta selittää se, että patriarkaalisesta näkökulmasta naiskehot ovat puutteellisia tai poikkeavia. Tämä on yhtä haitallista kuin äitiyden sivuuttaminen kokonaan. Äitiyden

Syrjintään ja tuen puutteeseen ei puututa, jos vanhemmuuden merkitystä huippu-urheilijan uralla ei tiedosteta.

esittäminen negatiivisessa valossa on mitätöiväjä voi jottaa äitien syrjäyttämiseen urheilusta.

Tuen puute värittää monien urheilijaäitien kokemuk- sia (Davenport ym., 2023). Monille heistä lastenhoidon saatavuus on polttava kysymys erityisesti harjoitusleirin ja kilpailujen aikana. Pieniä lapsia ei voi erottaa vanhem- mistaan useiksi viikoiksi, ja imettävien äitien on pidettävä lapsi mukanaan pidemmällä matkoilla. Lapsen ja kump- panin tai muun hoitajan matkat aiheuttavat ylimääräisiä kustannuksia, ja urheilijaäideiltä ja heidän läheisiltään vaaditaan muutoinkin paljon joustavuutta. Äidit ovat isiä useammin lapsensa ensisijaisia hoitajia, joten lastenhoito- kysymykset ovat todennäköisesti kriittisempiä urheilijaäi- deille kuin -isille.

Äitien osallistumista kilpaurheiluun rajoittavat myös kulttuuriset esteet - äitiyden ja urheilun ei nähdä sopivan yhteen. Kansainvälisten tutkimusten mukaan äitiurheilijat joko laskevat tavoitteitaan lapsen saatuaan tai turvautuvat "supernaisen narratiiviin" (MacGannon et al., 2015), jolloin he yrittävät suoriutua erinomaisesti molemmilla elämän- alueilla samalla tinkien omasta vapaa-ajastaan ja levosta.

Äitiys ei välttämättä houkuttele nuoria naisurheilijoita, jotka saattavat mieluummin lykätä lastensaantia kuin tavoitella sitä yhtä aikaa urheilu-uran ja opintojen kanssa. Ironista kyllä, tämä osaltaan vahvistaa äitiyden ja kilpaurheilun pitämistä yhteensopimattomina. Tämä ei myöskään vähennä ristiriitoja, joita monet naiset kokevat urheilussa ja työelämässä yleensä. Iän myötä vähenevä hedelmällisyy- s luo paineita hankkia lapsia nuorena, mutta yhteiskunta ja työelämä eivät useinkaan tue tätä valintaa.

Urheilijaäidit tarvitsevat tukea

Siirtymä äitiyteen on fyysisesti, psykologisesti ja sosiaali- sesti haastava muutos. Raskaus, synnytys ja lapsivuodeaika ovat suurimpia ja nopeimpia terveiden aikuisten elämänsä aikana kokemia fysiologisia muutoksia. Fysiologiset muu- tokset vaikuttavat myös äidin psykologiseen kehitykseen. Lisäksi uusi sosiaalinen rooli vastuineen ja odotuksineen muuttaa äidin minäkuvaaja muiden suhtautumista.

Jopa äidin elämänarvot ja eksistentiaaliset uskomukset voivat muuttua. Kaikilla siirtymä ei suju vaikeuksitta: mie- lenterveysongelmat ovat raskausaikana ja synnytyksen jäl- keen yleisempiä kuin missään muussa elämänvaiheessa.

Monet naiset yllättyvät siitä, miten paljon äidiksi tule- minen vaikuttaa työhön, urakehitykseen, tuloihin, henkilö- kohtaiseen vapauteen, sukupuolirooleihin, ihmissuhteisiin ja heihin kohdistuviin odotuksiin. Vastasyntyneen hoitami- nen on niin intensiivistä, että useimmat äidit kokevat sen shokkina ja tuntevat olevansa valmistautumattomia äitiy- den todellisuuteen (Miller, 2007). Tuen tarve yleensä kas- vaa, mutta käytännössä se usein vähenee. Esimerkiksi koti- töiden jako muuttuu perinteisemmäksi useimmilla eri

sukupuolta olevilla pareilla, eikä tämä epätasapaino tasoi- tu myöhemminkään (Rose ym., 2014).

Urheilijoiden raskautta ja synnytyksen jälkeistä aikaa on tutkittu suhteellisen vähän. Kertynyt tutkimustieto osoit- taa, että urheilijaäidit kokevat monia ristiriitoja. He koke- vat usein painostusta aloittaa harjoittelu jo ennen kuin he tuntevat itse olevansa siihen valmiita (Boden ym., 2023). Tämä liittyy urheilun huippusuorituksia korostavaan narratiiviin, ja toisaalta heijastaa myös äiteihin kohdistu- vaa yhteiskunnallista painetta palautua kehollisesti mah- dollisimman pian samanlaiseksi kuin ennen raskautta (Up- ton & Han, 2003).

Urheilijaäidit epäröivät intensiivistä harjoittelua synny- tyksen jälkeisten oireiden ja toipumiseen liittyvien huolien vuoksi (Davenport ym., 2023). Lisäksi heidän on lastenhoi- don vuoksi vaikeajärjestää aikaa harjoittelulle. Tilannetta ei helpota se, että urheiluorganisaatioiden toimintatavat eivät useinkaan tunnista äitiurheilijoiden tukitarpeita.

Hiljattain tehdyssä tutkimuskatsauksessa ehdotetaan useita konkreettisia ratkaisuja urheilijaäitien aseman pa- rantamiseksi: *"Palkallinen äitiysloma, työsuhteen turvaami- nen, matkatuki hoitajalle ja lapselle sekä kohtuuhintainen ja helposti saatavilla oleva lastenhoito ovat kriittisiä poliittisia toi- menpiteitä, joilla voidaan asianmukaisesti tukea naisurheili- joita heidän palatessaan urheiluun synnytyksen jälkeen."* (Bo- den ym., 2023.)

Urheilijoita työllistävien tai taloudellisesti tukevien ur- heiluorganisaatioiden tulisi vähintään laatia raskautta ja ur- heiluun paluuta synnytyksen jälkeen koskevat toimintape- riaatteet. Myös kulttuurinmuutos on tarpeen, sillä äitiyteen kielteisesti suhtautuvissa toimintaympäristöissä äidit jättä- vät toisinaan käyttämättä etuuksia, joihin heillä on oikeus (Culvin & Bowes, 2021).

Urheilijoiden vanhemmuutta tulisi tukea

Raskautta, synnytystä ja vanhemmuutta ei pidetä merki- tyksellisinä huippu-urheilussa. Joskus erityisesti urheilu- johtajat ja muut päättäjät saattavat pitää vanhemmuutta yksityisasiana. Tämä marginalisoi keskustelut urheilijan vanhemmuudesta ja antaa perusteet olla sisällyttämättä sitä politiikkasuosituksiin, mikä vaikuttaa urheilu-uriiin, suku- puolten tasa-arvoon ja urheilijoiden lisääntymisoikeuksiin.

Syrjintään ja tuen puutteeseen ei puututa, jos van- hemmuuden merkitystä huippu-urheilijan uralla ei tie- dosteta. Vanhemmuuden ohittaminen ja yksityisasia- na pitäminen edistää urheilun rakentumista miehiseksi toimintaympäristöksi.

Kiireellisin kysymys sukupuolten tasa-arvon näkökul- masta urheilussa on Suomessakin luoda selvät urheilijoiden raskautta ja vanhemmuutta koskevat toimintaperiaatteet. Urheilujärjestöjen olisi varmistettava, että kaikki lahjak- kaat urheilijat voivat perhevelvollisuuksista riippumatta

