

RUUMISNORMI SUOMALAISSA YLIOPISTOISSA.

NARRATIIVINEN TUTKIMUS LIHAVUUDESTA, TUNTEISTA JA KÄYTTÄYTYMISESTÄ

Jatta Sammalkangas

Pro gradu -tutkielma

Kasvatustieteiden tiedekunta, aikuiskasvatustiede

Syksy 2023

Lapin yliopisto

Tiedekunta: Kasvatustieteiden tiedekunta

Työn nimi: Ruumisnormi suomalaisissa yliopistoissa. Narratiivinen tutkimus lihavuudesta, tunteista ja käyttäytymisestä

Tekijä: Jatta Sammalkangas

Koulutusohjelma/oppiaine: Aikuiskasvatustiede

Työn laji: Pro gradu -tutkielma/Maisteritutkielma X

Sivumäärä, liitteiden lukumäärä: 59 sivua + 1 liite

Vuosi: 2023

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa tietoa siitä, miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistoissa työskentelevät kertovat lihavuudestaan, sen aiheuttamista tunteista ja näyttäytymisestä suomalaisissa yliopistoissa. Lähestyn aihetta päätutkimuskysymyksellä: Miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistossa työskentelevät kertovat lihavuudesta? Rajaan aihetta seuraavien alakysymysten kautta: Millaisia tunteita lihavuus saa aikaan, miten lihavuus näkyy käyttäytymisessä ja miten lihavuus näyttäytyy yliopistossa.

Tutkimukseni teoriataustassa tarkastelen ruumisnormia ja lihavuutta intersektionaalisesti luokan, stigman ja rasmin kautta. Lisäksi käsittelen tunteita ja affekteja suhteessa ruumiillisuuteen ja lihavuuteen.

Tutkimuksessa käytän narratiivista lähestymistapaa. Tutkimusaineistona toimii keväällä 2022 sähköisesti keräämäni 37 eri pituista kirjoitelmaa ja tutkimusaineisto on näin kerronnallinen. Aineiston olen analysoinut temaattisella analyysillä sekä narratiivisella analyysillä.

Tutkimustuloksina kuvaan yliopistoa sekä fyysisenä että olemisen tilana. Tutkimushenkilöiden vastauksissa tuodaan esiin kokonaisvaltaisia tunteita häpeästä, ahdistuksesta, noloudesta ja pelkäämisestä. Lihavuus vaikuttaa myös käyttäytymiseen pääosin negatiiviseksi tulkituilla tavoilla, kuten välttelemällä terveydenhoitoon menemistä, jättämällä osallistumatta tapahtumiin, olemalla varuillaan ja jatkuvana tietoisuutena omasta omasta lihavuudestaan. Ilahduttavasti osassa vastauksissa tuotiin myös esille yliopiston olevan ainoa tila, jossa lihavuutta ei tarvinnut aktiivisesti miettiä.

Narratiivisena analyysinä laadin aineistosta neljä erilaista tyypikertomusta perustuen koettuihin tunteisiin ja käyttäytymiseen. Nimesin tyypit seuraavasti: asenteellisuutta kohtaava työntekijä yliopistolla, nolattuna opiskelijana yliopistolla, muottiin mahtumattomana opiskelijana ja vapautuneena opiskelijana.

Tästä tutkimuksesta saadaan tietoa siitä, miten yliopisto toisintaa ja vahvistaa normatiivista käsitystä oikeanlaisesta ihmisestä. Yliopiston tilat ja esimerkiksi opiskelijatapahtumiin liittyvät käytännöt aiheuttavat lihaville jatkuvaa tietoisuutta siitä, etteivät he ole sellaisenaan tarkoitettuja luentosaleihin, ruokaloihin tai tapahtumiin. Lihavuudesta aiheutuneet epämiellyttävät tunteet ovat jatkuvasti läsnä lihavien ihmisten olemisessa ja tekemisessä. Tutkimustulokset peilautuvat myös

laajempiin yhteiskunnallisiin vaatimuksiin, hyvän kansalaisen -tematiikkaan ja uusliberalistiseen ajattelumalliin.

Avainsanat: narratiivisuus, lihavuus, sukupuolentutkimus, intersektionaalisuus

X Tutkielma ei sisällä muita kuin tekijän/tekijöiden omia henkilötietoja.

Sisälllys

1 JOHDANTO.....	4
1.1 Tutkimuksen lähtökohdat	5
1.2 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tarkoitus	6
2 TEOREETTINEN TAUSTA.....	8
2.1 Ruumisnormi ja lihavuuden ruumiillisuus	8
2.1.1 Ruumisnormin määritelmää.....	10
2.1.2 Lihavuuden määritelmää.....	11
2.2 Intersektionaalinen feminisismi ja lihavuus.....	14
2.3 Luokka, stigma ja rasismi lihavuuden määrittelijöinä	15
2.4 Lihavuuden tunteet ja affektit.....	18
3 TUTKIMUKSEN EMPIIRINEN TOTEUTUS	21
3.1 Tutkimusotteena narratiivinen lähestymistapa	21
3.2 Tutkimusaineisto ja tutkimushenkilöt.....	24
3.3 Aineiston analysointi temaattisella analyysillä	27
3.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	29
4 TUTKIMUSTULOKSET	32
4.1 Lihavuus ja affektit	32
4.2 Lihavuus ja käyttäytyminen.....	36
4.3 Lihavuus ja yliopisto opiskelu- ja työpaikkana	39
4.4 Tyyppikertomukset.....	41
4.4.1 Asenteellisuutta kohtaava työntekijä yliopistolla	42
4.4.2 Nolattuna opiskelijana yliopistolla	43
4.4.3 Muottiin mahtumattomana opiskelijana	44
4.4.4 Vapautuneena opiskelijana	44
5 POHDINTA	46
5.1 Yhteenveto	47
5.2 Tulosten tarkastelua.....	48
5.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.....	52
Lähteet.....	54
Liitteet	A

1 JOHDANTO

Pro gradu –tutkielmani aiheen valintaan on vaikuttanut vahvasti käymäni sukupuolentutkimuksen sivuaineopinnot. Tässä tutkielmassa pyrin tuomaan esiin, kuinka lihavuus ei ole vain ruumiin kokoon liittyvä ominaisuus, vaan se vaikuttaa sekä kokijaansa että ympäristöön.

Oman ruumiin hallinta ja läskin pelko ulottuvat kulttuurisiin, sosiaalisiin ja yhteiskunnallisiin teemoihin joko erityisen näkyvästi (kuten erilaiset televisio-ohjelmat ja mainokset) tai piilevästi (kristilliset kuolemansynnit muun muassa ylensyönti, laiskuus, ahneus).

Ruumis ja ruumismormit ovat aina olleet osa feministisen tutkimuksen sisältöä, niiden tarkastelunäkökulma vain on ajan myötä muuttunut ja monipuolistunut. Yhtä kaikki, mukana nähdään yhä vieläkin valta, subjektisuuden ja objektisuuden suhde sekä tieto, kuka sitä tuottaa ja miksi. (Palin 2004, 225.) Keskeinen lähtökohta tälle tutkimukselle on kriittinen lihavuustutkimus ja erityisesti suomenkielistäkin tutkimusta tehneen Hannele Harjusen kirjoitukset. Myös kasvatustieteiden ja erityisesti kasvatussosiologian piireissä klassikoiksi nousseiden Michel Foucault'n ja Beverley Skeggsin teorit vallasta ja luokasta ovat tässä tutkielmassa mukana. Hahmotan lihavuutta ja ruumiillisuutta ei-lääketieteellisesti. Nojaan teoriavalinnoisani käsityksiin siitä, että lihavuus on yhteiskunnallinen ilmiö (esim. Harjunen & Kyrölä 2007, 9).

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistossa työskentelevät kertovat lihavuudesta, kokemuksista lihavana olosta ja millaisia tunteita se herättää yliopistoympäristössä. Keskeisimmät käsitteet tutkimuksessa ovat lihavuus, ruumiillisuus, tunteet ja käyttäytyminen. Aineistona on 37 eri pituista kertomusta, jotka on kerätty keväällä 2022. Osa kertomuksista on muutaman virkkeen mittaisia ja osa useamman sivun pituisia. Aineisto on analysoitu narratiivista menetelmää käyttäen temaattisella analyysillä. Lihavuus on läsnä kirjoittajien tunteissa, kokemuksissa ja käyttäytymisessä.

Esittelen ensimmäisessä luvussa tutkimukseni lähtökohtia ja tutkimuskysymykset. Toisessa luvussa teoreettisessa taustassa määrittelen ruumismormia ja lihavuutta. Teoriataustassa käsitteelen lihavuutta intersektionaalisuudesta käsin, käyn läpi käsitteitä luokka ja stigma sekä

sivuan rasismia osana lihavuuden historiaa ja nykypäivää. Lisäksi tarkastelen tunteita ja affekteja. Kolmannessa luvussa kirjoitan tutkimuksen empiirisestä toteutuksesta, narratiivisuudesta ja temaattisesta analyysitavasta. Pohdin myös tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta.

Neljännessä osiossa päästään tutkimustuloksiin. Niitä olen ryhmitellyt tutkimuskysymysten valossa ja vastaan niihin tulkitsemalla, poimimillani aineistolainauksilla sekä typologian perusteella muodostettujen tyyppikertomusten kautta. Viidennessä osiossa pohdin, tiivistän ja vedän yhteen tutkimusta ja sen tuloksia. Lisäksi tarkastelen tutkimustani suhteessa aiempiin tutkimuksiin ja esittelemääni teoriataustaan. Lopuksi esittelen johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.

1.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Sukupuolentutkimuksen opinnot laajensivat käsitystäni akateemisuudesta ja sen tekemisen tavoista. Erityisesti intersektionaalisuuden käsite ja siihen liittyvä kriittinen lihavuustutkimus sai minut pohtimaan tutkimuksen tekemistä toisin. Halusin tietää enemmän siitä, millä lailla lihavuus tuntuu ja miten se koetaan. Valitsin tutkimustilakseni yliopiston. Näin koin, että sain samalla kytkettyä feministisen tutkimusaiheen kasvatustieteeseen. Lisäksi yliopisto ympäristönä ja tilana on saavuttanut selkeän aseman yhteiskunnassa. Vielä usein se nähdään tietynlaisen toimijuuden kautta: kenellä on oikeus olla siellä, kenet sinne halutaan, kuka sinne kuuluu.

Myös yliopistossa toimivat samat sosiaaliset normit kuin sitä ympäröivässä yhteiskunnassa, mutta usein niiden esiintuominen ja keskustelu ovat tabu (Körkkö 2021; Räsänen 2021). Tutkimusaiheena lihavuuden kokemukset ovat ajankohtaisia esimerkiksi erilaisten laihdutusohjelmien (Olet mitä syöt, Suurin pudottaja), lehtikirjoitusten (Helsingin Sanomien ajankohtaiset kirjoitukset aiheesta luvussa 2.2) ja sosiaalisen median sovellusten kautta (Esimerkiksi Tinder, Instagram).

Tyypillisesti ajatellaan, että lihava ruumis on laiska, väärä ja moraalisesti heikko. Tutkitusti lihava ruumis oikeuttaa vähempään palkkaukseen, epäpäteväksi arvioimiseen ja huonompaan urakehitykseen. (Kukkonen, Pajunen, Sarpila & Åberg 2019, 143; Harjunen & Kyrölä

2007, 10–11.) Ylensyönyt – näin lihava ihminen luokitellaan. Lihava on liikaa syömisellään aiheuttanut itse itselleen tilan, jossa hän on kansanterveydellinen ja moraalinen riski. Lihava on sairas, hänen lihavuutensa voi olla sairaus, mutta enemmänkin kyse on siitä, että lihavalla on sairauksia, jotka maksavat yhteiskunnalle liikaa. Veronmaksajat joutuvat kustantamaan lihaviin mässäilyllään, ylensyömisellään, rupsahtamisellaan ja kunnianhimottomuudellaan aiheuttamia sairauksia epidemiaan asti. Lihavan syöminen ei ole ikinä neutraalia. Varsinkin lihavat naiset kokevat kyllä syömisestä olevan aina väärä. Lihavuus vaikuttaa erityisesti naisen palkkaan, pari- ja ihmissuhteiden muodostumiseen ja toimijuuteen koko yhteiskunnan tasolla (Harjunen & Kyrölä 2007, 22–23).

1.2 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoitus on tuottaa tietoa siitä, miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistoissa työskentelevät kertovat lihavuudestaan, sen aiheuttamista tunteista ja näyttäytymisestä suomalaisissa yliopistoissa.

Lähestyn aihetta päätutkimuskysymyksellä:

Miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistossa työskentelevät kertovat lihavuudesta?

Rajaan aihetta seuraavien alakysymysten kautta:

1. Millaisia tunteita lihavuus saa aikaan?
2. Miten lihavuus näkyy käyttäytymisessä?
3. Miten lihavuus näyttäytyy yliopistossa?

Tutkimukseni tavoitteena on kertomuksien kautta antaa ääni lihaville ja heidän kokemuksilleen. Valitsin tilaksi yliopiston, koska akateemisen maailman valta-asetelmat ja kirjoittamattomat säännöt kiinnostavat minua. Lähtökohtina on toiminut Hannele Harjusen ja Katariina Kyrölään Suomessa tehty kriittinen lihavuustutkimus sekä kansainväliset feministiset *critical fat studies* -tutkijat.

Tutkimuksessani teoreettinen kehys määrittää aineiston valintaa. Tieto sijoittuu aina paikkaan, aikaan ja henkilöihin. Feministinen teoria pyrkii tekemään näkyväksi sekä sukupuolen

että rodun, etnisyyden ja seksuaalisuuden välisiä hierarkioita ja valtaa, luokkaa ja toissijaisuutta. Feministisessä teoriassa tutkimuksenteon keskeiset käytännöt määritellään tietämisen ja tutkimisen erilaisten mahdollisuuksien kautta. Feministinen tutkimus pohjautuu muutokseen ja tutkijoiden haluun aktiivisesti ajaa muutosta, halua tarkastella kriittisesti tiedentekemisen rajoja ja käytäntöjä. (Liljeström 2004, 15.) Lähtökohtana on yksilön oma määrittely omasta koostaan ja lihavuudestaan. Kuitenkin aiempiin tutkimuksiin (Harjunen 2009; Harjunen & Kyrölä 2007, 18) nojaten kirjoitelmapyyntöissä käsitellään lihavuutta terminä kuten lihavampi kuin muut, ei-hoikka, ei-normaali, ei kyllin hyvä tai painavampi kuin muut.

2 TEOREETTINEN TAUSTA

Käyn tässä luvussa läpi ruumiillisuutta tutkimuskohteena ja keskityn lihavan ruumiillisuuden määrittelyyn. Määrittelen luvussa 2.1 ruumisnormia ja sitä, mitä lihavan ruumiillisuus on. Luvussa 2.1.1 määrittelen vielä tarkemmin ruumisnormia ja ulkonäkönormia sekä perustelen ruumis-termin käyttöä. Luvussa 2.1.2 käsittelen lihavuuden määrittelyjä lääketieteen, yhteiskuntatieteiden ja kriittisen lihavuustutkimuksen keinoin. Käsittelen luvussa 2.2 lihavuutta feministiseen tutkimukseen liittyvällä intersektionaalisuuden käsitteellä ja esittelen, miten lihavuus ei ole vain ruumiin kokoon liittyvä tekijä. Luvussa 2.3 peilaan lihavuutta stigmana, käyn läpi lihavuuden liittyvän luokkaan ja esittelen lyhyesti lihavuuden rassistista historiaa. Yhdistän myös lyhyesti lihavuustutkimuksen ja queer-tutkimuksen samankaltaisuuksia. Luvussa 2.4 käsittelen affekteja suhteessa lihavuuteen ja ruumiillisuuteen.

2.1 Ruumisnormi ja lihavan ruumiillisuus

Ruumiillisuus tutkimuskohteena ei sinänsä ole uusi asia ja sen saamat yhteiskunnalliset ja sosiologiset näkökulmat pohjautuvat esimerkiksi merleau-pontylaiseen filosofiaan ja sosiologi Pierre Bourdieun ja Michel Foucault'n käsityksiin ruumiillisuudesta, sen olemuksesta ja sen ääriviivoista. Ruumiissa kohtaavat ja risteävät monet eri tasot. Subjektin ruumis kohtaa yhteiskunnan käytännöt, normit ja järjestykset ja ne koetaan yksilöinä osana sosiaalistumisen prosessia. Ruumiillisuudessa siis institutionaalisuus ja yksilö kohtaavat toisensa sekä vastavuoroisesti että sisäkkäin. (Jokinen, Kaskisaari & Husso 2004. 8.) Ruumiillisuudessa subjekti on yhtä aikaa sekä oma toimijansa että sosiaalisen konstruktion kautta normeja ja valtasuhteita toisintava aktiivinen tekijä.

Turner (2012, 6) mainitsee ruumiillisuuden nostamisen yhteiskunnalliseen tutkimukseen olevan erityisesti naisliikkeen ja tasa-arvon vaatimusten, homo- ja lesboliikkeiden tunnustamisen vaatimusten, vammaisliikkeen ja sosiaalisten oikeuksien vaatimusten ja viimeisimpänä iäkkäiden ja geriatrisen liikkeen vaatimusten ansioita. Näitä kaikkia yhdistää feministisen tutkimuksen merkityksellisyys ruumiillisuuden tutkimuksessa. Ruumiin ja ruumiillisuuden tutki-

mus on siis saanut erilaisia muotoja ja painotuspisteitä ajan saatossa. Kritiikkinä on esitetty (Bordo 1993; Turner 1992, 4–5) ruumiillisuuden käsittäminen länsimaisen ajatustavan mukaisesti. Siihen usein yhdistetyt vaatimukset ruumiin ja mielen kurinalaisuudesta ja rationaalisuudesta korostavat tätä näkökulmaa.

Kansainvälisessä ruumiillisuuden tutkimuksessa käytetään termiä *body*, saksaksi erotetaan usein *Der Leib* ja *Der Körper*, jossa erotetaan subjektiivinen ja elävä koettu ruumis (*Der Leib*) sekä objektiivinen, institutionaalinen ja sosiaalisesti konstruoitu ruumis (*Der Körper*). Ruumiin ja ruumiillisuuden tutkiminen on perusedellytys ymmärtääksemme jokapäiväistä maailmaa, arkea ja sen rutiineja, olosuhteita ja vaatimuksia. (Turner 1992, 3, 41–42.)

Charlotte Cooper, pohjoisamerikkalainen *fat studies* tutkija ja kirjailija, kirjoittaa esseessään ”Headless Fatties” lihaviin ihmisten kuvaamisesta mediassa. Cooper sanoittaa osuvasti, että lihavat tyypistetään kehoiksi, joilla ei ole kasvoja, ei omaa ääntä, ei ajatuksia tai edes aivoja. Lihavuus esitetään uhkaavana ja iljettävänä tursuamisena, syömisenä ja isomahaisuutena, jota vastaan pitää taistella. Lihavat eivät näissä median toisintamissa kuvissa ole subjekteja vaan objekteja. Kuvien ihmiset on todennäköisesti kuvattu salaa ja kuvat ovat jääneet kuva palveluiden ikuiseen luuppiin, josta ne toistuvasti kaivetaan esille, kun halutaan varoittaa yli-painoepidemiasta ja terveysriskeistä. (Cooper 2007.) Myös Harjunen (2013) sivuaa tätä lihavuus kuvaston päätöntä esittämistä esseessään ”Sairaat ja päättömät”. Lihavuus yhdistetään automaattisesti moraalittomuuteen ja lihavat ihmiset esitetään ongelmana.

Uusliberalistinen ruumis kertoo tämän ajan ruumisihanteesta. Normit vaihtelevat ajassa ja paikassa sekä yhteiskunnissa. Lihava ruumis edustaa kaikkea sitä, mikä ei vastaa nykyihanteita tehokkuudesta, tuottavuudesta, yksilökeskeisestä vastuusta. (Harjunen 2016, 6–12; Harjunen 2004, 243, 245, 248–250.) Erityisesti rationaalisuutta korostava uusliberalistinen politiikka vaikuttaa siihen, että lihava ruumis on kaikkea sitä, mitä uusliberalistinen ruumis ei halua olla. Kuitenkin lihavan ruumiin kautta määritellään myös hoikkuus tai ei-lihavuus. Tarvitaan vastakohtia ja vastakkainasettelua, jotta logiikka toimii. Kun määrittävien arvojen joukossa ei ole rinnakkaisuutta, armollisuutta tai ymmärtäväisyyttä, lihavuus toimii automaattisesti esimerkiksi sairauden merkkinä lääketieteessä, moraalittomuudesta ja tietyllä tapaa syntyisyydestä meidän hyvinkin kristillisarvopohjaisessa yhteiskunnassamme.

2.1.1 Ruumisnormin määritelmiä

Ruumiin hyväksyttävät rajat ja määritelmät voidaan käsittää ruumisnormina. Foucault puhuu vallan ja ruumiillisuuden suhteista, jotka muovautuvat koko ajan kulttuurisesti ja sosiaalisesti erilaisissa valtasuhteissa (Harjunen 2007, 29; Foucault 2001, 301, 418) Ruumisnormeilla voidaan tuottaa yhdenmukaista oikeanlaisuutta, jossa on tila vain tietynlaisille ruumiin muodoille (Bordo 1993). Foucault'n valtasuhteissa normaalin ruumiin rajat on määritelty lääketieteessä ja biomedikalisaatiossa, jolloin lihava ruumis on nähty objektina ja stigmatisoituna ruumiin muotona (Harjunen 2018, 113, 114; Foucault 2001, 186, 418). Ruumisnormissa käytetään samoja keinoja kuin muidenkin normien noudattamisessa. Sen noudattamisesta palkitaan ja usein siihen myös pakotetaan. Myös rankaiseminen toimii ikään kuin korjaavana toimenpiteenä, jolla halutaan palauttaa normatiivinen oikeanlaisuus (Foucault 2001, 244–245; Harjunen 2018, 118).

Kurinpitovallaksi kutsuttua normittamista määrittelee tehokkuus, persoonattomuus ja hankaluus havaita sitä. Usein se on sisäänrakennettu erilaisiin instituutioihin ja järjestelmiin. (Foucault 1991, 180–185 Harjunen 2003, 71, mukaan.) Kuten Liljeström (2004, 11) toteaa Elizabeth Groszia (1995, 9–24) mukailleen, hallitsevat normit, käytännöt ja ihanteet ovat usein patriarkaalisia olettamuksia ja että feministisessä tutkimuksessa järjestetään sekä tulkitaan kriittisesti tietoa uudella tavalla.

Ruumiin tilalla olisin voinut käyttää termiä keho, mutta nais- ja sukupuolentutkimukseen ruumis, viitaten sekä elävään että kuolleeseen, on vakiinnuttanut asemansa käsitteenä (Kyrölä 2006,107; Palin 2004). Kyrölä kirjoittaa ruumisihanteiden muodostumisesta perustuen siihen, millaisia ruumiita esitetään ja miten niitä esitetään. Kyrölä käyttää käsitettä ruumiinkuva oman ruumiin koon, muodon ja niihin liittyvän viehättävyyden kuvailuun. Ruumisihanteet ja -normit muokkaavat käsitystämme siitä, millainen on oikeanlainen, haluttu, toimiva tai parempi ruumis. (Kyrölä 2006, 107–108). Ruumiillisuutta on pohdittu ja määritelty feministisessä tutkimuksessa kauan. Perusajatuksena on mieli-ruumis-dikotomian kyseenalaistaminen ja ruumiillisuuden näyttäytyminen neuvoteltavissa olevana, alati muuttavana (Palin 2004,225–226). Ruumiillisuuden käsite muodostaa yhden tavan tutkia vallankäyttöä, vuorovaikutusta ja intersektionaalisuutta. (Jokinen, Kaskisaari & Husso 2004, 8–9).

Ulkonäkönormi tarkoittaa kokemusta näyttää ulkoisesti tietynlaiselta (Kukkonen, Pajunen, Sarpila & Åberg 2019, 159). Kukapa meistä ei olisi tullut osallistuneeksi ulkonäkönormien luomiseen, erityisesti yhdistävänä tekijänä tuntuu olevan painopuhe. Erityisesti normista poikkeavat kokevat ulkonäköpaineita. Ulkonäkösyryntä haittaa varsinkin naisia ja naiseksi identifioituvia. (Kukkonen ym. 2019, 162–163.) Harjunen ja Kyrölä (2007, 11) huomauttavat, että lihavuus saa jopa kyseenalaistamaan sukupuolta normina ja jähmeä käsitys sukupuolista korostaa lihavuuden merkityksiä. Bordo (1993) muistuttaa, että representaatio ja ne kaikki kontekstit, joissa näemme ja tulkitsemme ruumiita ja niiden muotoja, vaikuttavat siihen, miten jokainen itse yksilönä sekä kollektiivina lukee erityisesti toivottua ja oikeanlaista ruumiinkuvaa.

Bordon (1993) ajatuksien mukaisesti me kasvamme ja meidät kasvatetaan kulttuurisesti tulkitsemaan millainen on hyvä ruumis ja ymmärtämään, että sitä kohti on tavoiteltava jatkuvasti. Representaatio määrittelee, mitä me ympärillämme jatkuvasti näemme medioissa. Televisio, painetut lehdet ja yhä enemmän sosiaalinen media opettaa meille jokaiselle, millainen on tavoiteltava ja hyväksytty (nais)ruumis. Representaatio siis samanaikaisesti tuottaa, uusintaa ja muokkaa niitä arvoja ja normeja, joita myös ulkonäköön, ruumiin kokoon ja niihin liittyviin seikkoihin liitetään (Paasonen 2010, 40–41.) Käsitteet lihavuudesta koskettavat siis jokaista, ei vain lihavia itseään.

2.1.2 Lihavuuden määritelmiä

Lihavuutta voidaan määritellä ja mitata eri tavoin. Usein kansankielellä lihava on joku, jolla on liikaa rasvakudosta ja joka syö liikaa ja kuluttaa liian vähän. Lihavuus nähdään siis usein väärinä elämäntapoina ja yksilön epäonnistumisena (esim. Kyrölä 2007; Pajala 2007, 96). Lihavuutta on tutkittu paljon lääketieteen- ja terveystieteiden saralla (Mustajoki 2015, 2022.; Hänninen, Kaukua & Sarlio-Lähteenkorva 2006), lasten ja nuorten terveyden näkökulmasta (Mäki, Levälähti, Lehtinen-Jacks & Laatikainen 2023; Mikkilä, Lahti-Koski, Pietinen, Virtanen & Rimpelä 2002), psykologian (esim. Orbach 1988, 2018) ja viime aikoina myös yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa (Harjunen 2018; Kyrölä; Harjunen & Kyrölä 2007; Cooper 2010). Lääketieteessä lihavuus määritellään rasvakudoksen ja painoindeksin eli BMI:n kautta ja se nähdään terveyttä uhkaavana tilana, jopa sairautena. Lääketieteen tuottama tieto lihavuu-

desta on nostettu luotettavimpaan, objektiivisimpaan ja yksiselitteisimpään kategoriaan. (ks. esim. Kyrölä 2007.) Suomessa Hannele Harjunen ja Katariina Kyrölä ovat tehneet paljon yhteiskuntatieteellistä tutkimusta lihavuudesta, lihavuuden stigmasta ja lihavuuden kokemuksista sekä median representaatioista lihavista. Esimerkiksi Harjunen (2007, 17) arvostelee painoindeksin käyttöä lihavuuden määrittelyssä siitä, että samalla kun se toisintaa ja tuottaa normaalin ja ylipainon rajaa, se luo käsitystämme hyväksytystä ja vääränlaisesta, jopa kelvottomasta ihmisestä.

Suomessa esimerkiksi Pertti Mustajoki tulkitsee lihavuuden yhteiskuntatason ongelmaksi. Hänen mukaansa yhteiskunnan säädökset mahdollistavat ja jopa tuottavat lihavuutta esimerkiksi sokerin verotuksen ja sokerituotteiden pakkauskokojen takia. Todellisena vaarana on, että lihavuus lisää terveysriskejä kansallisella tasolla, hoivakulut kasvavat ja epäsuorasti myös työllisyys heikkenee kansalaisten lihavuuden takia. (Mustajoki 2022.) Lihavuus lääketieteellisenä ongelmana ja yhteiskuntaa uhkaavana epidemiana alkoi näkyä keskusteluissa 1990-luvulla ja erityisesti 2000-luvulle tultaessa Harjusen sanoja lainatakseni, alkoi täysimittainen ”moraalinen paniikki” lihavuudesta. Lihavuudesta tuli sairaus, jota tulee hoitaa ja josta tulee parantua. (Harjunen 2018, 112,113.)

Käsitän lihavuuden kulttuurisesti ja sosiaalisesti määrittyneeksi ilmiöksi, jolla on vaikutuksia yksilön kokemukseen ympäröivässä yhteiskunnassa (Harjunen & Kyrölä 2007, 10; LeBesco & Braziel 2001, 2). Lihavuus koetaan eri tavoin esimerkiksi iästä, ihonväristä, sukupuolesta, vammaisuudesta ja yhteiskuntaluokasta riippuen (Harjunen & Kyrölä 2007, 11, 14; Rossi 2010, 35). Toisin sanoen, lihava nainen ei ole normin mukainen nainen. Sukupuoli, ihonväri ja ruumiin vammattomuus vaikuttavat siihen, millaista ruumiillisuutta kullekin sallitaan. Musta nainen saa tuta lihavuutensa vielä enemmän kuin esimerkiksi valkoinen nainen (esim. LeBesco 2001). Vammaisuus ikään kuin vahvistaa lihavuuden efektiä. Jos on normitettu tiettyyn epäluokkaan kuuluvaksi jo valmiiksi, lihavuus vahvistaa tätä usein ulkopuolelta annettua identiteettiä. Nämä normittamiset koskevat erityisesti naisia. Miehillä sallitaan enemmän liikkumavaraa, mahakas ja iso mies ei koe ulkonäköään tai ruumiinkokoaan palkkaa heikentävästi tai työllisyyteen vaikuttavasti. (Harjunen & Kyrölä 2007, 11.)

Susan Bordon (1993) ajatuksia kääntäen esittäen lihavuus näyttäytyy tehottomuutena, rupsahtamisena, laiskuutena ja kurinalattomuutena. Ruumiin muoto kertoo yksilöstä enemmän, kuin vain painon tai läskin määrän. Ruumiilla tuodaan esiin asenteita ja oikeanlaisuutta

osana yhteiskuntaa. Ruumis toimii symbolina ja ympäröivien kulttuurien tuotteena. Lihava ei vastaa näihin vaatimuksiin vaan tuottaa henkilökohtaisesti epäonnistumisen. (Bordo 1993.) Lihavaa määritellään laihuuden tai normaalipainoisuuden kautta. Lihava ikään kuin odottaa, että hänestä tulee joku muu kuin lihava. Kun hän saavuttaa ei-lihavuuden, hänen koko elämänsä muuttuu paremmaksi; seksuaaliseksi, kauniiksi, oikeutetuksi. (Murray 2005, 155.)

Lihava on samalla sekä näkymätön että näkyvillä oleva. Lihava nainen voidaan tulkita vaaralliseksi tai uhkaavaksi. Erityisesti lihava nainen on nähty huonompana, vähempänä ja kuitenkin paradoksaalisesti liikana, joka on antanut itsensä rupsahtaa ja näin ollen ollut välittämättä itsestään tai muista. (Murray 2005, 154–157; 2008, 2–4; Hartley 2001, 60,68.) Tunnistamamme lihavan henkilön oletamme tietävämmme totuuden lihavan ruumiista. Nämä hiljaiset oletukset ja muka-totuuden tietäminen vahvistavat sitä diskurssia, että lihavuus on luonnollisesti väärin. Murray (2005, 157) viittaa myös kiinnostavaan näkemykseen siitä, että sekä lihavaa ruumista että homoruumista tulkitaan heteronormatiivisen oikeanlaisuuden kautta. Kummassakin tapauksessa jokainen ikään kuin tietää, millainen lihava tai homoseksuaali on. Erona Murray mainitsee erityisesti sen, että lihava on ikään kuin valmiiksi ulkona kaapista – hän ei voi piilottaa lihavuuttaan ja totuuttaan muilta. (Murray 2005, 154–157, 2008, 2–4; ks. myös Sedgwick 1990.)

Toisaalta lihava nainen voi näyttäytyä aktiivisena toisinolemisena. Lihavuus voi toimia keinoon hylätä kauneusihanteet tai naisiin kohdistuvat vaatimukset. Feministisessä tutkimuksessa on vasta viimeisen kymmenen vuoden aikana tutkittu lihavuutta muuten kuin syömishäiriöiden, anoreksian, hoikkuuden tai laihuuden kautta. (Hartley 2001, 60,68, 70.) Kansainvälisesti käsitteet *fat studies* ja *critical fat studies* sekä *fat phobia* määrittelevät käsittelyä pois lääketieteellisestä lähestymistavasta ja toimivat vastavoimana lääketieteellisen lähestymistavan läskipaniikkiin.

Määrittelyn lihavuuden Harjusen ja Kyrölän (2007,15–16) mukaisesti sosiaalis-kulttuurisesti sellaiseen ruumiiseen, joka ylittää normatiiviselle ruumiin koolle asetetut määreet eikä asetu kulttuurinsa tai kontekstiansa mukaisiin normeihin. Näin irrottaudun lääketieteellisistä määrittelmistä ja painoindexistä. Lihava-termillä ei ole sama merkitys kuin ylipainoisella tai liikalihavalla. Lihava suomenkielisessä kriittisessä yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa viittaa englanninkieliseen *fat studies* –kriittiseen lihavuustutkimukseen, jossa tavoitteet eivät ole lääketieteessä tai terveysriskeissä vaan lihavuuden käsittämisenä ruumiin muotona, kokona

ja ilmiönä. Charlotte Cooper (2010) vie ajatuksen lihavuudesta vielä pitemmälle. Hänen mukaansa lihavuus ei ole ongelma, vaan kulttuurin tuottama läskifobia on.

2.2 Intersektionaalinen feminismi ja lihavuus

Sosiaalisesti rakentuneita hyväksytyjä ruumiinkokoja ja -painoja luodaan jatkuvasti sosiaalisten käytäntöjen kautta erilaisissa ympäristöissä. Usein sosiaalisesti rakentuneita uskomuksia ja merkityksiä pidetään tosina ja tällöin niitä toistetaan ja ne voidaan nähdä objektiivisina tosiasioina. Kuitenkin toiminnan ja määritelmien muodostuessa vuorovaikutussuhteissa, uskomuksia ja merkityksiä voidaan myös toisinrakentaa. Lihavuus voi muuttua sosiaalisen kanssakäymisen kautta halventavasta ja epänormaalista olotilasta neutraaliksi, joka voi johtaa myös oman itsensä määrittelyn ja käytöksen muuttumiseen. (Maurer & Sobal 1999, vii; Harjunen 2003, 71.)

Yksi tapa tarkastella lihavuutta on feministisen tutkimuksen intersektionaalisuuden periaatteista käsin. Intersektionaalisuus nousi feministiseen tutkimukseen mustien ja latinafeministien sekä postkolonaalisten feministien ansioista (Rossi 2010, 35). Intersektionaalisuuden kautta lihavuus näyttäytyy monitasoisena ilmiönä, jossa vallan kautta lihavuuden kokemuksessa voidaan määritellä erilaisia tasoja ja risteämiä, joihin puolestaan vaikuttavat esimerkiksi sukupuoli, ikä, rotu, etnisyys ja sosiaalinen luokka. Näin lihavuus näyttäytyy erilaisina kokemuksina riippuen em. seikoista. (van Amsterdam 2012, 1; Harjunen & Kyrölä 2007, 22, 28.) Kokemuksiin vaikuttavat henkilön sijoittuminen kaikkien näiden luokkien risteäviin kohtiin (Karkulehto, Saresma, Harjunen & Kantola 2012, 17; Rossi 2010, 35; Harjunen & Kyrölä 2007, 33; Crenshaw 1991).

Kuitenkin Harjusen (2006, 196) mukaan lihava on usein typistetty vain lihavaksi, jolloin identiteettiin ei mahdu muita aspekteja mukaan. Lihava laitetaan ikään kuin omaan pysyvään laatikkoonsa, jossa hänelle ei suoda olemista lihavana ja jossa hänet kuitenkin määritellään aina ensisijaisesti lihavuutensa kautta. Lihavuus näyttäytyy samanaikaisesti väliaikaisena ja pois päästävänä tilana sekä ainoana seikkana, joka määrittää ihmisen kokonaisvaltaisesti. Cooperin (2010) mukaan lihavuutta tulisi tutkia useista lähtökohdista käsin ja käsittää se moneksi pikemminkin kuin vain yhdeksi.

Lihavuus ei siten pelkisty vain ruumiilliseksi kokemukseksi tai oletukseksi. Lihavuus määritellään suhteessa normaaliuteen, jossa se näyttäytyy epänormaalina ja jonakin poikkeavana, välitilana, pois päästävänä ominaisuutena. (Harjunen 2003, 73; 2007, 205.) Lihavuus määrittyy aina ajan, paikan, kulttuuristen ja sosiaalisten normien kautta (Harjunen 2007, 205). On tutkittu, että lihavuus on stigmatisoivampaa naisille ja naisoletetuille kuin miehille. Lihava nainen saa esimerkiksi vähemmän palkkaa työstänsä kuin lihava mies eikä lihavia naisia haluta edes lähtökohtaisesti ottaa töihin. Lihavuus yhdistetään erityisesti naisella laiskuuteen, läskiyteen, kykenemättömyyteen huolehtia itsestään, hoitamattomuuteen ja flegmaattisuuteen. (Harjunen 2004, 247; Kinnunen 2008, 215; Kukkonen, Pajunen, Sarpila & Åberg 2019, 143, 2023; myös Helsingin Sanomat 25.9.2023¹, Ylen uutiset 12.9.2023², Helsingin Sanomat 20.9.2023³.) Vastakohtaisesti anorektinen ruumis nähdään usein maskuliinisella ja täten hyväksytyllä tavalla kuvailtuna: itsekontrolli, laihuus, moraalinen, kunnianhimoinen, vahvatahainen, kilpailullinen ja kilvoitteleva ovat määreitä, joita anorektinen naisruumis saa. (Kinnunen 2008, 214; Kyrölä 2007, 167.)

2.3 Luokka, stigma ja rasismi lihavuuden määrittelijöinä

Sosiologi Beverley Skeggsin luokkaa koskevat tutkimukset ja kirjoitukset konkretisoivat, mitä kunniallinen, oikeanlainen ja tavoiteltava, usein keskiluokkaisuus, itse asiassa on ja miten sitäkin määritellään normien ja toiseuksien kautta. Skeggsin kirjoittamien luokkaan liittyvien arvostuksien ja arvottomien perusteella voidaan myös tulkita naisen lihavuuden merkittävyyttä suhteessa mieheen. Mitä pidetään arvokkaana ja miten tietty luokka määritetään, vaikuttaa siihen, mihin yhteiskunnassa pyritään. Luokkaa eletään ja sitä tehdään jatkuvasti arkipäiväisissä toimissa. Ajatuksemme, arvomme, asenteemme ja käyttäytymisemme määrittävät luokkalähtökohdistamme käsin. Kuten Skeggs kirjoittaa, omaa asemaa määritellään toiseuden kautta. Ajatuksena on, että me erotumme noista toisista tekemällä ja olemalla tietyllä lailla. Luokan avulla voidaan määritellä haluttuja ja ei-haluttuja piirteitä. Myös ihonvärin ja sosioekonomisen aseman mukanaan tuomat etuoikeudet ja mahdollisuudet toimia avau-

¹ Helsingin Sanomat. 25.9.2023. Kyllin kaunis palkattavaksi. <https://www.hs.fi/hyvinvointi/art-2000009851838.html>

² Ylen uutiset. 12.9.2023. Töihin asenteella vai ulkonäöllä. <https://yle.fi/a/74-20049279>

³ Helsingin Sanomat. 20.9.2023. Tutkimus: Hyväntekijä pankinjohtaja voi tienata miljoonan enemmän kuin vähemmän viehättävä. <https://www.hs.fi/talous/art-2000009868312.html>

tuvat laajentuvasti luokkakäsitteen kautta. (Skeggs 2014, 48–49; Rossi 2010, 36; Harjunen & Kyrölä 2007, 11.)

Luokka käsitteellä lihavuus voidaan määritellä alempaan luokkaan kuuluvaksi, ei halutuksi ja vieroksutuksi ruumiillisuuden muodoksi. Ylemmissä luokissa ikään kuin tiedetään ja tiedostetaan ne näkökulmat, joiden mukaan tulee pyrkiä ei-lihavuuteen. Lihavaan ruumiiseen on kulttuurisesti kiinnitetty tiettyjä ominaisuuksia. Nämä ominaisuudet voivat rajoittaa lihavan tapaa olla ja toimia yhteiskunnassa. Kuitenkin, kuten myöhemmin esimerkiksi queer-teoriasta kirjoittaessani, huomautan tässä Skeggsin (2014, 30–31) tavoin, että tiettyjä arvojärjestyksiä voidaan ja niitä pitää kyseenalaistaa. Näin toisintekemällä annetaan omalle subjektivi-teetille arvoa ja luodaan itselle mahdollisuuksia toimijana.

Myös sosiaalipsykologi Erving Goffmanin stigma-käsitteen kautta voidaan havainnollistaa lihavuuden olevan melkein pahin leimautuminen, jota nykyajan ihmiselle voidaan asettaa. Stigma tarkoittaa jotain ei haluttua tai ei odotettua piirrettä tai ominaisuutta. Stigma voi näyttäytyä näkyvästi, kuten esimerkiksi erilaiset ruumiiseen liittyvät määreet, kuten lihavuus ja osa vammaisuuksista, ja näkymättömästi, kuten esimerkiksi osa vammaisuuksista, mielen-terveyshaasteet, alkoholismi, työttömyys ja riippuvuudet. Myös rotu, etnisyys ja uskonto voivat olla stigmatisoivia. Stigman vastakohta on normaali. Henkilöä, jolla on stigma, ei siis kohdata normaalina tai oikeanlaisena ihmisenä. (Goffman 1963, 4–5; Harjunen 2004, 244.)

Stigma asetetaan usein ulkoapäin, ei niinkään stigmatoidun henkilön itsensä toimesta. Erityisesti lihavuuden stigma määritellään yhteiskunnan tasolla. Harjunen (2007, 206–208; 2009, 51) huomauttaa, että lihavan koko identiteetti voi olla horjuva ja häilyvä, koska usein lihavuutta ajatellaan jonakin välitilassa olemisena. Miten vaikuttaa, jos välitilaksi tarkoitettu ruumiin muoto muodostuu koko elämän kestäväksi identiteetiksi? Hävitetäänkö näin stigmatisoinnilla lihava ihminen subjektina. Erityisesti medikalisointi ja sen saama valta-asema lihavuutta tutkittaessa ja määriteltäessä on vaikuttanut lihavuuden stigmatisointiin. Myös ruumiin kokoon liitetty moraalinen määrite leimaa lihavia. Lihavat nähdään moraalisesti heikkoina, jotka eivät pysty hallitsemaan omaa ruumistaan. Erityisen leimaavaa on käsitys lihavuudesta yksilön omana syynä ja itseaiheutettuna tilana sekä lihavien määrittely toisina. (Pajala 2007, 96; Harjunen 2009, 50–51.) Näin samalla oikeutetaan lihavien kohtelua ja heidän kohtaamaa kommentointia, esimerkiksi muka hyvää tarkoittavat huolitrollauksiksi sanotut kommentit lihavan terveydestä, terveydenhuollon asenteet ja

yleinen asenneilmapiiri lihavia ihmisiä kohtaan mahdollistavat sen, että lihavat kohtaavat sosiaalisesti sallittua asenteellista, syrjivää ja leimaavaa käytöstä.

Esimerkiksi yhdysvaltaiset tutkijat Sabrina Strings ja Linda Bacon ovat kirjoittaneet lihavuusfobian juurien olevan rasmissa ja siinä, miten mustien naisten ruumiit ja niiden muoto on tulkittu eurooppalaisesta valkoisesta mielestä käsin. Mustat ja erityisesti mustat naiset leimattiin toisiksi, jopa eläimenkaltaisiksi kyltymättömiksi syöjiksi, juojiksi ja hyperseksuaalisiksi olennoiksi, joista valkoisen eurooppalaisen tuli erottua. Rasismi ja 1800-luvun sekä erityisesti 1900-luvun alun ”rotuopin” mukaan esimerkiksi mustien naisten terveysongelmat, sairaudet ja jopa kuolemat johtuivat näistä vääristä haluista ja huonoista elämäntavoista. Vielä yhä tänä päivänä mustien naisten terveydenhuollossa kokema rasismi perustuu näihin olettamuksiin. Heidän kipuaan ja sairauksiaan ei tunnusteta tai tunnusteta, ja sosiaalisten tekijöiden osuutta väheksytään tai sitä ei edes nähdä. (Strings & Bacon 2020.) Stigma-käsitteen mukaisesti lihavuusfobia kuvastaa ruumiin luokittelua rodun, luokan ja sukupuolen mukaan. Intersektionaalisesti käsiteltynä useat risteävät stigmaa ylläpitävät ja aiheuttavat kohdat vaikuttavat siihen, miten henkilö kokee olemisensa ja miten häntä kohtaan käytäydytään. Kathleen LeBesco (2001) katsoo lihavuuden ja rasismin yhteyttä yhdysvaltaisesta yhteiskunnasta käsin ja hänen mukaansa lihavuuden stigma liittyy mustien ja latinojen syrjintään ja luokkaeroihin sekä valkoisen keski- ja yläluokan vallankäyttöön ja sen legitimizeettiin.

Lihavaa ja erityisesti lihavaa naista voidaan tutkia myös queer-tutkimuksesta tutun haltuunoton kautta. Jo termien kuten lihavuus, *fat studies* ja läski käyttäminen ja niiden määrittely muusta kuin medikalisaatiosta tai negatiivisuudesta käsin, tarjoaa mahdollisuuden valtaan ja omaan tilaan. (Harjunen & Kyrölä 2007, 32.) Myös Annamari Vänskän (2006, 16, 21, 33, 59) käyttämä queerin eräänlainen suomennus *vikurointi* tuottaa mahdollisuuksia haastaa representaatioita ja normatiivisuutta sekä sitä, miten esimerkiksi lihavat esitetään ja nähdään 2020-luvulla, miten lihavuus näyttäytyy ja miten se koetaan olemisena ja millaisia muotoja se saa esimerkiksi akateemisessa tutkimuksessa tai millaisia ideologioita lihavuuteen liittyy. Vikuroinnin kautta voidaan haastaa normatiivisuuteen pohjautuvaa ajattelua, pohtia sitä, mitä ja miten tulkitaan ja toimia myös aktiivisena toisintekijänä, joka toistamisen ja vahvistamiseen sijaan haastaa ja avaa uudelleentulkintoja. (Vänskä 2006, 16.) Myös muun muassa Katariina Kyrölä (2010; Harjunen & Kyrölä 2007, 31) käyttämä käsite karnevalisointi

saa inspiraatioita queer-tutkimuksen kumouksellisuudesta, toisintekemisestä sekä ruumis- ja käytösnormien rikkomisesta.

2.4 Lihavuuden tunteet ja affektit

Lihavuutta ja tunteita on tutkittu erilaisista lähestymiskulmista käsin: Lihavuuden stigman purkamisesta ja laihtumisen terveellisemmästä tavoittelusta (Robinson & Bacon 1996), kehonkuvasta, lihomisen pelosta ja syömishäiriöistä (Levinson, Williams & Christian 2020), kehotunne ja kekokokemusten, syömishäiriöiden ja itsensä lihavaksi tuntemisen kautta (Roth & Armstrong 1993; Striegel-Moore, McAvay & Rodin 1986) sekä kouluikäisten tyttöjen sisäisen lihavuuspelon, lihavuus- ja terveystieteen sekä ruumiillisuuskokemuksista käsin (Windram-Geddes 2013). Tunteet käsitetään usein suppeammin kuin affektit. Tunteet ja niiden tutkiminen voidaan ymmärtää laajempaan, kun niitä tutkitaan affektien kautta.

Yksi tapa tutkia tunteita ja ruumiillisuutta yhdessä, on affektiteorialla. Affektilla ei ole suoraa suomennosta tai tiukkaa määritelmää, mutta tarkoituksena niillä on käsitellä sosiaalisia ja kulttuurisia tilanteita sekä kokemuksia ja toimintaa. Suora suomennos affektille on kielitoimiston sanakirjan mukaan voimakas tunne (mielen-, tunne) kiihtymys. Wetherell (2012, 2) määrittelee affekteja monipolvisesti. Ne voivat olla tunnetilojen ja niiden ruumiissa ja mielessä aiheuttamia eräänlaisia häiriöitä. Joskus affekteihin luetaan kaikki tunteen osa-alueet ja toisinaan se viittaa fyysiseen tapahtumaan ja ruumiissa tapahtuviin toimintoihin, kuten punastumiseen, nyyhkytykseen ja kiihottumiseen. (Wetherell 2012, 2.)

Kuitenkin affektit voidaan ymmärtää erityisesti yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa paljon laajempaan. Usein tunnustetaan, että joku tai jokin on vaikuttanut meihin syvästi osamatta kuitenkaan välttämättä täysin tarkentaa tuntemuksiamme. Vaikuttaminen voi tapahtua ihmisten välillä ja myös elävän ja ei-elävän välillä. Näin sen merkitys laajenee ylipäänsä voimaa tai aktiivisen suhteen tarkoittamiseen. Affekteja tutkimalla voidaan laajentaa käsitystä tunteista ruumiillisuuden muotoina, mikä meitä liikuttaa ja vetää puoleensa, mitä karstamme, mikä satuttaa ja tuottaa tuskaa, mikä tuo mielihyvää. (Wetherell 2012, 2.)

Usein affektit eroavat tunteista siten, että tunteet ovat selvästi nimettyjä ja ne rakentuvat kulttuurisesti. Toisin kuin esimerkiksi pelko tai rakkaus, affektit kuvaavat jotain ruumiillista

ilmiötä, johon myös vaikuttavat aika, paikka ja aineellisuus. (Rinne, Kajander & Haanpää 2020, 5–6.) Kuitenkin Ahmed (2018) pohtii, kuinka käsittää, ei niinkään mitä tunteet ovat, vaan mitä ne tekevät. Affektit auttavat ymmärtämään ruumiin, tunteiden, kokemusten, tiedostettujen ja tiedostamattomien tuntemusten yhteyttä toisiinsa (Rinne, Kajander & Haanpää 2020, 8).

Affektit vaikuttavat merkittävästi ihmisen kokemusmaailmaan ja toimintaan. Ne ovat mukana ohjaamassa päätöksentekoa, sosiaalista vuorovaikutusta ja voivat vaikuttaa myös fyysisesti. Affektien rooli hyvinvoinnissa ja elämänlaadussa on laaja ja monitahoinen ilmiö, jota tutkitaan monista tieteenaloista käsin. Affektien kautta voidaan laajasti ymmärtää ihmisen tunteiden ja fyysisyyden yhtäaikaisuutta ja vuorovaikutuksellisuutta. (Probyn 2005; Kyrölä 2010; Wetherell 2012; Ahmed 2018.)

Affekteihin liittyy kiinteästi ruumiilliset aistimukset, jolloin tunteet ovat myös fyysisessä ruumiissa tapahtuvia. Sara Ahmedin mukaan tunteet ovat jatkuvassa liikkeessä, ja niistä tulee osa kokemuksiamme ja tunteitamme liikkuvuuden kautta. Näin sosiaalisen vuorovaikutuksen myötä olemme yhteydessä toisiimme ja maailmaan. Ahmed ei täysin erota tunteita ja affekteja toisistaan, vaan pyrkii yhdistämään niitä. Tunteet muokkaavat ruumista ja ruumiillisuutta. Niitä käytetään tuottamaan ruumiillisia piirteitä ja ominaisuuksia, joita yhdistämme oikeaan-väärään hyvään-pahaan, toivottuun-ei toivottuun ja niin edelleen. (Ahmed 2018.)

Affektit näyttäytyvät monitahoisesti. Ne kuvaavat sitä, miten ruumiillisina tuntemuksina ilmenevät tunteet ovat sekä katsottavassa että katsojassa, koettavassa ja kokijassa. Affektit ovat vuorovaikutusta, jossa jo olemassa olevat mielikuvat ja tulkinnat ohjaavat käsityksiämme ja tulkintojamme. Lihava näyttäytyy siis affektien kautta sekä lihavana ruumiina, että sen symboloimina tunteina, kuten häpeänä, noloutena, syyllisyytenä. Näin lihavuus on aina määrittelevä tekijä, sen aiheuttamat affektit myös stigmatisoivat kun lihava tarkastelee tai kun lihavaa tarkastellaan.

Kyrölä (2007, 54–55; myös Ahmed 2018, 10–11) antaa esimerkiksi pelon ilmapiirin lietsomisen, jossa jokin asia esitetään uhkana ja tältä uhalta tulee suojautua. Lihavuusepidemia ja siihen liittyvä terveys paniikki voidaan oikeuttaa juuri tällä pelon lietsomisella ja siihen liittyvillä affekteilla. Näin toimintamahdollisuuksia rajoitetaan ja erilaisille hallinnan muodoille annetaan oikeutuksia, joita niillä ei välttämättä toisenlaisessa ilmapiirissä olisi. Tunteet ja affektit

siis voivat ohjata laajojakin yhteiskunnallisia keskusteluja ja toimenpiteitä sekä ne vaikuttavat siihen, miten ja millainen mielipide asioista muodostetaan (myös maahanmuutto, pakolaisuus, seksuaalivähemmistöt).

3 TUTKIMUKSEN EMPIIRINEN TOTEUTUS

Tässä osiossa esittelen tutkimuksen empiiristä toteutusta. Luvussa 3.1 käyn läpi narratiivista tutkimusotetta, luvussa 3.2 esittelen lyhyesti tutkimusaineiston ja tutkimushenkilöt. Luvussa 3.3 esittelen temaattista analyysia ja aukikirjoitan, miten olen itse sitä tehnyt. Luvussa 3.4 käsittelen tutkimukseni eettisyyttä ja luotettavuutta.

3.1 Tutkimusotteena narratiivinen lähestymistapa

Peilaan ja analysoin aineistonani toimivia kirjoitelmia vahvasti feministisestä tutkimuksesta käsin. En siis pyri erottamaan itseäni vaan pikemminkin kirjoittamaan selvästi auki tutkimuksen lähtökohdat ja oman toimintani. Koko tutkimuksen lähtökohta on herännyt sekä omista kokemuksista, sukupuolentutkimuksen opinnoistani, että yhteiskunnallisesta lihavuuskeskustelusta.

Tutkimuksessa käytän narratiivista lähestymistapaa. Narratiivinen tutkimus lähtee oletuksesta, että tieto on kokemuksellista ja henkilökohtaista. Ihminen rakentaa tietoa, todellisuutta ja käsitteitä sosiaalisissa vuorovaikutuksissa. (Heikkinen 2001, 13–14.) Ei ole yhtä objektiivista tai absoluuttista todellisuutta, vaan sosiaalisen konstruktionismin mukaisesti kielen kautta rakennamme vuorovaikutussuhteissa aikaan, paikkaan ja tilanteeseen sidoksissa olevaa tietoutta. Todellisuus syntyy siis kielen, kokemusten, käsitteiden ja tulkintojen kautta. Heikkisen (2001, 185) mukaan narratiivisuus on hajanainen kokoelma tai muodostelma, jonka väljässä viitekehyksessä tarinoita tulkitaan todellisuuden tuottajina. Tökkäri (2018, 65) kirjoittaa, että narratiivisessa tutkimuksessa hyödynnetään narratiivista hermeneutiikkaa, jossa kielellisyydellä ja kertomuksellisuudella saadaan tietoa tunteista, elämyksistä ja myös välillä epätosia seikkoja, jopa sepitteitä. Yhtäläisyyttä kokemuksen tutkimisen tavoissa on konstruktivistisuuden merkityksen tajuaminen. Kokemukset ovat ainutlaatuisia ja jatkuvasti muuttuvia, samoin kuin niiden tuottama tieto on. (Tökkäri 2018, 66.)

Narratiivisuuden taustalla on käsitys siitä, ettei tieto ole objektiivista tai yleistettävää. Usein narratiivisuus liitetään sosiaaliseen konstruktionismiin, jossa todellisuus rakentuu kielen

avulla yhteisesti ja yhdessä. Sosiaalisessa konstruktionismissa todellisuudesta voidaan rakentaa, konstruoida, erilaisia versioita ja kertomuksia sekä tapoja selittää sitä. Tieto ei siis ole koskaan riippumatonta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Narratiivisella otteella tutkimusta voidaan tehdä uudentyyppisestä ja lukijaystävällisestä näkökulmasta. Narratiivisuus on oiva tapa toteuttaa tutkijan kriittistä itsereflektiota. (Bold 2012, 2–3) Mutta kuten Bold (2012, 17) huomauttaa, myös narratiivisuudessa tutkijan positioon ja tutkittavaan vaikuttavat hänen aiemmat käsityksensä ja kokemuksensa. Narratiivisuus ei ole objektiivinen todellisuuden rakentaja vaan pikemminkin esitys siitä, miten elämä koetaan.

Usein narratiivisuuden pääperiaatteiksi listataan joko tarinoiden tutkiminen, jossa kertomuksia käytetään aineistona, tai itse tutkimuksen olevan narratiivi eli tarina itsessään (Heikkinen 2001, 185). Hänninen (1999, 15; myös Bold 2012, 19–21) muistuttaa, että oli tarina fiktiivistä tai tutkimuksellista, on se aina kulttuurisesti sidottua ja kirjoitetaan aina jossain sosiaalisessa kontekstissa. Narratiivisuudessa tärkeää on kertomukset ja kertomuksellisuus ja niiden kautta esitetyt ja kuvatut kokemukset (Tökkäri 2018, 69). Äärelän (2012, 71) mukaan tutkimusote valitaan tutkijan tiedonymmärtämisen ja maailman olemassaolon kautta. Narratiivisuuden lähtökohdaksi voidaan ajatella kertomukset ja ihmisten tarpeet kertoa tarinoita, sekä se, miten kertomusten ja kielen kautta jäsennetään elettyä maailmaa ja välitetään arvoja ja yhteisiä uskomuksia. (Äärelä 2012, 71; Polkinghorne 1988, 14.)

Narratiivinen tieto on kokemuksellista, subjektiivista ja persoonallista (Bruner 1986; Äärelä 2012, 71). Narratiivisuudessa on kyse sosiaalisesta konstruktionismista ja tavasta, jolla tuotetaan ja välitetään todellisuutta. Narratiivisuus perustuu siihen oletukseen, että maailma on jatkuvasti muuttuva ja rakentuva aikaan ja paikkaan sidoksissa oleva kertomus (Äärelä 2012, 72–73.) Hänninen (1999, 16, 18) kirjoittaa, että kertomusten analyysi on narratiivisen tutkimuksen ydin. Narratiivisuudessa ei ole kyse yhden totuuden esittämisestä, vaan kertojansa äänen esittämisestä siinä todellisuudessa kuin ne kokijalleen ilmentyvät.

Polkinghorne (1988, 13) määrittelee termin *narrative* kertomuksen tekemisen prosessiin, kertomuksen kognitiiviseen suunnitelmaan tai kertomuksiksi nimettyjen prosessien lopputulemaksi. Polkinghorne (1988, 13) itse käyttää narratiivia sekä prosessista että lopputuloksesta ja antaa tekstin tarkemman sisällön määritellä kummasta vaihtoehdosta on kulloinkin kyse.

Narratiivisuus käännetään usein suomeksi kertomuksellisuudeksi tai kerronnallisuudeksi. Kertomuksellisuudessa viitataan kertomukseen sinänsä, kerronnallisuudessa nähdään mukana myös prosessit, jotka kuuluvat kertomiseen. Kerronnallinen tutkimus sisältää siis kokonaisen prosessin, jossa kertomukset on tuotettu ja antaa näin laajemman näkökulman narratiivisuuden käyttämiseen. Kerronnallisessa diskurssissa kerronnan avulla esitetään tapahtumia ja toimintaa, muodostuu kertomus. (Heikkinen 2018.) Heikkisen (2018) mukaan kertomus on yksi iso kehys, jonka sisälle tarina ja kerronnallinen diskurssi asettuu. Tarinaan kuuluu tapahtumat, jotka sisältävät teot ja sattumukset eli ei-tarkoituksenmukaiset teot, ja olevaiset, joihin luetaan mukaan henkilöt ja tapahtumapaikat. Kerronnallisessa diskurssissa tunnistetaan erilaiset kerronnan muodot, kuten juonet ja tyylit. (Heikkinen 2018.)

Heikkisen (2018) mukaan narratiivinen tutkimus pitää sisällään kaksi erilaista näkökulmaa. Narratiivisuus voidaan erotella ilmiönä ja metodina. Narratiivisessa tutkimuksessa käytetään kertomuksia tai tarinoita aineistonaan. Narratiivinen tutkimus voidaan nähdä ”maailmasta tuotetuksi kertomukseksi”.

Heikkinen erottaa narratiivisessa tutkimuksessa neljä erilaista ymmärryksen tapaa. *Ensimmäisenä* konstruktivistiseen tiedonkäsitelyyn liittyvä tietämisen tapa ja tiedon luonne. *Toisena* tutkimusaineiston kuvaamisen narratiivinen tapa. *Kolmanneksi* narratiivisuus voi toimia analyysitapana. *Neljänneksi* narratiivisuus on liitetty kertomusten käytännölliseen merkitykseen. Narratiivisuutta voidaan pitää yhtenä ihmisen ymmärryksen perusmuotona, joka on maailmanlaajuisesti kautta aikain ollut lajityyppillistä toimintaa, jossa selitetään, ymmärretään, hahmotetaan ja jaetaan ympärillä olevaa tietoa ja todellisuutta. kysymys on siis siitä, miten ja millä lailla todellisuutta muodostetaan ja miten tietoa hankitaan. Heikkinen kirjoittaa osuvasti, että ”kertomukset ovat sekä tutkimuksen lähtökohta että lopputulos.” (Heikkinen 2018.) Narratiivisuudella on perustavanlaatuinen yhteys olemassaoloon. Heikkisen mukaan kertomukset ovat välittäjiä ihmisen identiteetin rakentamisessa. Ihminen tulkitsee itseä ja maailmaa kertomusten kautta. (Heikkinen 2001, 14–15.)

Hyvärinen (2016,39) tarkastelee narratiivisuutta tutkimuksensa lähestymistapana, jossa hän perustaa näkemyksensä Brunerin (1986) jaotteluun paradigmaattisesta ja narratiivisesta ajattelusta. Brunerin narratiivisessa ajattelussa pyritään ymmärtämään tapahtumia, niiden välisiä suhteita ja tulkintaa. Bruner (1991, 4) kirjoittaa, että narratiivit ovat todellisuuden versioita, jota ei ohjaa empiria tai looginen tarve, vaan niiden hyväksyttävyyttä ohjaavat sopi-

mukset ja kerronnan välttämättömyys, jossa ei ole niinkään väliä sillä, ovatko tarinat totta vai tarua.

Käsitteitä narratiivinen, tarinallinen ja tarinallisuus käytetään välillä rinnakkain ja synonyymeina. Hänninen (1999, 15) käyttää tarinallisuutta narratiivisuuden suomennoksena ja tarinallista narratiivisen tutkimuksen suomennoksena, jolloin tarinaa, kertomusta tai narratiivia käytetään ”ymmärrysvälineenä”. Hänninen (1999, 15) erottaa myös suppeamman tarinallisen lähestymistavan, jossa tarina toimii keskeisenä ajattelun tai elämän jäsentämisen muotona. Heikkinen (2001) jäsentää narratiivisuutta tiedon- ja tiedekäsityksen muutoksen kautta. Ymmärrys itsestä ja muista muodostuu kertomuksissa eli narratiiveissa.

Narratiivisuus oli aluksi hämmentävä tapa tutkia. Luulin tietäväni mitä se on, kunnes upposin narratiivisen metodologian ja tietämisen suohon. Hieman hämäävää on myös englannin kielen pohjautuvan narratiivisuuden ja sen suomennettujen tarinallisuuden ja kertomuksellisuuden käyttö iloisesti sekaisin. Itse pyrin käyttämään termiä narratiivisuus, kun viittaan tutkimuksen tekemisen tapaan: aineistoni koostuu kirjallisista kertomuksista eli kirjoitelmista, joita analysoin aineistosta tulkitseni teemojen kautta. Narratiivisuus toimii tässä tutkimuksessa kokoavana tapana käsitellä kirjoitelmia ja uuden tiedon tuottamisessa. Narratiivisuuden kautta pyrin myös rakentamaan ns. Tyyppikertomuksia, joissa luon itse kirjoitelmien ja sille tekemiseni tulkintojen pohjalta uusia, kokoavia kertomuksia. Käytän tässä nelikenttätypologiaa, jota muun muassa Vihtari (2021, 118–119) ja Äärelä (2012, 229) ovat käyttäneet.

Olen kiinnostunut tutkimaan tässä gradussa kokemuksia tarinoiden kautta; minkälaisia kokemuksia yhdellä ihmisellä on tutkittavasta aiheesta, voiko kokemuksia nivota yhteen jotenkin, löytyykö yksittäisistä kokemuksista ja tarinoista jotain yhteisesti tunnistettavaa ja liittyvätkö kokemukset laajempaan keskusteluun lihavuuden kokemuksista. Tarkoitus ei ole tehdä yleisiä johtopäätöksiä, vaan tuoda esille, kuinka yksittäiset kokemukset ovat yhteydessä toisiinsa ja ympäröivään yhteiskuntaan tarinallisuuden kautta.

3.2 Tutkimusaineisto ja tutkimushenkilöt

Tutkimusaineistona toimii keväällä 2022 sähköisesti keräämäni (Google Forms) eri pituiset kirjoitelmat ja tutkimusaineisto on näin kerronnallinen. Olin miettinyt, miten saisin mahdollisimman kattavasti koko Suomen alueelta vastaajia ja päädyin jakamaan kirjoitelmapyyntöä sosiaalisen median kehoaktivistien tilien kautta sekä lähettämällä sähköpostilla välityspyynnön suomalaisten yliopistojen ainejärjestöille ja muutamille teemaa tunteville korkeakouluopettajille. Vastauksia sain 37 kirjoitelmaa, joista lyhyimmät ovat muutaman virkkeen pituisia ja pisimmät useamman A4 sivun pituisia tekstejä. Jokainen vastaaja sai itse määritellä ikänsä, sukupuolensa ja kotiyliopistonsa sekä jättää halutessaan yhteystietonsa mahdollista jatkoahaastattelua varten. Haastatteluja en graduvaiheessa tehnyt. Merkitsin kirjoitelmat juoksevalla numeroinnilla ja myöhemmin analysointivaiheessa käytin erilaisia värikoodeja sekä konkreettista järjestelyä typologian mukaisesti. Esimerkiksi muodostettuani teemoja tila, tapahtumat ja terveydenhoito, koodasin nämä eri värisillä pienillä post it -lapuilla tulostettuihin kirjoitelmiin. (ks. Eskola & Suoranta 1998, 164–165.) Sitten järjestelin kirjoitelmia erilaisiin kohtiin typologian nelikenttään käytöksen ja tunteiden mukaan (Kuvio 1). Samanlaisesti luin kirjoitelmia läpi yksittäin, teemojen ja typologiajärjestyksen perusteella.

Kirjoitelmien kautta en tutkijana ollut itse vaikuttamassa vastauksiin konkreettisesti niiden kirjoittamisen aikana. Toiveenani olikin, että vastaaja kertoisi suoraan, kaunistelematta ja välttämättä sen kummemmin liikaa pohtimatta suoraan kokemuksiaan, tunteitaan ja käyttäytymistään lihavana henkilönä yliopistossa. (ks. Eskola & Suoranta 1998, 124.)

Tutkimushenkilöinä ovat nämä 37 kirjoitelman kirjoittajat. Kirjoittajat valitsin sen mukaan, että heillä olisi mahdollisimman paljon tietoa lihavuudesta yliopistossa. Valitsin siis sellaisen aineistonkeruumenetelmän, joka sopisi oikeanalaisten tutkittavien löytymiseen suhteellisen nopeasti. Näin pyrin saamaan mahdollisimman osuvaa ja omakohtaista tietoa tutkimastani ilmiöstä eli lihavuudesta suomalaissa yliopistoissa. (Eskola & Suoranta 1998, 61–62). En kysynyt kirjoituspyynnössä tai antamassani vastauslinkissä missään kohtaan suoraan, olivatko he opiskelemassa vai töissä yliopistoissa. Lukiessani aineistoa, pystyin päättelemään sen vastauksista, esimerkiksi siitä, viittasiko kirjoittaja YTHS:öön (ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö) vai työterveyteen. Myös joissakin vastauksissa viitattiin opiskelukavereihin ja opiskelutapahtumiin (sitsit, haalaribileet) tai töihin ja työympäristöön sekä kollegoihin. Näin sain selville, että neljässä vastauksessa kirjoittajat olivat töissä tai olivat olleet töissä yliopistossa ja loput 33 vastaajaa olivat opiskelijoita.

Aineistolainauksissa viitataan kirjoittajiin heidän itsensä määrittelemällä sukupuolella ja iällä. Joissain tapauksissa on useampi saman sukupuolinen ja ikäinen, jolloin erotan esimerkiksi lainaukset toisistaan A tai B merkinnällä. Vastaajien ikä vaihtelee 22 vuodesta 51 vuoteen ja keskiarvo vastaajien iästä on 34 vuotta. Suurin osa vastanneista identifioi itsensä naiseksi (n=33), lisäksi yksittäiset vastaajat identifioivat itsensä seuraavanlaisesti: Cis-nainen, nainen/muu, nainen/muunsukupuolinen ja ei-binääri. Vastaajia on yhteensä kymmenestä eristä suomalaisesta yliopistosta. Yhtä vastausta lukuun ottamatta kaikki on kirjoitettu suomeksi.

Kirjoitelmien tarkoituksena oli toimia mahdollisuutena tuoda omat kokemukset, tunteet ja koetut tilanteet osaksi yhteistä joukkoa. Aihe on sensitiivinen ja vaatii arvoistansa käsittelyä. Toivoin, että kirjoittamalla jokaisella vastaajalla olisi mahdollisuus pohtia tilanteita, tunteita ja kokemuksiaan omassa rauhassa. Aineiston saatuani ja sitä ensimmäisiä kertoja läpikäydessäni toivoin, että olisin vielä voinut syventää tiettyjä teemoja esimerkiksi haastattelemalla muutamaa kirjoittajaa. Tein kuitenkin valinnan, että kirjoitelmat riittävät aineistoksi tässä vaiheessa.

Tutkijan asema voi kehittyä ja muuttua tutkimuksen edetessä. Tutkija saattaa tarkoituksellisesti valita tiettyntyyppisen roolin suhteessa tutkimuskohteeseensa ja osallistujiin. (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen 2011, 72.) En pyrkinyt aluksi jäsentämään tai ohjaamaan liikaa vastaajia, vaan toivoin vastaajien itse kertovan niistä asioista kuin he halusivat aiheeseen liittyen. Olin kuitenkin antanut kirjoitelmapyyntöissä ohjaavia kysymyksiä. Nämä varmasti vaikuttivat siihen, minkälaisiin teemoihin vastaajat kiinnittivät huomiota ja mistä he kirjoittivat. Kuten Ronkainen ym. (2011, 72) kirjoittavat, tutkijan asema ei ole yksinomaan hänen päätettävissään, sillä myös tutkimuskohteet voivat tiedostamattaan tai tietoisesti asettaa tutkijan johonkin rooliin. Tämä vaikuttaa tutkimuksen dynamiikkaan. Kun tarkastellaan tarkemmin tutkijan toimintaa ja subjektiivisuutta, haasteena on ymmärtää, miten tutkijan asema vaikuttaa tutkimuksen näkökulmaan ja tuotettuun tietoon. (Ronkainen ym. 2011.) Tiedostan, että kirjoitelmapyyntöni on ohjannut vastaajien tuottamaa tietoa. En kuitenkaan koe jäsentäneeni kirjoitettuja tarinoita tai vaikuttaneeni niiden sisältöön liikaa. (ks. Eskola & Suoranta 1998, 124–125.) Usein feministisessä tutkimuksessa tarkastellaan tutkijan asemaa, rooleja ja suhteita osana tuotettua tutkimusta, erityisesti valtasuhteiden vaikuttamille ja esimerkiksi vähemmistöjä koskevalle tutkimukselle (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen 2011, 72).

3.3 Aineiston analysointi temaattisella analyysillä

Analysoin aineistoni temaattisella analyysillä. Clarke ja Braun (2013) kirjoittavat, että temaattinen analyysi toimii hyödyllisenä perusmenetelmänä ja sitä voidaan käyttää laajasti monenlaisissa tutkimuskysymyksissä, jossa tavoitteena on kokemukset ja niiden ymmärtäminen aina representaatioon ja ilmiöiden konstruktivisuuteen. Temaattista analyysia voidaan käyttää erityyppisten aineistojen analysointiin haastatteluista media-analyysiin. Temaattinen analyysi sopii eri kokoisille aineistoille ja sitä voidaan soveltaa myös teorialähtöiseen analyysiin. Kaasila (2008) käyttää termiä juonentaminen, kun kyse on tutkimusaineistosta löydettyjen teemojen järjestelystä uudelleen. Vihtari (2021) käyttää temaattista luentaa osana kerroksellista analyysia, jolloin hänen tavoitteenaan oli tuottaa uusia kertomuksia keräämiensä tarinoiden pohjalta ja esitellä niistä löytämiään teemoja.

Riessmanin (2008, 53–54, 58, 63) mukaan temaattisessa analyysissä keskitytään kerrottuun ja sisältöön sekä siihen mitä sanotaan. Ei siis siihen miten, kenelle tai missä tarkoituksessa. Temaattisessa analyysissä ei tarkastella kieltä sinänsä, sen muotoja tai välttämättä edes vuorovaikutusta. Temaattisella analyysillä voidaan saavuttaa yksilön kokemuksista koottua isompaa kokonaisuutta ja tunnistaa niin sanotuista arkipäivän kokemuksista jotain laajempaa yhteyttä. Riessman (2008, 60–61) mainitsee esimerkkinä teoriataustaisen temaattisen analyysin, jonka tyyppistä itsekä käytän tässä tutkimuksessa. Teoria toimii ohjaavana siinä, mitä ja minkälaisia teemoja kertomuksista löydetään. Teemojen perusteella muodostetaan niille perustuvia tyyppikertomuksia, jotka luokitellaan ja rakennetaan esimerkiksi typologian avulla erilaisiksi esimerkeiksi tai toimintatavoiksi.

Temaattisessa analyysissä voidaan erottaa kuusi eri vaihetta (Clarke & Braun 2013; Vihtari 2021, 72–75). Niiden ei tarvitse kulkea lineaarisesti vaan pikemminkin analyysi on itseään toistava prosessi. Näitä vaihteita ovat aineistoon tutustuminen, koodaaminen, teemojen etsiminen, teemojen läpikäyminen ja kriittinen tarkastelu, teemojen tunnistaminen ja nimeäminen sekä lopullinen kirjoittaminen. Nämä vaiheet toimivat iteratiivisena prosessina. Narratiivisuus näyttäytyy tässä tutkimuksessa sekä aineistossa, että sen analyysi- ja raportointitavassa. Näen kirjoitelmat omaelämäkertomuksina, joissa vastaajat tuottavat itse omaa tari-

naansa kokemuksistaan, tunteistaan ja käyttäytymisestään lihavuudesta käsin. (ks. Heikkinen 2001, 14; Vihtari 2021, 62–63; Eskola & Suoranta 1998, 124–125.)

Käsittelin analyysivaiheessa kirjoitelmia sekä yhtenä kokonaisuutena että yksittäisinä teksteinä. Tulostin jokaisen kirjoitelmakokonaisuuden erikseen ja numeroin ne. Siirsin myös kaikki kirjoitelmat yhteen tiedostoon koneelle, jolloin pystyin lukemaan kokonaisuuksia ja poimimaan yhtenäisiä teemoja sekä toisaalta selvästi erilaisia ilmaisuja. Tässä vaiheessa tutustuin aineistoon monta kertaa ja tulkitsin sitä vielä kokonaisuutena. Kokosin teemoja aluksi tietokoneelleni taulukkoon, jossa yhdistin teemoihin liitettyjä tunnetiloja toisiinsa. Samaan aikaan tarkastelin tutkimuskysymyksiäni yhdessä aineiston kanssa. Myöhemmin järjestelin konkreettisesti paperilla olevia kirjoitelmia erilaisiin pinoihin niiden sisältämien teemojen mukaan ja värikoodasin teemat. Näin teemat tila, terveydenhuolto, tapahtumat, henkilöt, aika ja paikka. En erotellut vielä tässä vaiheessa sitä, oliko vastaaja opiskelija vai työssä oleva. Seuraavaksi järjestelin teemoittain värikoodattuja kirjoitelmia tunteiden ja käytöksen muodostamaan nelikenttään. Myöhemmin vielä erottelin opiskelijoiden ja työntekijöiden vastaukset omiksi kohdiksi.

Aineistoa yhä uudelleen läpikäydessäni löysin uusia kohtia teemojen alle. Tässä vaiheessa toimin lausetasolla ja pysähdyin välillä yksittäisten kertomusten ääreen. Saatoin lukea yhden kirjoittajan tekstiä useamman kerran ja etsiä sieltä jo muodostamiini teemoihin sopivia kohtia. Usein nämä kohdat olivat niitä, jotka olin kirjoituspyynnössäni itse ohjaavasti kirjoittanut. Tässä vaiheessa mietin, miten aineisto olisi mahdollisesti voinut olla erilainen ilman ohjaavia kysymyksiä, mutta koen, että alun perin tutkimukselle asettamani tavoitteet vaativat myös aiheeseen johdattelua. Jos olisin käyttänyt haastatteluja, olisin voinut ohjata tilannetta kunkin vastaajan kohdalla siinä hetkessä. Kirjoitelmia kerätessä tätä mahdollisuutta ei ollut.

Huomioin myös, että teemat sinänsä eivät olleet vastauksia tutkimuskysymyksiini eikä tarkoitus ollut supistaa aineistoa täysin muodostamiini teemojen sisään. Teemojen muodostaminen ja niihin liittyvien lainauksien valitseminen toimivat ensimmäisenä osana prosessia, josta lopulta muodostin tyyppikertomukset. Teemojen ensimmäiset nimeämiset (tila, terveydenhuolto, tapahtumat, henkilöt, aika ja paikka) jäsensivät niitä hetkiä ja kokemuksia, joista vastaajat olivat kirjoittaneet. Kuten Vihtari (2021, 74) osuvasti mainitsee, temaattinen analyysi ei ole vain teemojen esittelyä.

Seuraavaksi muodostin ensimmäisten teemojen mukaisesti tutkimuskysymykset huomioiden seuraavat kokonaisuudet: lihavuus ja tunteet, lihavuus ja käyttäytyminen sekä lihavuus ja yliopisto. Näiden pääkohtien alle jäsensin ensiksi löytämiäni teemoja. Tämä vaihe vaati jälleen aineiston uudelleenlukua ja oman ajattelun kääntämistä pois jo tutuiksi tulleista teemoista. Tyypitarinat muodostin narratiivisen typologian kautta. Tein nelikentän, johon asetin tunteet (positiiviset, negatiiviset) ja kokemukset (positiiviset, negatiiviset) ristikkäisiksi määreiksi. Typologia on esitetty Kuviossa 1 luvussa 4.4 Tyypikertomukset.

Halusin tuoda vastaajien kokemukset hyvin konkreettisesti esille tässä tutkielmassa. Aineistosta nostetut lainaukset on erotettu sisennyksellä ja ne on kirjoitettu kursiivilla. En ole muuttanut kirjoitusasua tai puuttunut oikeinkirjoitukseen. Jokaisen lainauksen lopussa on kirjoittajaan viittaava sukupuoli ja ikä. Lainaukset esittelevät lihavuutta kokemuksena, joka on läsnä vahvasti myös tunteina useissa erilaisissa fyysisissä tiloissa ja tilanteissa. Kuten Eskola ja Suoranta (1998, 181) kirjoittavat, runsaat sitaatit avaavat lukijalle tietoa tutkittavasti ilmiöstä ja lukija voi myös itse arvioida tutkijan tekemiä päätelmiä ja tulkintoja. Vaarana kirjoittajat (emt) huomattavat, että runsas sitaattienkäyttö ei takaa laadullisesti analysoitua tutkimusta tai tuloksia sinänsä.

3.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Aineiston luotettavuutta varmistetaan tässä tutkimuksessa aukikirjoittamalla aineiston keruu ja analysointi ja perustellaan valitut menetelmät avoimesti. Kuitenkin tutkimuksessani teoreettinen viitekehys pohjautuu intersektionaaliseen feminismiin ja feministiseen lihavuustutkimukseen, jolloin ne määrittävät käytettyjä käsitteitä ja aineiston lähestymistapaa. Noudatin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2023) tuoreiden ohjeiden mukaista hyvää tieteellistä käytäntöä. En hakenut ennakoon arviointia tai lupaa tutkimukselleni, sillä rajaamalla vastaajat yliopistokontekstiin pyrin siihen, että he kaikki olivat aikuisia, täysi-ikäisiä ja siten toimikelpoisia päättämään omasta osallistumisestaan.

Olen anonymisoinut aineiston niin, että vastaajia ei voida suoraan tunnistaa. Olen myös suoria lainauksia kirjoittaessani pohtinut jokaisen kohdalla tarkkaan, voidaanko vastaajaa tunnistaa niistä. Toisinaan olen katkaissut osan vastauksesta lainauksessa pois, jotta olen voinut

olla varma anonymiteetin säilymisestä. Olen myös huolehtinut aineiston asianmukaisesta säilyttämisestä ja informoinut vastaajia siitä, että he osallistumalla ja vastaamalla kirjoituspyyntööni antavat luvan käyttää aineistoa mahdollisesti myös myöhemmissä tutkimuksissa.

Tutkimuskohteena on tarinat lihavuudesta, sen vaikutuksesta käyttäytymiseen ja sen herättämistä tunteista. Ollaan siis hyvin henkilökohtaisten, intiimien ja kipeidenkin asioiden äärellä. Halusin, että kirjoitelmaan vastanneet kokivat olevansa itse määrittelemässä sitä, mitä he jakavat tutkijalle. Kirjoitelmapyynnössä oli näkyvillä nimeni ja sähköpostiosoitteeni, jota kautta vastaajilla oli mahdollisuus ottaa minuun yhteyttä ja esimerkiksi ilmoittaa, etteivät halua kirjoitelmiaan käytettävän tutkimuksessa. Toivoin myös, että kirjoitelmapyynnöstäni välittyi oma empaattinen suhtautuminen asiaan. Vastaajiksi valikoin yliopisto-opiskelijat ja yliopistossa työssä olevat tai työssä olleet. Tämä helpotti omaa pohdintaa siitä, miten turvaan vastaajat tutkimuseettisesti. Jokainen vastaaja sai vapaaehtoisesti valita, antoiko käyttöön tarkempia yhteistietoja, koko nimeä tai muuta tarkkoja henkilötietoja sisältävää informaatiota. Pakollisina tietoina keräsin vastaajan iän, sukupuolen ja yliopiston.

Tutkijana olen ruumiillinen ja henkinen, sukupuolinen ja seksuaalinen, affektiivinen ja subjektiivinen. Kun tunnistan ja tunnustan nämä ulottuvuudet itsessäni, uskon tekeväni tutkimuksesta luotettavampaa ja eettisesti kestävämpää. Olen kirjoittanut tutkimusprosessin mahdollisimman tarkasti lukijalle, jotta jokainen voi arvioida myös sitä kautta tekemäni tutkimuksen laatua. (Ronkainen 2011, 139, 153.)

Kuten Ronkainen (2011, 138) huomauttaa, tutkimusta tulee arvioida myös siinä käytetyn tutkimustavan mukaan. Polkinghorne (1988, 176–177) muistuttaa, että narratiivisessa tutkimuksessa tutkija ei väitä tietävänsä totuutta tai sitä, ovatko esimerkiksi narratiivisen aineiston tuomat kertomukset oikeasti tapahtuneet. Luotettavuus syntyy aineistosta, sen käsittelemisestä ja analyysistä sekä erityisesti kaiken aukikirjoittamisesta. Narratiivinen tutkimus lähestyy luotettavuutta avoimuuden ja itsekritiikin kautta. Riessmanin (2008, 191) mukaan narratiivisuuden validiteettia voidaan vahvistaa sillä, että tutkimustuloksia ei esitetä yksittäisinä kokemuksina tai kertomuksina, vaan ne linkitetään laajempiin teemoihin. Näin yksilöt, yhteisöt ja yhteiset kokemukset rakentuvat mielekkäiksi kokonaisuuksiksi, joista voidaan löytää yhteneväisyyksiä tai eroavuuksia. Kuten Polkinghorne (1988, 176–177), myös Riessman (2008, 191) vaati narratiiviselta tutkimukselta avoimuutta, rehellisyyttä ja tutkijan oman ase-

man aukirjoittamista. Kuitenkin Riessman alleviivaa, että narratiivinen tutkimus on hyvä silloin, kun se vakuuttaa lukijansa.

4 TUTKIMUSTULOKSET

Kirjoitelmapyyntö on kokonaisuudessaan liitteenä (Liite 1), mutta esittelen tässä lyhyesti kysymyksiä, joiden kautta kirjoittajia on ohjattu vastaamaan tutkimusongelman kautta merkityksellisiin kysymyksiin. *Koetko itsesi lihavaksi henkilöksi? Jännitätkö, mahdotko istumaan tuoleihin? Oletko saanut kokoosi liittyviä kommentteja esimerkiksi terveydenhuollossa? Miltä tuntuu esimerkiksi osallistua luennoille tai opiskelijatapahtumiin? Kävellä yliopiston käytävillä tai ruokaloissa? Osallistua kokouksiin tai henkilökunnalle suunnattuihin vapaamuotoisiin tilaisuuksiin? Kommentoivatko opiskelijat tai muu yliopiston henkilökunta painoasi tai kokoasi? Minkälaista on olla lihava henkilö suomalaisessa yliopistossa? Voit kirjoittaa vapaasti omia ajatuksiasi, muistoja, tilanteita, tunteitasi, kokemuksiasi ja esimerkkejä.*

Tutkimustulokset vastaavat kysymyksiin millaisia tunteita lihavuus saa aikaan, miten lihavuus vaikuttaa käyttäytymiseen ja miten lihavuus näkyy yliopistossa.

Kirjoitelmissa kuvataan yliopistoa sekä fyysisenä että olemisen tilana. Vastauksissa tuodaan esiin kokonaisvaltaisia tunteita häpeästä, ahdistuksesta ja noloudesta sekä jatkuvasti varuillaan olemisesta. Ilahduttavasti osassa vastauksissa tuotiin myös esille yliopiston olevan ainoa tila, jossa lihavuutta ei tarvinnut aktiivisesti miettiä. Kursiivilla kirjoitetut tekstit ovat suoria lainauksia kirjoitelmista. Niiden perässä on kirjoittajan itsensä määrittelemä sukupuoli ja ikä. Tarvittaessa olen erotellut samaa sukupuolta ja ikää olevat eri kirjoittajat toisistaan merkinöillä A ja B.

4.1 Lihavuus ja affektit

Kirjoitelmissa lihavuuteen liitettiin monia negatiivisena pidettyjä tunteita. Näitä olivat *häpeä, ahdistus, nolous, syyllisyys, pelko, jännitys ja inho*. Liitän tunteisiin myös *kehtaamisen, stressaamisen ja nöyryyttävän*. Yhdessäkään kirjoitelmassa ei kirjoitettu lihavuuden aikaansaa-
neen positiivisia tunteita. Tunteet määrittävät sitä, miltä lihavasta itsestä tuntuu ja myös sitä, miten hän käyttäytyy. Tunteiden ja käyttäytymisen erottaminen on hankalaa, osittain liki mahdotonta. Tästä syystä tarkastelen lihavuutta myös affektien kautta.

Tila

Kirjoitelmissa kerrottiin yliopistosta fyysisenä tilana, joka on suunniteltu vammattomalle, hoikalle ihmiselle. Kirjoitelmissa mainittiin vessat, luentosalit, luokkatilat ja liikkuminen yliopiston sisällä sekä ruokailu ja siihen liittyvät tilat. Usein mainitut vessat olivat pieniä ja niihin oli hankala mahtua. Erityisesti Jyväskylän yliopiston Alvar Aallon suunnittelemassa rakennuksessa sijaitsevat vanhat WC-tilat mainittiin erittäin ahtaina. Muun muassa kuukautissuojia oli hankala tai lähes mahdotonta vaihtaa. Milloin tilan arkkitehtoninen perintö tulee säilyttää ja milloin on aika vastata todelliseen muutoksen tarpeeseen? Kaksi vastaajaa kertoi joutuneensa vaihtamaan rakennusta päästäkseen vessaan.

Muutama vastaaja kirjoitti kokemuksistaan, miten luentosalin tuoli oli hajonnut heidän allaan tai istujasta tuntui siltä, ettei hän voinut istua kunnolla tuolilla, vaan pelkäsi sen hajoamista. Häpeä ja jännitys kestivät koko luennon ajan.

Ruokalassa oleminen aiheutti monenlaista ahdistusta. Kapeat tilat itsessään ahdistivat ja jännittivät. Oli vaikea ennakoida, mahtuiko ruokalassa kulkemaan esimerkiksi tuolirivien takaa. Tämän lisäksi vastaajat kertoivat syömisen aiheuttamasta häpeästä.

Lounaalla saan jatkuvasti kuulla miten yllättävän terveellisen näköistä ruokani on. Nainen, 36 v. B

Automaattisesti mietin lautaselle ottamaani ruokamäärää opiskelijaravintoloissa ja katson mitä ja minkä verran muut ottavat. Jos otan ruokaa reilusti, saatan kokea asiasta häpeää. Nainen, 22 v.

Kahvipöytäkeskusteluissa puhutaan siitä kenellä on terveellisiin salaatti, välillä tuntuu ettei kukaan uskalla syödä mitään normaalia. Nainen, 44 v.

Hävetti myös syödä jälkkäriä, tai riittäviä ruoka-annoksia. Mietin vaan mitä muut ajattelevat että taas se lihava tuolla syö. Nainen, 33 v.

...koin mahdottomaksi esimerkiksi osallistua yhteisruokailuun (vitsailut siitä, ettei ruokalassa ole enää mitään syötävää jos tuo on käynyt siellä jne) Nainen, 43 v.

Ruokarauha ei tunnu tämän aineiston perusteella kuuluvan suomalaiseen yliopistoon. Syömistä, syömisen jättämisestä, kaloreita ja terveellisyyttä kommentoidaan jatkuvasti pyytämättä. Lihavuus on kuin lupa puuttua syömiseen, ruokavalioon, ruuan määrään ja laatuun.

Samaan aikaan lihava itse yrittää pienentää itseään, fyysisesti, jotta mahtuisi kulkemaan edes penkkirivien välissä ja henkisesti, jotta kykenisi syömään muiden näkyvillä. Lihava tekee tietoisia ruokavalintoja, hän jättää ottamatta jälkiruokaa tai valitsee pienemmän ruoka-annoksen kuin haluaisi.

Tapahtumat

Erityisesti opiskelijatapahtumissa korostui näkymättömyyden ja arvottomuuden tunteet. Oli parempi jäädä etukäteen pois tapahtumista, kuin altistaa itsensä mahdollisille vähältä piti – tilanteille. Tilanteiden päättymistä epäonnistumiseen esimerkiksi fuksien rastitehtävillä tai sitseillä kuvattiin nöyryyttäväksi ja ahdistaviksi.

Olen huomannut kuitenkin aina mieltäväni tapahtumissa olevia tehtäviä, sillä jos tehtävät ovat hyvin fyysisiä, en mielelläni niihin osallistu, koska pelkään, etten saa suoritettua niitä samalla tavalla kuin muut. Nainen, 23 v.

Fuksilaulun aikana tuolille nouseminen (kiikkerä muovituoli) oli kauhua herättävää, sillä pelkäsin tuolin murtuvan alta. Nainen, 36 v. A

Sitseillä tuolille seisomaan nouseminen tuntuu pelottavalta enkä ekoilla sitsikerroilla uskonut että tuoli kestäisi painoani. Ei-binäärinen, 26 v.

Tapahtumiin osallistumista pohdittiin etukäteen. Lihava ei halua joutua naurunalaiseksi tai ennakoimattomaan tilanteeseen kokonsa vuoksi. Koettuihin tunteisiin vaikuttaa myös toisten kykenemättömyys ajatella tilanteita lihavan kautta. Nämä toiset, jotka miellettiin normaaleiksi ja hoikiksi, eivät tajunneet millaisia rajoituksia lihavuus asettaa.

Lihavuus ja positiiviset kokemukset

Kahdeksassa vastauksessa kirjoittajat kertoivat, etteivät olleet kokeneet lihavuuden vaikuttaneen mitenkään heidän olemiseensa yliopistossa. Yliopisto nähtiin näissä vastauksissa paikkana, jossa lihavuus ei ole määrittävä tekijä, vaan osaaminen on. Yliopisto oli myös koettu olevan oikeasti ensimmäinen turvallinen paikka lihavana henkilönä.

Minua ei arvioida sen mukaan, paljonko painan vaan sen mukaan mitä osaan.

Nainen, 51 v.

Olen sairaalloisen ylipainoinen ja lihonnut opiskelujen aikana varmaan 20 kg. Oikeastaan näitä kysymyksiä lukiessani (ks. Liite 1 kirjoitelmapyyntö) tajusin, etten ole joutunut kokemaan mitään näistä yliopistossani!! Päinvastoin, ainut paikka jossa en koe näitä asioita :) Nainen, 25 v.

Yhdessä vastauksessa tuotiin esille myös ikä. Muutamassa muussa kirjoitelmassa viitattiin siihen, kuinka asiat ovat muuttuneet tai millaista on olla uudestaan opiskelemissa eikä enää välttämättä niin nuorena. Osalle vastaajista ikä oli tuonut varmuutta olla omassa kropassa eikä toisten mielipiteille enää annettu arvoa.

Enemmän kuin painoni, minulle haasteita on aiheuttanut ikä. Kaikki opiskelijapalvelut ja opetus ylipäätään on suunniteltu parikymppisen "malliopiskelijan" tarpeisiin. Kaikki kaksikymppisetkään eivät varmasti mahdu tähän muottiin. Nainen, 46 v.

Opiskeluuala mainittiin muutamassa kirjoitelmassa. Esimerkiksi terveystieteiden tai metsä- ja ympäristötieteiden opiskelijoista piirrettiin tietynlainen stereotyyppinen kuva, jota kirjoittaja ei vastannut, koska oli lihava. Puolestaan sosiologia ja sukupuolentutkimus nähtiin jopa vaputtavalta alalta, joissa lihavuutta opittiin tulkitsemaan ja kokemaan erilaisista näkökulmista.

Nykyisessä sosiologian ja sukupuolentutkimuksen opinnoissa yhteiskuntaan, läskifobiaan, BMI:in ym. suhtaudutaan hyvin kriittisesti, mikä on ehdottomasti tehnyt omaa oloani helpommaksi. Nainen, 31 v.

Kun luin ensimmäistä kertaa sukupuolentutkimuksen kurssilla fat studiesista, sain validaatiota omalle olemiselleni. Kehoni ei ollutkaan vain kontrollia ja medikaalisuutta varten! Se oli ihana ymmärrys! Nainen, 36 v. A

Muutama kirjoittajista oli ottanut tietoisesti aktiivisen roolin juuri lihavana henkilönä.

En halua tulla tuomituksi ulkonäköni perusteella ja tietoisesti yritän välttää samaa tuomitsemista muita kohtaan. Yliopistossa on lihavia ihmisiä. Mua kannustaa nähdä muitakin muottiin mahtumattomia aktiivisina tekijöinä meidän ainejärjestössä ja vapaa-ajan tapahtumissa, se rohkaisee muakin olemaan ja toimimaan yhä uudelleen. Nainen/muunsukupuolinen, 26 v.

Lainauksen kirjoittaja kokee olevansa oikeutettu aktiivinen toimija lihavuudestaan huolimatta. Hän myös lukee itsensä muiden erilaisten ja muottiin mahtumattomien kanssa samaan luokkaan. Yhdessä heillä on oikeus olla siinä missä muillakin, tavallisilla ja normaaleilla.

4.2 Lihavuus ja käyttäytyminen

Lihavuus vaikuttaa käyttäytymiseen monella tavalla. Käyttäytyminen näkyi aineistossa yleensä yhdessä tunteiden kanssa. Luentosalit ja auditoriot korostuivat paikkoina, joihin meneminen vaati etukäteen suunnittelua, esimerkiksi ajoissa olemista, paikan valintaa reunalta tai kirjoitusmahdollisuuden karsimista. Muutamat vastaajat pohtivat myös sitä, miten esteettömyys tilojen suunnittelussa palvelisi myös lihavia ja toisi helpotusta tilassa liikkumiseen ja sen saamiseen.

Tila

... haluan jäädä reunoille istumaan ettei tarvitse yrittää tunkea muiden ohi ja mahdollisesti töniä heitä vatsalla tai pyllyllä. Nainen, 32 v.

Takapuoleni pyyhkii muiden pöydiltä tavaroita, jos on pakko ohittaa muita. Olenkin ollut usein ensimmäisenä paikalla, että saan rauhassa valita taktisesti vähiten tiellä olevan istuinpaikan. Nainen, 36 v. A

Kohdallani kirjoitusalue ei osunut tuolin selkänojiin mahan ja reisien ollessa tiellä, ja koin asiasta ahdistusta koko luennon ajan. Nainen, 28 v.

Yliopiston auditorioista osa on todella ahdistavia kun pöytää ei mahdu avamaan, koska se osuu vatsaan. Tai jos mahtuu aukeamaan ja yrität hengittää, kaatuu koko pöytä ja kaikki tavarasi... Nainen, 30 v. B

Tilat ovat aina ahtaita ja muistuttavat siitä että niitä ei ole suunniteltu minua varten. Nainen, 30 v. A

Luentosaleista mainittiin usein kiinteiden pöytä-penkki-yhdistelmien ahtaus ja toisaalta liikuteltavien kirjoitusalueiden hankaluus: ne eivät yksinkertaisesti mahtuneet penkkirivien välillä käytettäväksi lihaviin koon vuoksi. Luokahuoneissa tilat koettiin suunnitelluiksi hoikkien

tai keskipainoisten ihmisten mukaan. Tilaa ei ollut jätetty liikkumiseen tai toisten ohittamiseen. Lihava pyrkii valitsemaan istumapaikkansa aina toisia silmällä pitäen. Hän haluaa istua reunalla tai eturivissä, siellä missä on väljempää eikä näin haittaa muiden tilaa. Lihavan käyttäytyminen suhteutettiin aina toisiin. Lihava ei itse voi käyttäytyä aina kuten haluaa, vaan hänen toimintaansa ohjaavat muiden reaktiot. Usein oletetut reaktiot eivät olleet edes tapahtuneet, vaan niihin varauduttiin etukäteen. Lihava halusi jo ennakkoon omalla käyttäytymisellään helpottaa muiden olemista.

Portaiden käyttö koettiin ambivalenttina: toisaalta lihavan kuuluu liikkua itse tai hän kokee olevansa laiska, toisaalta koettiin ahdistusta normaaleista ruumiintoiminnoista kuten hengästyminen, joka piti peittää.

Yliopiston käytävillä pahinta on portaat joita on paljon ja lihavana on aina esitettävä ettei hengästynyt. Nainen, 30 v.

On outo konflikti, että en halua että kukaan näkee että hengästyn mutta en halua että kukaan näkee että olen "laiska läski" mennessäni hissillä. Ei-binäärinen, 23 v.

Hissin käyttö koettiin moraalisesti paheksuttuna ja sen valitsemisesta portaiden sijaan koettiin syyllisyyttä.

Hävetti valita hissi, kun en jaksanut portaita. Nainen, 33 v.

Koin jatkuvaa syyllisyyttä siitä, että valitsin hissien sen sijaan että olisin kävellyt - - - mikä tuntuu nyt vähän absurdilta. Nainen 43 v.

Vaikka hissien käyttö olisi ollut perusteltua terveydentilan takia, se aiheutti silti selittelemistarvetta. Yksi kirjoittaja kirjoittaa, että etäopetus helpotti huomattavasti yliopiston tiloihin liittyvää ahdistusta, kun ei tarvinnut koko ajan miettiä hikoilua tai hengästyminen. Lihavalle ruumiille ei suotu samanlaista käyttäytymistä kuin ei-lihavalle. Vaikka ruumiintoiminnot, kuten hengästyminen ja hikoilu nähtäisiin toivottavina esimerkiksi normaalipainoisen liikkuessa, lihavalla nämä samat tuntemukset eivät toimineet samoin. Päinvastoin lihavan liikkuminen ja käyttäytyminen eivät tuntuneet kelpaavan edes lihavalle itselleen.

Tapahtumat

Osa kirjoittajista pyrki välttämään kaikkia opiskelijatapahtumia, osa niissä tapahtuvaa alkoholinkäyttöä. Humalatilan koettiin vaarantavan kyky kantaa itseään ja pelättiin, että toiset joutuisivat auttamaan, esimerkiksi konkreettisesti ylös maasta. Tämä nähtiin hävettävänä mahdollisuutena, koska lihavan ihmisen nostaminen olisi liki mahdoton tehtävä opiskelijatovereille. Myös sekä oman että toisten kontrollin menettäminen nähtiin uhkana. Omalla käytöksellä ja menemättä jättämisellä ikään kuin turvattiin myös toisille se mahdollisuus, ettei tule tilannetta, jossa loukata.

En myöskään juo alkoholia, sillä kehon kontrollin pitäminen on lihavana minulle tärkeää. En halua joutua kantokuntoon, koska ei minua jaksa kukaan kantaa.

Nainen, 36 v. A

Opiskelijatapahtumat jätin suosiolla välistä, koska humalatila aiheuttaa sen, että aletaan helpommin loukkaamaan. Nainen, 44 v.

Opiskelijatapahtumissa toivottiin myös muiden kuin ”normaalien” huomioimista.

Luulen, että mikäli mukana olisi liikuntavammaisia, asia otettaisiin paremmin huomioon, mutta lihavuutta ei haluta nähdä toimintaa rajoittavana, tai paremmin nähdään niin, että jollei lihavuuden vuoksi voi osallistua, niin se on oma vika. Nainen, 32 v.

Tässä esimerkissä tulee selvästi esille se, mitä monissa kirjoitelmissa sivuttiin: lihavuus on oma vika. Jos ei voi tehdä samoja asioita samalla tavalla kuin muut, niin se nähdään täysin yksilön omana vikana. Vastuu on aina lihavalla. Tämä aiheuttaa jatkuvaa varuillaan oloa sekä erottumisen ja leimautumisen tunnetta. Lihavan välttelevä käyttäytyminen ja asioiden tekemättä jättäminen tulkittiin omassa mielessä niin, että toiset pitävät automaattisesti laiskana. Laiskuus, tuo yksi kuolemansynneistä, kummitteli monen vastaajan omassa mielessä.

4.3 Lihavuus ja yliopisto opiskelu- ja työpaikkana

Yliopisto-opiskeluun kuuluvat opiskelijahaalarit mainittiin useassa vastauksessa. Niiden sovittamista oli jännitetty jo ennakkoon ja pohdittu, miltä tuntuu, jos sopivia ei löydy. Haalareiden valittu koko oli isompi kuin muilla ja muutama kirjoitti, ettei isoin koko mahtunut päälle, vaan haalaria oli pitänyt suurentaa. Tämä tehtiin kertomatta muille ja lopputulos haluttiin peittää mahdollisimman nopeasti. Usealle vastaajalle oli käynyt niin, että ostettu isoin haalari oli käynyt pieneksi eikä uutta ollut tullut hankittua, syynä myös se, ettei isompia kokoja ollut tarjolla.

Hetkiä joissa olen lihavuuttani jännittänyt ovat olleet esimerkiksi haalareiden sovittamisesta fuksivuonna. Muistan miten jännitti, että mahtuvatko haalarit päälleni ja tulenkohan tilanteessa kokemaan suurta ahdistusta, jos poistun paikalta ilman, että sopivia haalareita löytyy. Nainen, 27 v.

Opiskelutapahtumissa koen kehohäpeää erityisesti siksi, ettei minulle mahdu enää --- haalarit (jotka oli suurin mahdollinen koko silloin) ja kun haalarittomuuttani ihmetellään ja joudun kertomaan sen johtuvan lihavuudestani niin syntyy kiusallinen hiljaisuus. Nainen, 24 v.

Lihavien esittäminen kuvissa ja representaatio noudattivat myös yliopistolla aiemmista tutkimuksista tuttua kaavaa: lihavaa ei kuvattu niin, että hänen lihavuutensa näkyisi. Lihavuus rajattiin pois.

Työskennellessäni yliopistolla opiskelun ohella, osallistuin lukuisiin valokuvauksiin, joissa kuvattiin promo- ja kuvituskuvia yliopiston kuvapankkiin. Usein kuvauksissa käytettyjä kuvia näkyi yliopiston materiaaleissa ja somessa, mutta harvoin sellaisia otoksia joissa näkyisi minusta koko vartalo. Kasvokuvia käytettiin ja vartaloa usein rajattiin. Nainen, 28 v.

Osa vastaajista kirjoitti siitä, miten he kokivat lihavuuden mitätöivän oman pätevyys yliopiston työntekijöinä. Kollegat olivat huomautelleet koosta ja liikunnan tarpeesta. Vastaaja pohti, otettaisiinko hänet vakavammin tieteilijänä, jos hän olisi hoikka. Vastaaja kirjoitti kokeemuksestaan, että hoikat tai keskipainoiset saivat enemmän ymmärtämistä osakseen esi-

merkiksi palautusten tai muiden deadline suhteen. Vastaja pohti, oliko siinä syynä se, että häntä pidettiin lihavana *”lihava tyttö on vain laiska”* Nainen, 44 v.

Työssä minua ei oteta todesta tai kuunnella koska olen lihava. Aivan kuin minulla ei olisi aivoja. Huomauttelua painosta ja liikunnan tarpeesta olen saanut kollegoilta. Nainen, 45 v.

Mietin välillä, että minua otettaisiin vakavammin tieteilijänä ja nähtäisiin tehokkaampana jos olisin hoikka. Nainen, 36 v. B

Omaa pätevyyttä ja osaamista kyseenalaistettiin ulkopuolelta myös sukupuolen takia. Yksi vastaajista kertoo, miten hänen pitää tehdä enemmän tunnetyötä, häntä kohdellaan tyhmempänä ja miten hänet nähdään äidillisenä perustuen hänen sukupuoleensa naisena. Lihavuus toimi ikään kuin seuraavana kerroksena naiseen yhdistettyihin odotuksiin ja stereotyyppioihin. Vastajat toivoivat, että myös muut huomioisivat käyttäytymisellään lihavia. Pohdittiin myös sitä, miten *”kaikkeaa muuta vähemmistöä saat olla, mutta lihava et.”* Nainen, 44 v.

Lihavuus ja terveydenhoito

YTHS eli Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö nostettiin useissa vastauksissa esille. Tämä kertoo mielestäni hyvin osuvasti lihavuuden medikalisaatiosta, jossa lihavuus on aina sairaus ja poispäästävä tila. Henkilö oletettiin lihavuuden takia automaattisesti sairaaksi tai alttiimmaksi sairastua huolimatta siitä, ettei henkilö itse tuonut tätä aihetta millään esille. Pahimmillaan henkilön terveydentila huononi merkittävästi, koska vastaanotolla ei hoidettu oikeaa syytä, vaan keskityttiin *”itseä niskasta kiinni”* -tyyppiseen neuvontaan.

Minulle on ehdotettu pelkästään kokoani katsomalla ravintoterapeuttia sekä keskitytty enemmän syömiseen mielenterveysasioiden hoitamisen sijaan. Lopetin hoitajalla käynnin muutaman kerran jälkeen koska puhuimme pelkästään syömisestä ja liikkumisesta, emmekä mielenterveydestäni. Terveysteni laita heikkeni todella ennen kuin uskalsin ottaa puolen vuoden päästä terveydenhuoltoon uudelleen yhteyttä. Nainen, 30 v.

Terveydenhuollossa vain hoidettaisiin lihavuutta eli se on syy kaikkeen. Jopa poskiontelontulehdukseen - - -. Nainen, 45 v.

Työterveys kommentoi usein ylipainoa, vaikka olisin hoitamassa ylipainoon liittyvätöntä vaivaa/sairautta, esim. flunssaa. Tuntuu ikävältä ja tarpeettomalta.

Nainen/muu, 34 v.

--- että terveysongelmia kuten uupumusta otettaisiin tosissaan eikä nähtäisi vain läskin laiskuutena. Nainen, 36 v. B

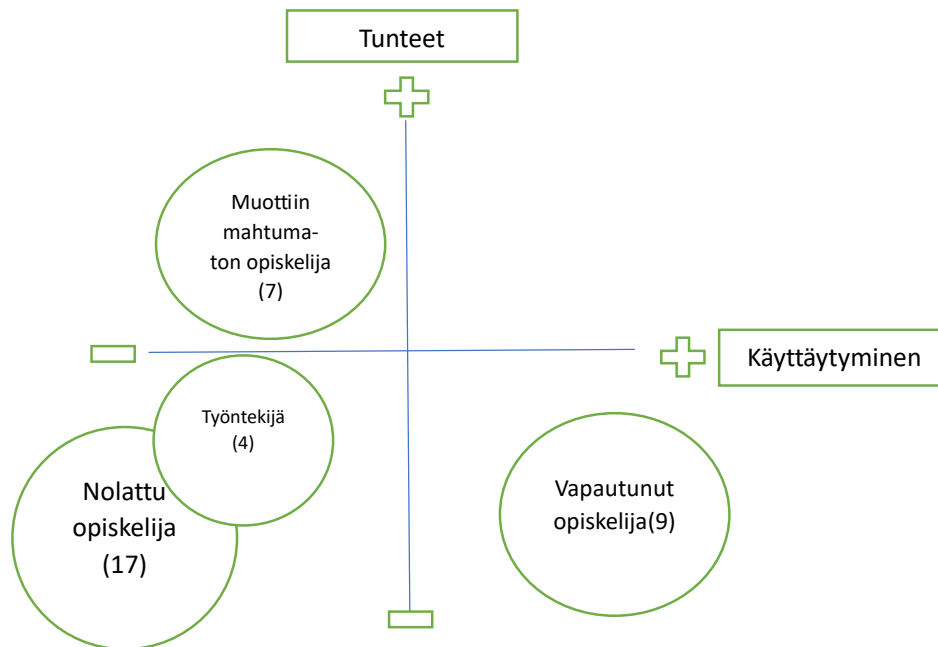
YTHS:n gynekologisessa tarkastuksessa, allergialääkettä hakiessa, väsymystä ja uniongelmia pohtiessa vastauksena on ollut hyvinkin suora käsky laihduttaa tai *”lähteä lenkille, että piristyy”*. Terveystenhoitohenkilökunta oli myös ohjannut mukaan laihdutusryhmään tai kehottanut lukemaan lihavuusaiheisia kirjoja. Vastajat olivat näistä ymmällään ja ihmeissään, sillä he eivät itse olleet kyseisiä seikkoja kysyneet tai mielestään edes tarvinneet.

4.4 Tyypikertomukset

Tässä luvussa esittelen typologian kautta muodostettuja tyypikertomuksia, narratiiveja, joista kukin edustaa erilaista tunne- ja käyttäytymispolkua. Nimikoin tyypikertomukset sen mukaan, miten niihin liittyvät kirjoitelmat asettuivat nelikentällä (Kuvio 1). Asettelin kirjoitelmat sen perusteella, millaisia tunteita ja millaista käyttäytymistä niissä oli. Yliopisto ympäristönä tuo itsensä esille esimerkiksi opiskelukulttuuriin kuuluvien haalarien ja opiskelutapahtumien kautta, tieteentekemiseen liittyvän pätevyyden ja osaamisen kautta sekä useissa kirjoitelmissa esiinnousseiden terveydenhuoltoon liittyvien kokemusten kautta.

Tyypikertomuksilla koen pääseväni lähelle yksilön kokemusta, mutta tuoden samalla henkilökohtaisuuden yleiseen tietoisuuteen. Näissä kirjoittamissani narratiiveissa olen yleistänyt, tulkinnut ja valinnut kokoavia piirteitä kirjoitelmista sekä omasta analyysistani. Olen kirjoittanut tyypikertomukset omakohtaisen kokijan muodossa, ja niissä esiintyvä ilmaisutapa vastaa pääosin sitä tyyliä, jolla alkuperäiset kirjoitelmat on kirjoitettu. Kertomuksissa yhdistyy eri ikäisten ja eri tilanteissa olevien kokemukset. Aineiston 37 kirjoitelmasta muodostin neljä erilaista tyypikertomusta. Tyypikertomukset vastaavat tutkimuskysymyksiini millaisia tunteita lihavuus saa aikaan, miten lihavuus vaikuttaa käyttäytymiseen ja miten lihavuus näytetään yliopistoissa. Niiden kautta tulee myös kuva siitä, miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistossa työskentelevät kertovat lihavuudestaan. Olen erotellut yli-

opistotyöntekijän ja -opiskelijan eri kertomuksiksi, muottiin mahtumattoman opiskelijan tarinan ja vapautuneen opiskelijan tarinan. Täysin positiivisia tunteita ja positiivista käyttäytymistä -kohtaan en asettanut yhtään kirjoitelmaa.



Kuvio 1. Tyyppikertomukset lihavuuden tunteiden ja käyttäytymisen mukaan

4.4.1 Asenteellisuutta kohtaava työntekijä yliopistolla

Taas yksi kerta työterveydessä takana ja burn out -oireet ovatkin seurausta liikkumattomuudesta ja kasvisten liian vähäisestä syönnistä. Tuollahan se omakannassa lukee, että obeesi. Koskahan saisi apua ihan vain siihen oikeaan vaivaan, jonka takia terveydenhoitoon menee? Miksi joka kerta otetaan esille paino ja kaikki mahdolliset uhkatekijät, jotka se tuo mukanaan?

Nyt pitäisi tsempata itsensä ruokalaan syömään. Toivottavasti nyt kukaan ei kommentoi mitä ruokaa syön ja kuinka paljon. Ja sitä ikuista tämäkin ruoka pitää nyt polttaa iltajumpassa sitten pois, että olisi pitänyt ottaa kuitenkin vain sitä salaattia. Aina joku aloittaa sen toksisen ruokapuheen. Jatkuvaa kyttämistä, syyllistämistä ja tietäväisiä katseita, että tuolla

on taas jälkiruokaa tarjottimella. Onneksi pääsee sinne henkilökunnan puolelle syömään, mahtuu vähän paremmin liikkumaan niissä penkkiriveissä. Tosi ahdasta kävellä tarjottimen kanssa ja varoa, että vain kaada ruokaa toisten niskaan. Se olisi ihan pahin painajainen ja äärettömän noloa.

Eilisessä palaverissa tuntui, että ne asenteet lihavaa naista kohtaan puski taas läpi. Ihan niin kuin ei olisi aivoja tai pätevyyttä, että pelkkä lihavuus tekee laiskan ja tyhmän. Toisaalta se voi johtua ihan vain siitäkin, että olen nainen. Jotenkin lihava nainen joutuu aina semmoiseen äitirooliin. Että olen pehmeä, lupsakka ja mukava enkä edes kaipaa työlleni arvostusta. Ärsyttää kyllä, ansaitseen arvostusta ja tunnustusta tekemästäni työstä.

4.4.2 Nolattuna opiskelijana yliopistolla

Taas pitää henkisesti valmistautua uuteen opiskelupäivään. Eilen illalla olisi ollut taas yhdet haalaribileet. Jäi kuitenkin välistä, haalari on mennyt pieneksi korona-aikana. Hävetti liikaa lähteä sinne, kaikki olisivat kuitenkin kyselleet miksei ole haalari päällä. Voisikohan se jotenkin isontaa, toisaalta ei viitsi nähdä vaivaa kun ei kuitenkaan käy missään. Olisi joskus jotenkin vapauttavaa vain olla ja mennä, ihan niin kuin muutkin! Olisi osa porukka eikä erottuisi siitä mitenkään. Voisi juoda ja rellestää ja kaatuilla ja pitää hauskaa. Mutta ei näin lihava vaan voi. Kuka tämmöisestä huolehtisi tai jaksaisi viedä tarvittaessa jonnekin turvaan. Parempi kun ei juo ollenkaan, niin ei tarvitse muiden huolehtia. Viimeksi olin fuksiaisissa jossain rastitehtävillä. Ei kyllä enää ikinä. Ois liian noloa, sais hävetä pitkään, jos ei pääsis taaskaan niitä reittejä tai tehtäviä läpi. Ei mua kukaan jaksaa nostaa enkä varmasti mahdu pujottelemaan mistään läpi. Muutenkin tuntuu, että aina sen kävelyn aikana hengästyy niin että kaikki kuulee. Ne varmaan ajattelee, että tuokin läski sais liikkua enemmän ja syödä vähemmän. Siltä se ainakin yliopiston ruokalassa tuntuu, että kaikki katsoo ja arvostelee. Niinhän se joku kerran kommentoikin, että tuon jäljiltä ei oo mitään ruokaa jäljellä. Kunnon kiusaaja. Tietää kyllä, miten arkaan paikkaan osui.

Pitää lähteä ajoissa, että pääsee hyvälle paikalle luentosalissa. Siellä on taas ne ahtaat penkit, joissa pöytä kiinni. Nolottaa tunkea itseä sinne keskelle, jos ei pääse enää reunalle istumaan. Kaikkien tavarat vaan putoilee ja tunnen ne katseet selässäni, kun ne supisee, että

tuossa tuo läski menee eikä mahdu mihinkään. Olispa taas etäopiskelua. Silloin sai rauhassa olla kotona eikä ahdistanut joka päivä näin paljon. Oli paljon helpompi tehdä tehtävät kotona, kun ei tarvinnut olla koko ajan tietoinen itsestään, omasta koosta, hävetä ja nolostua koko ajan jo ennakoon.

Nolottaa jo valmiiksi, kun YTHS:lle on aika. Taas varmasti kuulee, kuinka olisi hyvä katsoa tuota painoa ja liikkua, että se kuulemma piristää. Oikeastihan tarkoitus olisi mennä gynekologin tarkastukseen eikä kuulemaan ripittämistä omasta painosta. On se lääkäri kyllä muillekin siitä sanonut, ilmeisesti on joku tapa. Onneksi siellä oli se yksi kiva hoitaja, joka tajusi että jatkuva päänsärky johtuikin poskiontelontulehduksesta eikä syömisestä...

4.5.3 Muottiin mahtumattomana opiskelijana

Tänään alkoi taas seuraavan sukupuolentutkimuksen opintojakson luennot ja tuntuu, että oikeasti mulla on oikeus olla. Oon oppinut niin paljon siitä, miten lihavuus ei olekaan vain BMI tai painoindeksi tai että en olekaan yksin näiden mun ajatusten kanssa. Huomenna on illanistujaiset ja ajattelin jo valmiiksi, että sanon suoraan, miksen osallistunut viime bileisiin. Kerron, että mun haalarit ei enää mahdu mulle ja siksi jätin tulematta. Ainakin Katri ja Sari tajuaa heti mistä puhun, viimeksikin vaihdettiin katseita, kun kuultiin jotain muka-lohduttavaa plussakokoisille tarkoitetuista vaatteista, joita nykyään saa jo ihan kaupasta.

Välillä tuntuu, että nää hoikat ja normaalit ei tajua, miten etuoikeutettuja ne on kaiken sen oikeanlaisuutensa keskellä. Ei niiden tarvitse miettiä kehtaako ne tai mahtuuko ne. Ne vaan menee ja tekee. Oon päättänyt, että tästä lähtien en kaunistele enää mitään. Jos tulee painorajat vastaan, niin sanon sen suoraan. Niin kuin syksyllä, kun en kehdannut mennä huvipuis-toiltaan ollenkaan. Pelotti niin paljon, että siellä paljastuu, etten mahdu mihinkään ja joudun seuraamaan sivusta, kun muut pitää hauskaa.

Enää en piilottele itseäni tai mumise jotain hiljaa. Aion myös ottaa tilani ja hakea sitä esiintymisroolia. Tiedän, että oon hyvä ja mun kuuluisi saada se.

4.4.4 Vapautuneena opiskelijana

Yliopisto tuntuu oikeasti ensimmäiseltä paikalta, jossa voi olla ihan oma itsensä! Ei tarvitse jännittää tai miettiä, mahtuuko mukaan. On vapauttavaa kuulua näin värikkäaseen porukkaan. Meille sattui kyllä hyvä ja jotenkin lämminhenkinen pienryhmä, kukaan ei oo kommentoinut mun kokoa mitenkään eikä katsonut pahasti. Haalareiden valinta tuotti vähän hankaluuksia eikä ne kyllä istu kovin hyvin, mutta onpahan kuitenkin ja käytän jos käytän.

Koen että mua ei tuomita täällä ulkonäköni takia, vaikka välillä oman pään sisällä muistuu mieleen vanhat koulukokemukset. Uskallan nyt eri tavalla olla oma itseni ja tuoda jopa tiettyjä epäkohtia esiin. Haluan, että muutkin näkevät minut. Onneksi voin tässä elämäntilanteessa paremmin ja koen itseni itsevarmemmaksi.

Nykyään uskallan jo sanoa vastaan ja kertoa oman mielipiteeni lihavia koskevassa keskustelussa. Onhan mullakin oikeus lihavana olla olemassa.

5 POHDINTA

Luvussa 5.1 esitän yhteenvedona tiiviisti tutkimustuloksia, luvussa 5.2 tarkastelen tuloksia peilaten niitä teoriataustaan ja luvussa 5.3 esitän johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.

Sitä ennen vielä pohdintaani aiheesta, sen valinnasta ja tutkimuksenteosta.

Aloittaessani aiheen tutkimisen, olin jo tutustunut esimerkiksi Hannele Harjusen, Katariina Kyrölän ja Charlotte Cooperin kirjoituksiin. Olin myös lukenut populaaripuolen kirjallisuutta, kuten ruotsalaisen Anna Johanssonin Norsu nailoneissa, jossa hyvin omakohtaisesti kirjoittaja kuvaa lihavan naisen elämää. Sukupuolentutkimuksen opinnoissa pääsin syvemmällä aiheeseen ja kuten pari kirjoitelmien kirjoittajaa, koin itsekin saaneen eräänlaisen oikeutuksen olla ja määritellä itseni toisenlaisesti. Tutkijana löysin myös omia kokemuksiani ja kerrottuja tunteita kirjoitelmista. Mietin pitkään, että miten voin erottaa ja ulkopuolistaa itseni, jotta olisin oikeanlainen ja objektiivinen tutkija. Onneksi feministinen metodologia ja tieteentelemisen lähtökohta tuli tässä avuksi ja sain perusteltua itselleni, miten voin tehdä tutkimusta itselle läheisestä aiheesta, ikään kuin omalla tavalla aktivistin ottein. Olen pohtinut tutkijapositioni vaaranpaikkoja: luenko ja tulkitseanko aineistosta jotain sellaista, mitä siellä ei ole, vain sen takia, että peilaan omia kokemuksiani? Miten varmistan, että tutkimuksessani kuuluu kirjoitelmien kirjoittajien, ei minun ääneni? Onko tämä edes oikeaa akateemiseen viitekehukseen kuuluvaa tutkimusta? Olen näitä pähkäilyjäni kirjoittanut myös osioon tutkimuksen eettisyydestä ja luotettavuudesta.

En halunnut tässä tutkimuksessa toistaa lähinnä lääketieteen itseäänselvyyksiä lihavuuden kauheudesta. Käsittelen ja määrittelen hyvinkin abstrakteja ja isoja aiheita. Stigma, affektit ja ruumiillisuus ovat monitieteellisesti ja -aikaisesti ymmärrettävissä olevia. Pyrin keskittymään niihin juuri oman pro gradu tutkielmani vaatimalla tavalla, vaikka monta kertaa vaarana oli uppoutua käsitteisiin liiankin laajasti. Olen siis harrastanut *kill your darlings* -sääntöä ja siististi siivonnut ja karsinut tekstiäni, toivottavasti kuitenkin liikaa.

5.1 Yhteenveto

Lihava suunnittelee, ennakoi ja organisoii, varmistee ja mieluummin jättää tekemättä kuin ottaa riskin nolatuksi tulemisesta, häpeästä, muiden kiusaantumisesta. Lihava näkee itsensä ja odottaa myös muiden näkevän itsensä laiskana ja syyllisenä. Syyllisyys voi tulla siitä, että valitsee hissien portaiden sijaan, hengästyy valitessaan portaat hissien sijaan. Kertomuksista välittyy kuva hyvin normatiivisesta valtajärjestelystä, jossa lähes muuttumattomilla asioilla, kuten luentosalien kalustuksilla, annetaan ymmärtää oikean ihmisruumiin koon olevan pysyvä ja tietynlainen. Jos poikkeaa tästä koon normista, joutuu joka päivä sen tuntemaan ja kokemaan. Oikeanlaisen ruumiin koon ilmoittaminen on vallankäyttöä, jolla normitetaan oikeaa-väärää, haluttua-torjuttua ja tervettä-sairasta. Foucault'n periaatteiden mukaan myös vastaajat itse osaltaan osallistuivat ruumiinsa kontrolloimiseen. Tämä näkyi etukäteen suunnitteluna, poisjäämisinä ja esimerkiksi alkoholista kieltäytymisenä. Humalajuomista ei harastettu niinkään terveydellisistä syistä, vaan siksi, että humalassa lihava ruumis olisi kontrolloimaton ja uhkaava.

Opiskelijakulttuuriin olennaisesti kuuluvat haalarit olivat aiheuttaneet jo ennakkoon useille fukseille ahdistusta. Tieto siitä, että ei mahdu edes isoimpaan tarjolla olevaan kokoon, oli no-
loa. Moni lihavan kokema vaikeus tai hankaluus, jopa syrjintä, voi olla hankala ratkaista, mutta haalarit olisi helppo mahdollistaa tilaamaan valmistajalta, joka tekee isompia kokoja. Myös esteettömyyden pohdinta ja sen mukaan tapahtumien järjestäminen helpottaisi kaikkia osallistujia.

Lihava pohtii omaa kokoaan lähes jatkuvasti. Hän myös ennakoi ja varmistee, ettei aiheuta toisille ikäviä tai kiusallisia tilanteita ja jättää mieluummin osallistumatta sitseille kuin asettaa joukkueoverinsa hankalaan asemaan esimerkiksi rastitehtävillä. Lihava pienentää itseään jatkuvasti, koska tila hänen ympärillään vaatii sitä. Onneksi useille vastaajille ei ollut sanottu suoraan mitään heidän koostaan, mutta tietoisuus ja varuillaan olo olivat jatkuvasti läsnä.

5.2 Tulosten tarkastelua

Tutkielmassani olen tarkastellut lihavuutta yliopistokontekstissa. Olen etsinyt vastauksia tutkimuskysymykseeni, miten lihavaksi itsensä kokevat yliopisto-opiskelijat ja yliopistossa työskentelevät kertovat lihavuudestaan. Olen tarkastellut kokonaisuutta kolmen alakysymyksen kautta, jolloin vastaan siihen, millaisia tunteita lihavuus saa aikaan, miten lihavuus vaikuttaa käyttäytymiseen ja miten lihavuus näkyy yliopisto-opiskelussa ja siellä työskenneltäessä. Olen myös muodostanut erilaisia pääteemoja, kuten tila, tapahtumat ja terveydenhuolto sekä tehnyt näiden pohjalta typologiaan perustuvia tyyppikertomuksia.

Lihavuus näyttäytyy suomalaisessa yliopistossa affekteina eli ruumiillisina tunteina, kuten häpeänä, ahdistuksena ja syyllisyytenä, jatkuvana varuillaan olemisena, tietoisuutena omasta kehosta ja ruumiin koosta sekä omien ruumiintoimintojen noloudesta ja niiden piilottamisesta. Lihavuus vaikuttaa olemiseen ja käyttäytymiseen pääosin negatiivisiksi miellettyillä tavoilla. Omaa lihavuutta suhteutetaan jatkuvasti muihin osana sosiaalistumisen prosessia (esim. Jokinen, Kaskisaari & Husso 2004, 8; Foucault 1991). Intersektionaalisuuden käyttäminen lihavuuden tutkimisessa mahdollistaa myös usein piilossa olevien risteämien huomaamisen (Harjunen & Kyrölä 2007, 10; van Amsterdam 2013). Tässä aineistossa en kysynyt eikä kukaan vastaajista kertonut esimerkiksi ihonväriään tai etnisyyttään. Muutaman kerran sivuttiin vammaisuutta. Sillä selitettiin esimerkiksi omaa liikkumisen vaikeutta. Myöhemmin paljastunut sairaus selitti osaltaan, miksi vaikka portaiden käyttö oli koettu fyysisesti vaikeana. Tarvittiin siis jokin muu hyväksyty syy, kuin lihavuus, sille, että liikkuminen oli vaikeaa.

Kirjoitelmissa ei kirjoitettu kertaakaan lihavuuden olevan jotain positiivista tai tuovan positiiviseksi miellettyjä tunteita. Lihavuus tuntui ruumiillisina tuntemuksina. Kuten Sara Ahmed (2018) ja Katariina Kyrölä (2012) ovat affekteista ja ruumiillisuudesta kirjoittaneet, tunteet ovat monitahoisesti kokijassa, katsojassa ja vuorovaikutuksissa. Kirjoitelmien kirjoittajat kertoivat, kuinka he omalla toiminnallaan ja käyttäytymisellään olivat huolehtineet toisten tunteista. Lihava ei ollut halunnut aiheuttaa toisille esimerkiksi syyllisyyttä tai inhoa, vaan hän itse tunsu tunteensa, häpeän, nolouden ja ahdistuksen. Käyttäytyminen oli yhteydessä koettuihin tai mahdollisesti tulevaisuudessa koettuihin tunteisiin. Lihavan ruumiillisuudessa koh-

taavat yksilö ja yliopiston instituutio, johon vaikuttaa lähes tulkoot globaalit arvot ja normit, kuten esimerkiksi Jokinen, Kaskisaari ja Husso (2004, 8) kirjoittavat.

Lihava kokee, ettei saisi käyttää hissiä, mutta hävettää hengästyä portaissa. Lihava haluaa suojella muita ympärillään olevia ihmisiä omalta kooltaan. Lihava miettii tarkkaan mihin istuu, osallistuuko, juoko alkoholia, mitä ruokaa syö vai syökö yhdessä muiden kanssa ollenkaan. Esimerkiksi Taina Kinnunen (2008, 213–214) kirjoittaa ruuan ja syömisen pitävän sisällään useita erilaisia merkitystasoja. Lihavan syömistä ja ylipäänsä ruokalaan menemistä pohdittiin aineistossa paljon ja poikkeuksetta aina se aiheutti ahdistusta. Lihava itse tiedosti osansa ruokalassa tai kahvipöydässä. Lihavan koko oleminen yhdistetään moraalisuuteen ja kontrollikykyyn, näin on myös syömisen kohdalla. Lihava syömisellään uhkaa koko länsimaisen elämäntavan perusarvoja. Kuten Pajala (2007, 96) kirjoittaa, lihavaa katsova ”tietää”, että lihavalla on jokin sisäinen vika, jokin syy syödä liikaa. Sillä katsoja käyttää valtaansa ja normittaa lihavan syömisen joka tapauksessa sairaaksi tai poikkeavaksi.

Terveydenhuolto tuo oman vahvan sivujuonteensa lihavuuden kokemuksiin suomalaisissa yliopistoissa. Vastaajina olivat sekä YTHS:tä käyttävät opiskelijat, että työterveyshuoltoa käyttävä henkilökunta. Viidessätoista kirjoitelmassa mainittiin terveydenhuollosta tullut negatiivinen kokemus lihavana olostani. Huomattavaa on se, että yhtään täysin positiivista terveydenhuollon kokemusta ei tullut yhdistäkään vastauksesta. Terveydenhuollossa lihava koki tulleen sivuutetuksi, hänen oireitansa tai syytä hakeutua vastaanotolle ei kuultu tai siihen ei radikaaleimmin uskottu. Lihavalle tarjottiin pyytämättä ja kysymättä tietoa siitä, että henkilö on lihava, että määrään tätä toista lääkettä, koska olet lihava, että liikunta piristää ja kasviksia kannattaa syödä, tämä muistettiin mainita myös vegaanille.

Pahimmillaan lihava välttää terveydenhoitoon menemistä liian pitkään, koska tietää jo etukäteen millaista kohtelua saa siellä osakseen. Yksi kirjoittajista ihmetteli suuresti, että hän pääsi pitkien jonojen ohi vastaamalla terveystarkastukseen painonsa ja pituutensa, kun taas mielenterveysongelmiin apua tarvitsevat jätettiin jonoon. Eli lihavuus nähtiin hyvin merkittävänä riskitekijänä opiskeluille, merkittävämpänä kuin mielenterveysongelmat. Vastaaja itse ei kokenut tarvitsevansa kiireellistä apua.

Harjunen (2003, 2013) on kirjoittanut, kuinka jo erityisesti nuoret tytöt opetetaan koulussa tarkastelemaan ruumiitaan normien kautta. Kuten omassa aineistossani, myös Harjusen

(2003) tutkimuksessa tuli ilmi, kuinka terveydenhuolto, liikkuminen ja vertaissuhteet olivat niitä tilanteita, joissa ruumista määriteltiin. Aineistossani sekä työterveys että YTHS olivat paikka, jossa painoa ja ruumiin kokoa kommentoitiin pyytämättä tai sen ollessa täysin toissijainen. Harjunen (2003) kirjoittaa, että jo koulussa tyttöjä oli opetettu tarkkailemaan ja vahvistamaan omaa ruumistaan. Ruumis on myös määritelty lihavaksi ja sille on asetettu toimenpiteitä sen vuoksi. Sama ilmiö näkyi omassa aineistossani. Lihava ruumis oli asetettu tarkkailun alaiseksi, sille oli tarjottu ja tuputettu korjauksia: oikeaa syömistä, liikkumista ja välillä pelkkää turhaa mainintaa siitä, että ruumis on lihava. Stigma asetetaan lihavalle jo hyvin aikaisessa vaiheessa (Harjunen 2003, 77; 2004, 244; Harjunen & Kyrölä 2007, 28.)

Lihavuus määrittyy myös yliopistossa valtasuhteiden kautta. Skeggsin (2014; Harjunen 2003, 73, 2007, 205) luokkateorioiden kautta yliopisto näyttäytyy rakenteina ja omana instituutionaan, jossa kohtaavat tieteentekemisen uusliberalistiset reunaehdot, arvot, perinteet ja ihmiset. Mihin kohtaa tätä järjestystä lihava opiskelija tai työntekijä mahtuu? Yliopisto tilana antaa ymmärtää, että sen luentosaleihin, käytäville, ruokaloihin ja jopa hakuoppaisiin (Molander & Souto 2022) pääsee sisälle vain tietyn tyyppiset ja tiettyä normatiivisuutta vastaavat henkilöt, kuten yksi kirjoitelmien kirjoittajista oli kokenut. Häntä ei ollut päästetty yliopiston kuvapankkikuviin sellaisenaan, vaan rajaamalla ja leikkaamalla oli näytetty, mikä on lihavan henkilön paikka tässä kontekstissa. Se ei ollut näkyvillä oleminen, vaan ennemminkin piilottaminen, häivyttäminen ja ”hyviin puoliin” keskittyminen.

Poikkeuksena omassa aineistossani nousi kolme kirjoitelmaa, jossa vastaaja ei ollut kokenut minkäänlaista kommentointia, negatiivista tunnetilaa tai käyttäytymiseen vaikuttavia seikkoja, jotka olisivat liittyneet yliopistoon. Kolmessa samaan typologiaan määrittelemisessäni kirjoitelmassa yliopistoa ei erikseen mainittu ongelmana, vaan viitattiin aiempiin kokemuksiin peruskoulusta, oman pään sisällä olevasta lihavuuden tunteesta ja opiskelijahaalareiden mahtumattomuudesta. Joka tapauksessa, näilläkin henkilöillä oli kokemuksia siitä, miten lihavuus oli heihin vaikuttanut. Olivatko vastaajat sisäistäneet läskivihaisen ilmapiirin niin syvästi, etteivät hoksanneet sen vaikuttaneen myös em. kokemuksiin? En täysin uskalla näin väittää, tätä olisi pitänyt päästä kysymään vielä tarkemmin heiltä itseltään, mutta tähän laajasti lukemani teoria-aineisto viittaa. Kuten Harjunen (2009) on kirjoittanut lihavuuden stigmasta, lihava itse ei halua identifioitua ”niiksi”, vaan mieluummin ajattelee lihavuutta välitulana, jotta välttyisi sisäistämänsä läskivihan häpeältä ja leimaavuudelta.

Haalarit vastaavat omalta kapealta osaltaan siihen, mitä lihavat ihmiset kokevat joutuessaan ostamaan vaatteita. Ison koon valitseminen, sen julkistaminen (kuten haalaritilauslistat) ja jännittäminen, mahtuuko se päälle tai istuuko se kunnolla, resonoivat sitä, miten lihavat ostavat vaatteensa pääosin nettikaupoista. Isoille koolle ei ole tarjolla kivijalkakaupoissa, vaan saadakse vaatteita, isoa kokoa käyttävien tulee ostaa ne usein kansainvälisistä nettikaupoista. Usein tehdään kompromisseja materiaalin, valmistuksen eettisyyden ja tarpeiden välillä, koska hoikille tai keskipainoisille vastaavien tuotteiden saaminen on paljon monimutkaisempaa tai kalliimpaa. Esimerkiksi Raisa Omaheimo on kirjoittanut niin sanotusta läskiverosta, jonka lihavat joutuvat maksamaan tilatessaan vaatteita netistä, koska kivijalkakaupoista ei löydy oikeita kokoja (ks. Omaheimo 2023).

Tässä tutkimuksessa toissijaiseksi jäi pohtia sitä, kuinka paljon sukupuoli vaikuttaa lihavuuden kokemuksiin. Osassa yliopiston työntekijöiden vastauksissa mainittiin äidillisuus, pehmeys ja eräänlainen vaaraton kilpailemattomuus, jolla näitä päteviä, sukupuoleltaan naisia, oli tulkittu. Kuten aiemmat tutkimukset (Kukkonen, Pajunen, Sarpila & Åberg 2004, 2019; Harjunen & Kyrölä 2007, 11) ulkonäön vaikutuksesta työllistymiseen, palkkaukseen ja pätevyyden vaatimukseen vahvistavat, lihava nainen on muutakin kuin vain lihava. Hänen koko identiteettiään tulkitaan ruumiin koon kautta. Vastaajiksi ei ollut valikoitunut yhtään itseään mieheksi identifioituvaa. Toisaalta tämä tukee jo aikaisemmin mainittuja tutkimuksia, joissa miehen lihavuus ei näyttäyty niin selvänä uhkana, pois päästävänä ominaisuutena ja suoraan palkkaukseen ja pätevyyteen vaikuttavana tekijänä. Myös aineistonkeruutapana on vaikuttanut siihen, ketkä kirjoitelmapyyntöön ovat vastanneet. Esimerkiksi Suvi Ronkainen (1999, 149–151) on väitöskirjassaan maininnut eroja vastaustyyliissä sukupuolienkin mukaan. Sukupuolten välisiä vastauseroja on pohtinut myös Jari Eskola ja Juha Suoranta (1998, 124–125).

Lihavuuden esittämisestä ja representaatiosta mainitsen lyhyesti, että muutosta tarvitaan. Kuten Cooperin (2010), Harjusen (2013) ja Molanderin ja Souton (2022) tutkimuksista käy hyvin selville tyyli, millä lihavia yleisesti kuvataan. Joko lihavia kuvataan uhkaavina, persoonattomina läskeinä tai heille ei anneta tilaa ollenkaan. Kuten yksi kirjoitelmien kirjoittajista oli huomannut, hän ei omana lihavana itsenään kelvannut yliopiston jakamiin kuviin. Lihavuus ei saa näkyä suomalaissa yliopistoissa, ei ainakaan promo- tai hakuoppaiden kuvissa. Tällä välitetään ja toisinnetaan sitä normatiivisuutta, kenelle yliopisto on tarkoitettu. Luokkaasetelmat ovat usein enemmän tunnettuja ja tutkittuja, mutta ulkonäköön perustuvat tavat

toimia ja toisintaa vaativat vielä lisätutkimusta erityisesti kriittisen lihavuustutkimuksen kautta.

Onneksi toisinaan lihava voi myös kokea suomalaisessa yliopistossa olevansa samalla viivalla kuin muut, suoriutuvansa oman älykkyyden ansioista, kokea ensimmäistä kertaa elämässään olevansa hyvässä ja turvallisessa paikassa, jossa hänelle ei huomautella painosta ainakaan ääneen. Oman pään sisällä tätä keskustelua kuitenkin aineiston mukaan silti käydään.

5.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet

Tutkimuksen tulokset tuovat lisää tietoa lihavuudesta ja sen vaikutuksista henkilön kokemukseen suomalaisessa yliopistossa toimimisesta ja läsnä olemisesta sekä sinne sijoittumisesta. Lihavuus ei näyttäydy enää kapeanäköisesti terveydellisten syiden teemana, vaan sillä on vaikutusta olemiseen kokonaisvaltaisesti. Tämä pro gradu toimii osana suomalaista kriittistä feminististä lihavuuskeskustelua ja se sijoittuu laajempaan intersektionaalisen feminismin kokonaisuuteen. Erityisesti yliopistoa tilana ja lihavuutta yhteiskunnallisena ilmiönä yhdessä ei ole Suomessa tutkittu aikaisemmin. Tästä tutkimuksesta voidaan saada viitteitä siitä, että yliopisto toisintaa ja vahvistaa hyvin normatiivista käsitystä oikeanlaisesta ihmisestä. Yliopiston tilat ja käytännöt aiheuttavat lihaville jatkuvaa tietoisuutta siitä, etteivät he ole sellaisenaan tarkoitettuja luentosaleihin, ruokaloihin tai tapahtumiin. Lihavuudesta aiheutuneet epämiellyttävät tunteet ovat jatkuvasti läsnä lihavan ihmisen olemisessa ja tekemisessä. Näen tämän peilautuvan myös laajempaan yhteiskunnalliseen hyvän kansalaisen -tematiikkaan ja uusliberalistiseen ajattelumalliin.

Pohdin myös yliopistossa opettavien erilaisten koulutusohjelmien ja -sisältöjen sekä tutkimussuuntausten merkitystä sille, millaista tietoa yliopisto tarjoaa. Kuten muutamista aineistonani olleista kirjoitelmista sain lukea, esimerkiksi sukupuolentutkimuksen opinnot olivat saaneet vastaajat pohtimaan omaa olemassaolonsa oikeutusta sekä tapaa, miten muut ja miten hän itse määrittelee itsensä. On siis huolehdittava siitä, että yliopistossa tehdään kriittistä tarkastelua sen toimintamallien suhteen. Esimerkiksi feministinen yliopistopedagogiikka voi toimia tällaisena keinona.

Itsellä heräsi tätä tutkimusta tehdessä kiinnostus myös siihen, miten lihavuus koetaan ikäpolvittain. Onko suhteemme lihavuuteen muuttunut, jos verrataan 1980- ja 1990-luvulla syntyneitä 2000-luvulla syntyneisiin? Milleniaalina muistan ikuisesti, miten nuoruudessani joka päiväistä ja annettua fatsheimaus oli. Kaikki tiesivät sanonnan *nothing tastes like skinny feels* ja kuinka naisjulkisten ruumiinkuvat olivat päivittäin otsikoissa poikkeuksetta kauhistelujen kohteina. Onko tämän päivän nuorilla erilainen suhtautuminen lihavuuteen vai onko se vain esimerkiksi piilossa itsestä huolehtimisen ja elämäntapamuutosten diskurssien alla? Toinen kiinnostava tapa tutkia lihavuutta ja sen kokemuksia olisi maantieteellisesti. Koetaanko lihavuus samalla lailla pohjoisessa kuin Etelä-Suomessa tai onko sillä väliä, asuuko maaseudulla tai kaupungissa? Erityisesti luokkaan ja sosiaaliseen pääomaan liittyvät tunteet, käyttäytyminen ja kokemukset avaisivat uudenlaista kriittistä lihavuustutkimusta Suomessa. Pohjois-Amerikan ja Iso-Britannian kulttuurista käsin tällaista tutkimusta on tehty runsaastikin.

Lähteet

- Ahmed, S. 2018. Tunteiden kulttuuripolitiikka. Suom. E. Halttunen-Riikonen. Tampere: niin & näin.
- van Amsterdam, N. 2012. Big fat inequalities, thin privilege: An intersectional perspective on “body size”. *European Journal of Women’s Studies*, 20(2), 155–169.
<https://doi.org/10.1177%2F1350506812456461>
- Antikainen, A., Rinne, R. & Koski, L. 2021. *Kasvatussosiologia*. (6. uud. p 2021.). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Backman, J. 2018. Ääreellisyyden kohtaaminen: kokemuksen filosofista käsitehistoriaa. Teoksessa J. Toikkanen & I.A. Virtanen (toim.) *Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö*. Rovaniemi: Lapland University Press. 25–40.
- Bold, C. 2012. *Using narrative in research*. Sage.
- Bordo, S. 1993. *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. University of California Press.
- Clarke, V., & Braun, V. 2013. Teaching thematic analysis: Overcoming challenges and developing strategies for effective learning. *The psychologist*, 26(2), 120–123.
- Cooper, C. 2010. Fat Studies: Mapping the Field. *Sociology compass*, 4(12), 1020–1034.
<https://doi.org/10.1111/j.1751-9020.2010.00336.x>
- Crenshaw, K. 1989. Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *University of Chicago Legal Forum*, Vol. 1989, Iss.1. Luettu 3.12.2021
<https://chicagounbound.uchicago.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1052&context=uclf>
- Eskola, J., & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino.
- Levinson, C. A., Williams, B. M., & Christian, C. 2020. What are the emotions underlying feeling fat and fear of weight gain?. *Journal of Affective Disorders*, 277, 146–152.
- Liljander, J.-P. 2012. Pierre Bourdieu Koulutus, symbolinen väkivalta ja yhteiskunnan eriarvoisuus. Teoksessa T. Aittola (toim.) *Kasvatussosiologian suunnannäyttäjiä*. Helsinki: Gaudeamus. 138–160.
- Liljeström, M. 2004. Feministinen metodologia - mitä se on. Teoksessa M. Liljeström (toim.) *Feministinen tietäminen*. Tampere: Vastapaino. 9–21.

- Harjunen, H. 2003. Hyväksyttävän naisruumiin konstruoiminen suomalaisessa koulussa. Teoksessa V. Sunnari, J. Kangasvuori, M. Heikkinen & N. Kuorikoski (toim.) *Leimattuna, kontrolloituna, normitettuna – Seksualisoitunut ja sukupuolistunut väkivalta kasvatuksessa ja koulutuksessa*. Oulun yliopistopaino. 70–83.
- Harjunen, H. 2004. Lihavuus, stigma ja sukupuoli. Teoksessa E. Jokinen, M. Kaskisaari & M. Husso (toim.) *Ruumis töihin! Käsite ja käytäntö*. Tampere: Vastapaino. 243–262.
- Harjunen, H. 2007. Lihavuus välitilana. Teoksessa K. Kyrölä & H. Harjunen (toim.) *Koolla on väliä! - lihavuus, ruumisnormit ja sukupuoli*. Helsinki: Like. 205–227.
- Harjunen, H. 2009. *Women and fat: Approaches to the social study of fatness*. University of Jyväskylä.
- Harjunen, H. 2013. Sairaats ja päättömät. *Kulttuurintutkimus* 30/2. 14–44
- Harjunen, H. 2016. *Neoliberal Bodies and the Gendered Fat Body*. Taylor & Francis.
- Harjunen, H. & Kyrölä, K. 2007. Johdanto. Lihavuustutkimusta toisin. Teoksessa K. Kyrölä & H. Harjunen (toim.) *Koolla on väliä! - lihavuus, ruumisnormit ja sukupuoli*. Helsinki: Like. 9–46.
- Hartley, C. 2001. Letting Ourselves Go. Making room for the fat body in feminist scholarship. Teoksessa J. E. Braziel & K. LeBesco (toim.) *Bodies Out of Bounds: Fatness and Transgression*. 60–73.
- Heikkinen, H. L. T. 2001. Toimintatutkimus, tarinat ja opettajaksi tulemisen taito: Narratiivisen identiteettityön kehittäminen opettajankoulutuksessa toimintatutkimuksen avulla. Jyväskylän yliopisto.
- Heikkinen, H. L. T. 2018. Kerronnallinen tutkimus. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin (5., uudistettu ja täydennetty painos)*. PS-kustannus. E-kirja.
- Husa, S. 2012. Michel Foucault Tieto, valta ja kasvatust. Teoksessa T. Aittola (toim.) *Kasvatustsosiologian suunnannäyttäjät*. Helsinki: Gaudeamus. 261–287.
- Hyvärinen, S. 2016. Monta polkua johtajuuteen: Naisjohtajien urakertomuksia. Lapin yliopisto.
- Hänninen, V. 1999. *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampereen yliopisto.
- Hänninen, S., Kaukua, J. & Sarlio-Lähteenkorva S. 2006. Vaikeasti lihavat selittävät lihavuuttaan eniten elämäntavoilla. *Läketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 122(13). 1625–30. Luettu 4.9.2023 <https://www.duodecimlehti.fi/duo95843>

- Jokinen, E., Kaskisaari, M. & Husso, M. 2004. Ruumiin taju. Rakenteet, kokemukset, subjekti. Teoksessa E. Jokinen, M. Kaskisaari & M. Husso (toim.) Ruumis töihin! Käsité ja käytäntö. Tampere: Vastapaino. 7–14.
- Kaasila, R. 2008. Eri lähestymistapojen integroiminen narratiivisessa analyysissä. Teoksessa R. Kaasila, R. Rajala & K.E.Nurmi (toim.) Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Lapin yliopistokustannus: Tila [jakaja]. 41–67.
- Karkulehto, S., Saresma, T., Harjunen, H. & Kantola, J. 2012. Intersektionaalisuus metodologiana ja performatiivisen intersektionaalisuuden haaste. *Naistutkimus* 4/2012. 17–28.
- Kinnunen, T. 2008. Lihaan leikattu kauneus: kosmeettisen kirurgian ruumiillistuneet merkitykset. Gaudeamus Helsinki University Press.
- Krems, J. A., & Neuberg, S. L. 2021. Updating Long-Held Assumptions About Fat Stigma: For Women, Body Shape Plays a Critical Role. *Social Psychological and Personality Science*. 13(1), 70–82.
<https://doi.org/10.1177/1948550621991381>
- Kukkonen, I., Pajunen, T., Sarpila, O. & Åberg, E. 2019. Ulkonäköyhteiskunta: Ulkoinen olemus pääomana 2000-luvun Suomessa. Helsinki: Into.
- Kukkonen, I., Pajunen, T., Sarpila, O. & Åberg, E. 2023. Is beauty-based inequality gendered? A systematic review of gender differences in socioeconomic outcomes of physical attractiveness in labor markets. *European Societies*. <https://doi.org/10.1080/14616696.2023.2210202>
- Kyrölä, K. 2007. Valtaisat muodonmuutokset. Teoksessa K. Kyrölä & H. Harjunen (toim.) Koolla on väliä! - lihavuus, ruumisnormit ja sukupuoli. Helsinki: Like. 161–197.
- Kyrölä, K. 2010. The weight of images: Affective engagements with fat corporeality in the media. University of Turku: distribution: Turku University Library.
- Körkkö, H. 2021. Luokasta toiseen. *Helsingin Sanomat* 9.9.2021. Luettu 3.9.2022
<https://www.hs.fi/hyvinvointi/art-2000008104839.html>
- Kähkönen, L. 2018. Kehollinen kokemus, muutos ja sukupuolen moninaisuus. Teoksessa J. Toikkanen & I.A. Virtanen (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsité ja käyttö. Rovaniemi: Lapland University Press. 130–148.
- Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II – näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-Kustannus. E-kirja.

Lappalainen, S. 2012. Beverley Skeggs Sukupuolen ja yhteiskuntaluokan piilotetut agendat. Teoksessa T. Aittola (toim.) Kasvatussosiologian suunnannäyttäjiä. Helsinki: Gaudeamus. 288–306.

LeBesco, K. & Braziel, J.E. 2001. Editors' Introduction. Teoksessa J. E. Braziel & K. LeBesco (toim.) Bodies Out of Bounds: Fatness and Transgression. 1–15.

Maurer, D. & Sobal, J. 1999. Preface. Teoksessa J. Sobal & D. Maurer (toim.) Interpreting Weight. The Social Management of Fatness and Thinness. (1st ed.). <https://doi.org/10.4324/9780203788264>

Mikkilä, V., Lahti-Koski, M., Pietinen, P., Virtanen, S. & Rimpelä, M. 2002. Nuorten lihavuuteen ja koettuun painoon liittyvät tekijät. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 118(9). 921–929. Luettu 5.9.2023 <https://www.duodecimlehti.fi/duo92932>

Mikkonen, S. & Korhonen, V. 2018. Työläistaustaiset yliopisto-opiskelijat ja koulutusmahdollisuuksien tasa-arvo. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:4. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Luettu 4.12.2021 <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160472/okm04.pdf>

Murray, S. 2008. The “fat” female body. Palgrave Macmillan, London.

Molander, L., & Souto, A. 2022. Vain valkoisille, nuorille, hyvinvoiville naisille?: Korkeakouluopiskelijan ideaalityyppi korkeakoulujen hakuoppaiden kuvissa. Aikuiskasvatus, 42(2), 104–118. <https://doi.org/10.33336/aik.120033>

Mustajoki, P. 2015. Ruokaympäristön muutos selittää pääosan väestöjen lihomisesta. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 131(15), 1345–52. Luettu 3.9.2023 <https://www.duodecimlehti.fi/duo12373>

Mustajoki, P. 2022. Lihavuus on yhteiskunnan sairaus. Yhteiskuntapolitiikka. 87: 3. Luettu 3.9.2023 <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022060844555>

Mäki, P., Levälahti, E., Lehtinen-Jacks, S. & Laatikainen, T. 2023. Overweight and Obesity in Finnish Children by Parents' Socioeconomic Position—A Registry-Based Study. International Journal of Public Health. Vol 68. <https://doi.org/10.3389/ijph.2023.1605901>

Omaheimo, R. 2023. Lihava ihminen pakotetaan vaateostoksille nettiin. Kolumni. Eeva-lehti. 24.4.2023. Luettu 5.9.2023 <https://www.eeva.fi/jutut/raisa-omaheimo-kolumni-lihava-ihminen-pakotetaan-vaateostoksille-nettiin>

Orbach, S. 1988. Fat is a feminist issue: How to lose weight permanently - without dieting. Arrow.

Orbach, S. 2018. Hunger Strike: The Anorectic's struggle as a metaphor for our age (First edition.). Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780429475665>

- Paasonen, S. 2010. Sukupuoli ja representaatio. Teoksessa T. Saesma, L.-M. Rossi & T. Juvonen (toim.) Käsikirja sukupuoleen. Tampere: Vastapaino. 39–49.
- Pajala, O. "Mielessä hämmötti punainen mekko". Vaate, sukupuoli ja laihduttaminen Painonvartijat-yrityksen "menestystarinoissa". Teoksessa K. Kyrölä & H. Harjunen (toim.) Koolla on väliä! - lihavuus, ruumisnormit ja sukupuoli. Helsinki: Like. 83–106.
- Palin, T. 2004. Ruumis. Teoksessa A. Koivunen & M. Liljeström (toim.) Avainsanat. 10 askelta feministiseen tutkimukseen. 2. painos. Tampere: Vastapaino. 225–244.
- Polkinghorne, D. 1988. Narrative knowing and the human sciences. State University of New York Press.
- Riessman, C. K. 2008. Narrative methods for the human sciences. SAGE Publications.
- Rinne, J., Kajander, A., & Haanpää, R. 202). Johdanto: Affektit ja tunteet kulttuurien tutkimuksessa. Teoksessa J. Rinne, A. Kajander, R. Haanpää & J. Frykman (toim.) Affektit ja tunteet kulttuurien tutkimuksessa. Suomen kansatieteilijöiden yhdistys Ethnos ry. 5–30.
<https://doi.org/10.31885/978952685096>
- Robinson, B. E., & Bacon, J. G. 1996. The "If only I were thin..." Treatment Program: Decreasing the stigmatizing effects of fatness. *Professional Psychology: Research and Practice*, 27(2), 175.
- Ronkainen, S. 1999. Ajan ja paikan merkitsemät: Subjektiviteetti, tieto ja toimijuus. Gaudeamus.
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2013. Tutkimuksen voimasanat. Sanoma Pro.
- Rossi, L.-M. 2010. Sukupuoli ja seksuaalisuus, eroista eroihin. Teoksessa T. Saesma, L.-M. Rossi & T. Juvonen (toim.) Käsikirja sukupuoleen. Tampere: Vastapaino. 21–38.
- Roth, D., & Armstrong, J. 1993. Feelings of fatness questionnaire: A measure of the cross-situational variability of body experience. *International journal of eating disorders*, 14(3), 349–358.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Sosiaalinen konstruktionismi. Kvali-MOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Luettu 15.9.2023
https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L5_6.html
- Sarlio-Lähteenkorva, S., Silventoinen, K. & Lahelma, E. 2004. Relative Weight and Income at Different Levels of Socioeconomic Status. *American journal of public health* (1971), 94(3), 468–472.
<https://doi.org/10.2105/AJPH.94.3.468>

Sedgwick, E. K. 1990. *Epistemology of the closet*. University of California Press.

Skeggs, B. 2014. *Elävä luokka*. Suom. L. Lahikainen & M. Jaakonen (jälkisanat Anu-Hanna Anttila). Tampere: Vastapaino.

Skeggs, B. 2004. *Class, self, culture*. Lontoo: Routledge.

Skeggs, B. 1997. *Formations of class and gender: Becoming respectable*. Lontoo: Sage.

Sokkar Harker, Y. 2015. *Fat rights and fat discrimination: An annotated bibliography*. City University of New York (CUNY) CUNY Academic Works.

Striegel-Moore, R., McAvay, G., & Rodin, J. 1986. Psychological and behavioral correlates of feeling fat in women. *International Journal of Eating Disorders*, 5(5), 935-947.

Strings, S. & Bacon, L. 2020. *The Racist Roots of Fighting Obesity*. *Scientific American*.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 2/2023. Luettu 22.9.2023 https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Turner, B. S. 1992. *Regulating bodies: Essays in medical sociology*. Routledge.

Tökkäri, V. 2018. Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa J. Toikkanen & I.A. Virtanen (toim.) *Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö*. Rovaniemi: Lapland University Press. 64–84.

Windram-Geddes, M. 2013. Fearing fatness and feeling fat: Encountering affective spaces of physical activity. *Emotion, space and Society*, 9, 42-49. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2013.06.006>

Äärelä, T. 2011. "Aika paljollon vaikuttaa minkälainen ilme opettajalla on naamalla": Nuoret vangit kertovat peruskouluajoistaan. Lapland University Press.

Liitteet

Liite 1 Kirjoitelmapyyntö

Kirjoitelmapyyntö pro gradu -tutkielmaa varten

Hei!

Olen aikuiskasvatustieteen maisteriopiskelija Lapin yliopistossa ja teen pro graduani kokemuksista lihavuudesta suomalaisissa yliopistoissa. Kerään aineistokseni kirjoituksia siitä, minkälaista on olla lihava henkilö yliopistossa. Tutkimukseeni voit osallistua, jos opiskelet parhaillaan tai olet aiemmin opiskellut tai työskentelet tai olet aiemmin työskennellyt suomalaisessa yliopistossa ja koet itsesi lihavaksi henkilöksi. Tärkeintä on, että sinulla on lihavana henkilönä kokemusta yliopistosta tilana ja ympäristönä.

Koetko itsesi lihavaksi henkilöksi? Oletko saanut kokoosi liittyviä kommentteja esimerkiksi YTHS:ssa tai työterveyshuollossa? Jännitkö, mahdutko istumaan tuoleihin? Miltä tuntuu esimerkiksi osallistua luennoille tai opiskelijatapahtumiin? Osallistua kokouksiin tai henkilökunnalle suunnattuihin vapaamuotoisiin tilaisuuksiin? Kävellä yliopiston käytävillä tai ruokaloissa? Kommentoivatko opiskelijat tai yliopiston henkilökunta painoasi tai kokoasi?

Voit kirjoittaa omia ajatuksiasi, muistoja, tilanteita, tuntemuksiasi ja esimerkkejä. Toivon, että kerrot ikäsi ja sukupuolesi sekä mielellään myös yliopistosi. Kirjoitelman tyyli ja pituus on vapaa. Kirjoitelman voi jättää täysin anonyymisti osoitteessa <linkki> tai lähettää suoraan sähköpostiini jjoutsij@ulapland.fi 28.2.2022 mennessä. Jätäthän myös yhteystietosi, jos voin olla sinuun yhteydessä mahdollista haastattelua varten. Kaikki kirjoitelmat ovat arvokkaita ja tärkeitä!

Käsittelen kirjoitelmia luottamuksellisesti ja hyvän tieteellisen tavan mukaisesti tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaisesti. Kaikki kirjoitelmat säilytetään niin, että vain minä näen niiden sisällön. Yksittäisiä henkilöitä ei voida tunnistaa ja kirjoittajien anonymiteetti taataan muuttamalla niissä olevat tunnistamista helpottavat tiedot. Mikäli haluat tarkempia tietoja tutkimuksesta, voit ottaa minuun yhteyttä sähköpostilla. Työni ohjaaja on professori Kirsti Lempiäinen Lapin yliopistosta. Voin mahdollisesti käyttää kirjoitelmia ja haastatteluja myös osana jatko-opintojeni aineistoa.

Etukäteen kiittäen, Jatta Sammalkangas

Aikuiskasvatustieteen maisteriopiskelija, Lapin yliopisto, jjoutsij@ulapland.fi