



## Moninaistuvat (itse)kontrollin käytännöt ja postfeministinen lupaus naisten emansipaatiosta liikunta-alan työssä

Elämme ajassa, jossa korostetaan hyvinvointia. Liikunta- ja hyvinvointipalvelut, kuten personal training ja ryhmäliikunnan eri muodot, ovat merkittävä osa nykyaikaista kulutusyhteiskuntaa. Suurten kuntokeskusten työntekijöiden ohella alalla toimii entistä enemmän yksityisyrittäjiä, joiden työhön liittyy monia erityispiirteitä. Tämän artikkelin fokus on liikunta-alan työntekijyyden kuvauksissa ja pyrkimyksessä valottaa naisten liikunta-ammattilaisuuteen linkittyviä merkityksiä uusliberalistisen eetoksen värittämässä työelämässä. Tarkastelu nojaa aikakauslehtiaineistoon.

Selvitän, millaisina liikunta-alalla työskentelevän naisen työruumis ja menestymisen ehdot näyttäytyvät *Fit*-kuntoilulehden kuvissa ja teksteissä. Etsin vastauksia seuraaviin kysymyksiin: Miten sukupuoli järjestää työntekijyyden esityksiä? Mitkä ovat työntekijälle tavoiteltavia ominaisuuksia? Millaisia uskomuksia työntekijyyteen liitetään ja mistä asioista toisaalta vaietaan? Valitsen aineistokseni *Fit*-lehden, koska se on näkyvästi mukana populaarissa keskustelussa kuntosaliliikunnan vallitsevista trendeistä ja tulevaisuuden näkymistä. Lisäksi naisten liikunta-alan työntekijyyttä näkyville tuovat juttutyypit ovat lisääntyneet lehdessä viime vuosina.<sup>1</sup>

Analysoin aineistoani suhteessa liikunnan yksityiseen sektoriin, jossa kuntosali- ja ryhmäliikuntakulttuuri rakentuu voittoa

tavoittelevien, yrittäjyyteen perustuvien organisaatioiden varaan. Tällä sektorilla liikunta-alan työn kehitys niveltyy Suomessa 1980-luvulta alkaneeseen palvelutalouden sektorin kasvuun. Käsittelyni ulkopuolelle jää muilla sektoreilla tapahtuva liikunta-alan ammattilaisuus (esim. valmentajuus urheilu- ja liikuntaseuroissa tai liikunnanohjaajuus kuntien tarjoamissa liikuntapalveluissa), jota luonnehtivat pitemmät historialliset perinteet sekä toisenlaiset työskentelyperiaatteet esimerkiksi erilaisen rahoitus-pohjan vuoksi.

Ryhmäliikuntaohjaajien ja personal trainerien ammattikunta on Suomessa suhteellisen nuori ilmiö. Suomessa ryhmäliikunnanohjaajia on koulutettu vuodesta 1989<sup>2</sup> ja personal trainer-koulutukset lanseerattiin vuonna 1997<sup>3</sup>. Näiden kuntosaliliikuntaan liittyvien työntekijöyksien historian kokoaminen yksiin kansiin on Suomessa vielä tekemättä, mikä tarkoittaa käytännössä usein sitä, että liikunta-ammattilaisuuteen kouluttautuminen ja alan käytäntöihin sosiaalistuminen näyttäytyvät yksilöille historiattoman kontekstin kautta. Esimerkiksi alan kirjaviin palkkaus- ja ansaintamalleihin suostutaan herkemmin, sillä liikunta-ammattilaisten työtä nykyisyydessä raamittavat, historiallisista jatkumoista kehkeytyvät ajattelukehykset ja valtakamppailut jäävät tiedostamatta, eikä niiden konkreettisia vaikutuksia arjen työhön havaita.

Kiinnostusta yksityisellä sektorilla toimivien liikunta-ammattilaisten työntekijöyksien tutkimukseen on herännyt viime vuosina. Liikuntatieteellinen Seura toteutti keväällä 2019 selvityksen, jossa arvioitiin personal training -palveluiden volyyymia ja luonnoteltiin tapoja tutkia alan toiminnan luonnetta. Päälähteinä olivat Patentti- ja rekisterihallituksen yritysrekisteritiedot, liikuntayritysten verkkosivut sekä kyselyt.<sup>4</sup> Tutkija ja filosofi Jaana Parviainen on puolestaan analysoinut ryhmäliikunnanohjaamista emotionaalis-esteettisenä palvelutyönä yksityisissä suomalaisissa liikuntakeskuksissa. Tutkiessaan sitä, miten liikunnanohjaajat käyttävät kehoaan työvälineenä, hän hyödyntää aineistonaan liikunnanohjaajien ja liikuntayrittäjien teemahaastatteluita sekä osallistuvaa havainnointia.<sup>5</sup>

Osoitan tässä artikkelissa, että myös aikakauslehdet tarjoavat varteenotettavan aineiston liikunta-alan ammattilaisten työnteokijyyksien tutkimukseen. Tutkimusaineistona aikakauslehtiä on usein vieroksuttu tyhjämpäväisenä hömppänä tai sanomalehtien uutismateriaaleihin verrattuna sisällöllisesti köyhinä. Siitä huolimatta, että työelämän ilmiöt eivät välity lehtien sivuilta dokumentaarisen tarkasti, vaan ovat kunkin lehden arvojen ja tavoitteiden suuntaisesti muokattuja, aikakauslehdet ovat rikas kulttuuristen esitysten kokoelma. Erityisesti naistenlehdet voivat tarjota pääsyn sellaisiin naisten elämää koskeviin merkityksiin, jotka eivät aukene valtakulttuurin arvoja noudattavien lähteiden kautta.<sup>6</sup> Käytän postfeminismiä käsitteellisenä työkaluna, jonka käyttökelpoisuus populaarimedioiden analyysissä perustuu käsitteen avaamiin mahdollisuuksiin tulkita aineistojen sisällöllisiä ristiriitaisuuksia.<sup>7</sup>

Aloitan tarkasteluni esittelemällä ensin postfeminismin teoreettista pohjaa sekä postfeminismin yhteyksiä työelämän uusliberalistisiin puitteisiin. Jatkan erittelemällä *Fit*-lehdessä muodostuvaa toistuvaa kerrontarakennetta, jossa liikunta-alan työ saa merkityksen naisten emansipaation areenana. Sen jälkeen kuvailen kolme aineistoni keskeistä teemaa, jotka problematisoivat emansipaation retoriikkaa. Lopuksi analyysin tulokset omiin liikunta-alan työkokemuksiini suhteuttaen totean, että naisten liikunta-ammattilaisuuden esitystä hallitsevat tietyt puhettavat ja työruumiin esillepanot, jotka tuottavat vaikeasti havaittavia alistuksen ja kontrollin muotoja.

### Monitahoinen postfeminismi ja työelämän uusliberalisoituneet järjestykset

Tähän mennessä monet tutkijat ovat havainneet postfeministisen näkökulman hyödyllisyyden organisaatiotutkimuksen<sup>8</sup> ja yrittäjyystutkimuksen<sup>9</sup> kysymyksenasettelujen kannalta. Postfeminismiä on ehdotettu kriittiseksi työkaluksi myös tutkimuksiin, joissa selvitetään naisurheilijoiden asemaa ja arvostusta liikunta-

kulttuurissa.<sup>10</sup> Tutkimuskentällä ei kuitenkaan ole yksimielisyyttä siitä, miten postfeminismi tulisi määritellä tai miten sitä tulisi soveltaa analyysiin.

Postfeminismin monitahoista luonnetta ilmentää se, että käsitteen käyttötavoista voidaan erottaa ainakin neljä erilaista linjaa.<sup>11</sup> Ensinnäkin postfeminismin avulla voidaan tarkoittaa eräänlaista antifeminismia, jonka mukaan feminismi on nykyajassa tarpeetonta, koska sen ajama tasa-arvo on jo saavutettu. Toiseksi postfeminismin avulla viitataan historialliseen vaiheeseen, joka liittyy feminismin jatkuvaan kehitykseen. Tällöin postfeminismi ymmärretään feminismin sisäisenä kehityskulkuna, joka on tuonut keskusteluun uusia painotuksia populaarikulttuurissakin näkyvällä tavalla. Kolmanneksi postfeminismia voidaan ajatella tiedollisena murroksena tai irtiottona suhteessa valkoisen keskiluokkaisen feminismin perinteeseen, jonka perustahakuiseksi ja kaksinapaiseksi moitittua ajattelua on pyritty purkamaan poststruktuurilisen ja postkolonialistisen teorian avulla. Neljänneksi postfeminismia voidaan lähestyä nykykulttuurin ilmiönä, taipumuksena tai vivahteena, joka on havaittavissa esimerkiksi työelämässä tiettyinä toistuvina ymmärryksinä, puhetapoina, käytäntöinä ja ideoina.

Tässä kirjoituksessa ymmärrän postfeminismin neljännen määritelmän mukaisesti populaarikulttuuriin kytkeytyvänä ilmiönä. Työelämän kontekstissa postfeminismi voidaan tällöin liittää sellaisiin ajattelutapoihin, jotka korostavat naisten aktiivista toimijuutta, yksilöllisiä vapaita valintoja sekä individualismia. Nämä piirteet ovat yhteneväisiä myös uusliberalistiselle eetokselle, joka puhuu yksityistämisen, yrittäjyyden ja talouden rajoitteiden purkamisen puolesta. Ulkomaisia naistenlehtiä tutkiessaan Kati Kauppinen onkin määritellyt postfeministisen työelämäpuheen sukupuolittuneeksi suostutteluksi uusliberalistiseen työjärjestykseen. Tavoitteena on tuottaa yritteliäs subjekti, joka tähtää maksimaaliseen kehitykseen ja rationaaliin strategioihin menestyksen saavuttamiseksi.<sup>12</sup> Markkinatalouden logiikan mukaisesti hyvän työntekijän avuina pidetään sopeutumisvalmiutta, riskinottoa, innovatiivisuutta ja halua kehittää itseä.<sup>13</sup>

Postfeminismin ja uusliberalismin yhteinen sanoma kiinnittyy ennen kaikkea toivoon ja optimismiin. Uskotaan mahdollisuuksien tasa-arvoon eli siihen, että kukin yksilö on vapaa toteuttamaan omia unelmiaan ja määrittelemään itse sen, millaista työuraa tavoittelee. Naisille tämän sanotaan merkitsevän emansipoitumista eli voimaantumista, jota juhlietaan merkinä sukupuolten tasa-arvon toteutumista työelämässä. Riippumattomuuden käänttöpuolena on kuitenkin se, että työntekijän avut hahmottuvat hänen omaisuuksikseen, joiden edistäminen on kunkin omalla vastuulla. Toimintaa ohjaavien yhteiskunnan rakenteiden purkautuessa yksilöt kutsutaan ottamaan vastuuta tulevaisuudesta ja menestyksestään työntekijöinä.<sup>14</sup> Oman onnensa seppä-ajattelun omaksunut liikunta-ammattilainen koulutautuu – usein omakustanteisesti – ja päivittää osaamistaan liikuntatrendien mukaisesti säilyttääkseen kilpailukykyisyytensä. Hän myöskin markkinoi osaamistaan myynnin ideologian mukaisesti koko persoonallaan.

Asiantuntijoiden mukaan uusliberalistisen työelämän vaikutukset ovat miehille ja naisille erilaiset. Esimerkiksi yrittäjyys voi olla naisille pessimistisempi uravaihtoehto, kuin postfeminismi antaa ymmärtää: Yhteiskunnan suojaavat rakenteet eivät sovellu naisyrittäjien tueksi, koska yrittäjän stereotyyppisenä mallina pidetään edelleen keskiluokkaista miestä.<sup>15</sup> Prekaari työ määrittää monien naisvaltaisten alojen arkea täysipäiväisten, pysyviin työsuhteisiin tai säänneltyyn työaikaan perustuvien töiden vähäisyyden sekä pätkätoiden, heikon työsuhdeturvan ja alhaisten palkkojen yleisyyden vuoksi.<sup>16</sup> Varsinkin liikunta-alan työntekijyyteen on liitetty ajatus hauraasta statuksesta, koska siinä yhdistyvät palvelusektorin ja naisvaltaisen alan yhteiskunnallisesti alhainen arvostus.<sup>17</sup>

Niin sanotun McDonaldisaatio-proessin vaikutuksesta kotimaiset ja kansainväliset brändit muokkaavat vahvasti liikunta-ammattilaisten työntekijyyden vaatimuksia.<sup>18</sup> Luovien virtuoosien sijasta kysyntää on valmiiden konseptien mukaan toimiville liukuhihnatyöntekijöille, jotka opettelevat tuotteen tarjoaman ohjelman ja ohjaavat sen asiakkaille brändin määrittelemällä

tavalla. Standardisoinnin lisääntyttä yksittäisen liikunta-alan työntekijän harjaantuneisuus ja symbolinen pääoma ovat menettäneet arvoaan. Enää menestymistekijänä ei toimi ensisijaisesti vahva asiaosaaminen, vaan kyky esittää oma työruumis oikein asiakkaille brändiin sisäänkirjoitettujen vuorosanojen, eleiden ja ilmeiden avulla.<sup>19</sup> Liikuntapalvelun konseptoitu emotionaalisteettinen esittämisen tapa pyrkii luomaan standardisoituja speaktaakkeleita niin, että työntekijän oikein esitetty työruumis tekee liukuhihnpalvelusta asiakkaalle puoleensavetävän ja hämärtää palvelun rationalisoitua ydintä.<sup>20</sup> Tällaisessa elämystuotannossa oman persoonan peliin laittamisen haasteena kuitenkin on, että työ ja työntekijä sulautuvat yhteen.

Edellä kuvatun kaltaisten uusliberalistisen työn piirteiden lisäksi liikunta-alan työntekijyyksiin vaikuttavat kulttuuriset vivahteet, jollaisena myös postfeminismiä voidaan pitää. Kulttuuriteoreetikko Angela McRobbien mukaan postfeminististä eetosta luonnehtii erityinen kaksijakoisuus, jossa samaan aikaan sekä hyväksytään että hylätään feminismin ydinideoita. Syntyy erityinen ideologinen viesti: feministiset käsitteet otetaan käyttöön, mutta ne valjastetaan itsen muokkaamisen käytäntöihin eikä sosiaalisten rakenteiden muuttamiseen, kuten poliittisessa feminismissä.<sup>21</sup> Taipumus näkyy naistenlehdissä siinä, miten ne pyrkivät kaupallistamaan feminististä kieltä markkinoidakseen naisille illuusion henkilökohtaisesta vapautumisesta. Naiselle tarjotaan emansipoiava valinnanvapaus, jota hänen odotetaan käyttävän heteronormatiivisen naiseuden valitsemiseen ja uusliberalistisen työntekijyyden omaksumiseen.<sup>22</sup>

## Aineisto

Aineistoni käsittää 20 artikkelia vuosina 2017–2018 ilmestyneistä *Fit*-lehdistä. Tämä vuodesta 2009 julkaistu, runsaasti värikuvia sisältävä lehti on yksi Suomen näkyvimpiä kuntoilu- ja lifestyle-lehtiä. Se voidaan määritellä naistenlehdeksi, sillä se puhuttelee lukijoitaan naisina ja sen sisältö koostuu naisia koskeviksi kat-

sotuista aihepiireistä.<sup>23</sup> Keskityn analyysissani henkilökuviin ja haastatteluihin, jotka kertovat liikunnanohjaajina ja personal trainereina toimivien naisten työurasta, työruumiista ja menestekijöistä.<sup>24</sup> Aineistoni käsittää juttuja lehden eri osioista.<sup>25</sup>

Lehti täyttää ne ulkoiset piirteet, jotka ulkomaisessa naistenlehtien tutkimuksessa on nimetty postfeministisiksi tyylikeinoiksi. Keskeistä tyyllissä ovat kirkkaat, energiset värit ja elementtien eräänlainen ”hyperaktiivisuus”, joka symbolisesti pyrkii tarjoamaan nykyajan itsevarmalle naiselle kaiken haluttavissa olevan yhdellä kertaa.<sup>26</sup> *Fit*-lehden visuaalisessa ilmeessä etenkin pirteä pinkki vahvistaa mielikuvia lehden hauskuudesta, nuorekkuudesta sekä naisemansipaatioita juhlivasta asenteesta. Sivuilla risteilee useita eri kokoisia ja värisiä fontteja, joiden seassa näkyy katsetta ohjaavia nuolia sekä kuvakavalkadeja. Kirjava kokonaisuus hyödyntää myös numeroituja listauksia, jotka jakavat lukijalle ohjeita tiivistetyssä, helposti omaksuttavassa muodossa.

Kuluttajalehti-konseptille tyyppilliseen tapaan lehdessä on paljon mainoksia tuotteista ja palveluista, joiden ajatellaan täydentävän oletetun lukijan aktiivista ja nuorekasta elämäntapaa.<sup>27</sup> Liikunta-alan työntekijöistä kertovien juttujen yhteydessä on usein mainoksenomaisia mainintoja heidän blogistaan tai liikuntakonseptin nimestä. *Fit*-lehdessä esiintyminen voi siis merkitä liikunta-ammattilaiselle oman brändin myynnin edistämistä, jolloin on oletettavaa, että imagon kannalta suotuisia sisältöjä pyritään korostamaan. Aineistoni jutut voidaan tulkita kulttuurisina kuvauksina siitä, millaiset merkitykset nähdään sopivina liikunta-ammattilaisen myyvälle imagolle.

Huomionarvoista on, että aineisto sisältää keskenään ristiriitaisia puheenvuoroja, joiden takia naisten liikunta-alan työntekijyys näyttäytyy ristiriitaisena. Esimerkiksi naisyrittäjyyden näkökulmasta aineistosta voitaisiin löytää aikaisempien tutkimusten käsitteellistyksiä seuraten useita naisten omaksumia strategioita. Individualistinen naissukupuolen ylittämisen tyyli, maternaalinen äitiyttä ja yrittäjyyttä yhdistävä tyyli sekä relationaalinen feminiinisinä pidettyjä taitoja vaaliva tyyli esiintyvät kaikki rinnakkain. Aineistossa ilmenee myös naisyrittäjyyden uudeksi toi-

mintatyyliseksi nimetty iloa ja nautintoa korostava elämäntapayrittäisyys, jossa yrittäjä (*fun-preneur*) toimii intohimoisesti omia unelmiaan toteuttaen.<sup>28</sup> Ristiriitaisten piirteiden esiintymistä on tulkittu naistenlehdille tyypillisenä keinona puhutella lukijoita, joiden elämä on ristiriitaista. Samaan aikaan naistenlehti sekä neuvottelee sukupuolisopimuksen ehdoista että vahvistaa sitä.<sup>29</sup>

## Menetelmä

Hyödynnän analyysissäni lähilukemisen menetelmää, joka painottaa tarkkaavaisuutta suhteessa aineiston vivahteisiin ja yksityiskohtiin. Ymmärrän lähilukemisen sensitiivisenä jäsentämistapana, jossa edetään nopeista alleviivauksista ja marginaalihuomautuksista kohti aineiston toistuvien ilmausten, tyypillisyyksien ja ristiriitaisten elementtien tunnistamista. Kun aineistoon paneudutaan useita kertoja huolellisesti läheltä ja tiheästi, tulkinnat elävät prosessin mukana.<sup>30</sup>

Tavoitteeni on tehdä päätelmiä siitä, miten *Fit*-lehden kuvat ja erilaiset tekstit rakentavat kertomusta liikunta-alan ammattilaisuudesta. Lähtökohtana on käsitys, jonka mukaan aikakauslehdistö ”kehystää todellisuudesta valikoidun alueen ja esittää sen omilla kerrontatavoillaan” luoden myyttejä ja kamppailuja siitä, millaisia merkityksiä sukupuoleen liitetään.<sup>31</sup> Lehden henkilövalokuvat pyrkivät esimerkiksi esittämään, miltä lehden viite-ryhmä näyttää tai ei näytä. Tekstit taas ehdottavat nimeämisten ja erilaisten puhuttelujen kautta, kuinka asioihin ja ihmisiin tulisi suhtautua. Uskon, että näiden neuvottelujen näkyväksi tekeminen tutkimuksellisin keinoin lisää ymmärrystä nykytyöelämän sukupuolittuneista järjestyksistä mutta auttaa myös hahmottamaan työntekijyyden esitysten jännitteistä ja jatkuvasti muuttuvaa luonnetta. Kuljetan analyysini mukana sitaatteja ja kuvia osoittaakseni aineiston moniäänisen neuvottelukehyksen.

Kiinnitän tulkintani yhtäältä *Fit*-lehden sisältöihin ja toisaalta teoreettiseen näkökulmaani. Postfeminismi toimii analyysissäni kriittisenä työkaluna, jonka avulla tartun aineiston ristiriitaisiin



sisältöihin. Myös omat kokemukseni liikunta-alan työstä kontekstoivat tulkintaani. Olen työskennellyt kuntoliikunnan kentällä seuroissa, kaupallisten salien sekä vapaan sivistystoimen piirissä: ryhmäliikunnanohjaajana vuodesta 2006 ja personal trainerina vuodesta 2012. Työni on perustunut freelancer-pohjaisuuteen, ja yrittäjän arki on tullut laskutus- ja verotuskäytäntöineen tutuksi. Tutkimuksen taustalla on siis paljon oman työruumiin tasolla elettyä kokemuksellisuutta, joka suuntaa havaintojani erityisellä tavalla. Liikunta-alan työn arkisten organisoitumisen tapojen tuntemus auttaa arvioimaan aineiston sisältöjä suhteessa liikunta-alan konkreettiseen työhön.

### Liikunta-alan työ naisen emansipaation areenana

*Fit*-lehden välittämä kuva liikunta-alalla toimivien naisten työstä noudattelee aikaisemmissa tutkimuksissa todennettua linjaa: Vakituksen ansiotyön jättäminen ja yksityisyrittäjäksi ryhtyminen näyttäytyvät naistenlehdissä ilmiönä, jotka kertovat rohkeudesta, elämän omiin käsiin ottamisesta ja unelmien toteutumisesta. Yrittäjyydestä kerrotaan tarina heittäytymisenä, jonka ansiosta nainen vapauttaa itsensä niin henkisesti kuin rakenteellisestikin työelämän oravanpyörästä.<sup>32</sup>

Kuvitus tukee aineistossa esiintyvää naisemansipaation retoriikkaa. Pysähdyn valokuvaan, jossa nainen on hypännyt rantakalliolta ilmaan. Hiukset tuulessa hulmuten nainen levittää käsiään ylös ja ottaa hymy huulillaan katsekontaktia lukijaan. Nainen on aktiivinen eikä mikään näytä pidättelevän häntä. Kehon lennokkuus vasten avointa taivasta pyrkii ilmentämään hänen vapauttaan. Jutussa kerrotaan, että kyseinen nainen vaihtoi ”liian täydellisen elämänsä” ja virastotyönsä uuteen elämäntapaan, jossa joogaohjaajuus ja henkisen hyvinvoinnin valmentajuus ovat keskeistä.<sup>33</sup>

Tätä aineistossani usein esiintyvää ilmaan hyppäävän naisen figuuria on pidetty yhtenä postfeministisesti värittyneen median tunnusmerkkinä.<sup>34</sup> Figuurin positiivinen tunnelataus kutsuu luki-



*Kuva Fit 11/2017, s. 70.*

jaa intiimin haastattelun äärelle. Nainen tilittää keskenmenosta, avioerosta ja uusista elämänarvoistaan. Hän toteaa kuvatekstissä: ”On oma päätös, meneekö omiin ongelmiin vai katseleeko niitä vähän ylempää.” Näin ilmaan hyppääminen merkityksellistyy elämässä eteenpäin menemisen ja henkisen kasvun symbolina. Ydinviesti painottaa uutta alkua: ilman raskaita kokemuksia hän ei olisi tajunnut mennä kohti omannäköistä elämää.

Jutussa muodostuu tarina muutoksesta, joka alkaa levottomuuden sekä ahdistuksen kokemuksista, sisältää siirtymän liikunta-alan työhön ja päätyminen onnelliseen lopputulemaan. Otsikko *Muutoksesta ammatiksi*<sup>35</sup> tiivistää liikunta-alan työntekijyyteen liitetyn kerrontarakenteen. Vaikeiden elämäntilanteiden ajanjaksolla liikunnallisesta elämäntavasta tulee naiselle tärkeä osa koko elämää, mikä johtaa lopulta alanvaihdokseen ja onneen.

Tämä on aineistossa esiintyvä toistuva kerrontarakenne, jossa liikunta-ammattilaiseksi tuleminen vaikutukset naisen elämässä esitetään niin mullistavina, että positiivinen muutos työmotivaatiossa ja mielekkyyden kokemuksissa antaa yksilölle menestystä myös muilla elämäalueilla. Hyvinvointivalmentajaksi opiskellut nainen kertoo uuden ammatin tuomasta hyödystä perhe-elämälle: ”Aiemmin minulla ei ollut mitään annettavaa lapsilteni työpäivän jälkeen. Nykyään olen paljon kivempi ihminen läheisilleni.”<sup>36</sup> Loppuunpalamisen markkinointialalla kokenut nainen kuvailee liikunta-alan yrittäjyyttä mahdollisuudeksi tehdä työtä omien arvojen mukaisesti. ”Minulle työ on elämäntapa ja haluan tehdä asioita, joista itse nautin ja johon sataprosenttisesti uskon”, hän toteaa.<sup>37</sup> Liikunta-alan työ esitetään myös taloudellisesti kannattavana. ”Hetkeäkään en ole katunut, että jätin toimitajan työt. Tunnen, että teen nykyisin palkitsevampaa työtä. [--] Sitä paitsi tienaan nykyisin paremmin”, kertoo yksinhuoltajaksi jäätyään liikunta-alan yrittäjäksi ryhtynyt nainen.<sup>38</sup>

Valinta palkkatyön jättämisestä kuvataan jutuissa dramaattisena kehon tuntumien tasolle ulottuvana muutoksena: ”Päätös [palkkatyössä] lopettamisesta oli vaikea, mutta heti kun asia oli sanottu ääneen, olin helpottunut. Sain taas hengitettyä.”<sup>39</sup> Palkkatyöstä irtisanoutuminen kytketään vahvasti naisten käymään sisäiseen arvopohdintaan ja henkiseen kasvuun. Nainen kertoo: ”Irtisanoutuminen toi yhtäkkisen vapauden ja antoi aikaa miettiä, mikä elämässä on tärkeää.” Jutussa nimetään ero vanhan ravintola-alan työminän ja uuden liikunta-ammattilaisuuden välille otsikon avustuksella: *Peippo 2.0* viittaa siihen, miten ”viisi vuotta bisseä ja röökiä vetänyt” nainen työstää niin fyysisesti kuin henkisesti itsestään liikunta-alalle siirtyessään parannellun

uuden version, jossa uutta on oman kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin vaaliminen elämän keskeisenä arvona.<sup>40</sup>

Jutuissa yrittäjähenkisestä työstä maalautuu varsin ruusuinen kuva positiivisen kerrontarakenteen myötä. Muutamia työntekijöitä liikuntayritykseensä työllistävä nainen toteaa: ”Oman yrityksen perustaminen ei pelottanut ja konsepti oli pian kasassa. [...] Joka viikko onkin saatu lisättyä asiakkaita.” Vanhojen verkostojen avulla hän sanoo saaneensa nopeasti asiakkaita ja yhteistyökumppaneita, jotka ovat taanneet voitollisen liiketoiminnan ja mahdollisuuden suunnitella yrityksen laajentamista.<sup>41</sup> Personal trainer -työn yhteydessä ei puhuta kaupallisten salien hiostavista myynnin seurantajärjestelmistä, omatoimisen asiakashankinnan uuvuttavasta ja aikaa vievästä puolesta tai ilta-aikaan painottuvien töiden vaikutuksista sosiaaliseen elämään. Sen sijaan muutamissa keskustelussa vilahtavat maininnat haasteista, jotka liittyvät töiden riittävyteen<sup>42</sup>, kirjanpito-taitoihin<sup>43</sup>, kehon palautumiseen<sup>44</sup>, vapaapäivistä kiinnipitämiseen<sup>45</sup> ja itsetunnon säilymiseen ulkonäköorientoituneella alalla<sup>46</sup>.

*Fit*-lehden hallitseva sanoma kuuluu: Liikunta-ammattilaisuus on naisen elämän ja työn emansipaation arena. Pääpaino on liikunta-alan työntekijyyden onnistumisissa ja kannustavissa tarinoissa. Johtopäätökseni *Fit*-lehden linjasta onkin yhteneväinen niiden huomioiden kanssa, jotka korostavat, että postfeministinen retoriikka maalaa naisten yrittäjämäiseen työhön liittyvillä menestystarinoilla arkielämän yrittäjäkokemuksille vieraan ja vastakohtaisen kuvan.<sup>47</sup> Vaikka hyvinvointiala naistyypillisenä alueena sisältää erilaisia työn epävarmuuteen, matalapalkkaisuuteen ja henkiseen kuormittavuuteen liittyviä piirteitä, pyritään palvelualan työntekijyys näyttämään kiehtovana uravaihtoehtona naisille.

Seuraavaksi siirryn tarkastelemaan, mitä muita merkityksiä postfeministinen näkökulma avaa aineistooni. Väitän, että liikuntatyön emansipaatiota korostava retoriikka ei ole niin yksiselitteistä kuin se ensikatsomalta näyttää. Nostan tarkasteluun kolme aineistoni keskeistä teemaa, joiden pohjalta liikunta-alan ammattilaisena toimivien naisten työntekijyys on mahdollista

hahmottaa toisessa valossa. Näitä teemoja ovat: 1) Työruumis omaisuutena ja resurssina, 2) Siirtymä työruumiin objektivoinnista subjektivointiin ja 3) Psykkisen itsesäätelyn korostuminen.

### Työruumis omaisuutena ja resurssina

Pohtiessaan työn ruumiillisia merkityksiä jälkikapitalistisessa taloudessa Jaana Parviainen puhuu ”ammattillisesta kehonrakennuksesta”, jota pätevältä näyttävän työminän rakentaminen vaatii. Uskottava ammatillinen kompetenssi luodaan tietyillä asenoilla, eleillä, katseilla, hymyillä sekä niillä tavoilla, joilla tila otetaan haltuun. Kyse on varsin kokonaisvaltaisesta ammatti-identiteetin ja työminän rakentamisesta, ei vain esiintymistaidosta.<sup>48</sup> *Fit*-lehdessä ammatillinen kehonrakennus tulee esille liikunta-ammattilaisten ruoan, treenin ja palautumisen ympärille tiheytyneinä keskusteluina. Naisten työruumis mieltyy resurssina tai omaisuutena, jota tulee jatkuvasti kehittää ja optimoida. Annetaan ymmärtää, että menestyminen vaatii määrätietoista ruumiin koulintaa.

Yhtenä liikunta-ammattilaisen kehotekniikkana mieltyy mekaniininen suhde ruokaan. ”Autot toimivat bensalla, ihmisen lihakset ja aivot hiilihydraateilla,” toteaa ortoreksiasta toipunut personal trainer.<sup>49</sup> Liikuntaneuvoja käyttää samaa tematiikkaa: ”Säännöllinen ruokarytmi, eli pöperöä koneeseen 3-4 tunnin välein, on minulla selkärangassa.”<sup>50</sup> Terveystiedon opettaja ja valmentaja kuvaa: ”Pidän ruokaa [--] polttoaineena – jos en syö tarpeeksi, en palaudu enkä kehity.”<sup>51</sup> Tanssinopettajan ”ruokafilosofia” jatkaa samoilla linjoilla: ”Haluan syödä terveellisesti, että jaksan tanssia ja opettaa innostavasti.”<sup>52</sup> Näin mekaniininen asenne yhdistyy *Fit*-lehdessä postfeministiseen määrätietoisuuteen ja laskelmoivaan kehitysorientaatioon. Keskeisenä sanomana on, että ruoka mahdollistaa liikunta-alalla toimivan naisen tavoitteellisen treenaamisen ja työssä menestymisen.

Työruumiin ulkonäkökin kohentuu optimoitujen ravintototumusten myötä. Haastatteluisa kehuskellaan usein isoja annos-

kokoja, jotka antavat energiaa hektiseen arkeen, mutta edistävät myös esteettisiä ihanteita. Nainen selittää: ”Syön enemmän kuin koskaan, mutta olen hoikempi ja energisempi kuin ikinä. Aineenvaihduntani hyrrää kuin höyrykone!”<sup>53</sup> Toinen puolestaan kertoo tekemästään virheestä: ”[T]reenasin paljon, mutta söin vähän. Lihakset hävisivät ja peppu katosi.”<sup>54</sup> Tulkitsen, että naiselliseksi määriteltyjen ruumiinmuotojen tavoittelu nähdään naiselle suotavana, koska heteroseksuaalisesti viehättävän kurvikkaan työruumiin oletetaan edesauttavan liikuntauraa. Tietyn ruokavalion seuraaminen esitetään naisen omana valintana, mutta samalla kerronnassa sivuutetuksi jää se, että tavoiteltu ulkonäkö määrittyy aina laajemmista kulttuurillisista rakenteista käsin.

Toisena kehotekniikkana on treeni. Se kerrotaan osaksi liikunta-ammattilaisen elämäntapaa ja työssä kehittymistä. *Fit*-lehden haastatteluissa työn ulkopuolella tapahtuva crossfit- tai fitness-kisoihin tähtäävä harjoittelu mieltyy osaksi ammatillista kehonrakennusta. Vaikka kilpailusuunnitelmista ei olisikaan mainintaa, jutuissa itsen viitataan usein urheilijana. Kolumnisti sanoo: ”Iän ja kokemuksen myötä olen myös järkeistänyt harjoitteluni. [--] Enää ohjaaminen ei häiritse omaa kehitystäni urheilijana.”<sup>55</sup> Pyrkimys itsen optimointiin näyttäytyy harjoittelun strategisena suunnitteluna ja haluna ”kehittyä tehokkaammin”. Naisen mukaan ”on ihana treenata täysillä, paremmin ja järkevämmiin kuin koskaan.”<sup>56</sup>

Liikunnalliselle elämäntavalle annetaan monia perusteita. Joogaohjaaja kiteyttää, miten moninaisin tavoin treeni voi tukea ammatillisia tavoitteita: ”Liikun, koska jaksan silloin arjessa paremmin, se lievittää stressiä, saan hyvän olon ja tunnen itseni vahvemmaksi henkisesti ja fyysisesti. Tavoitteenani on pitää itseni hyvässä kunnossa ja vartaloni kiinteänä.”<sup>57</sup> Lisäksi vapaa-ajan liikunnan sanotaan antavan virikkeitä omien tuntien vetämiseen.<sup>58</sup> Aineiston perusteella liikunta-alan ammattilaisilla ei näytä olevan muita vapaa-ajan harrastuksia liikunnan ohella. Ainakaan niistä ei kerrota. Syntyy kuva liikunta-ammattilaisesta, joka viettää liikunnan parissa niin työ- kuin vapaa-aikansa. Tulokintaa tukee arkielämän havaintoni siitä, että kuntokeskukset

pyrkivät usein sitouttamaan työntekijöitään harjoitteluun omalla salillaan, mikä hämärtää työn ja vapaa-ajan rajaa.

*Fit*-lehti ei pohdiskele, onko liikunta-ammattilaisten aktiivinen toimeliaisuus yksilön vapaa valinta vai työyhteisön arvostuksen tai uusien asiakkaiden hankkimisen toivossa tehty uhraus. Vaikuttaa siltä, että liikunnasta kieltäytymisestä muodostuu tabu, sillä työruumiin viestimä levon tarvekin hoidetaan juttujen mukaan kehonhuoltoharjoitteiden tai muiden lempeiden liikuntamuotojen avulla. Syvävenytykset tehdään ”pikkupakolla” ja niiden laiminlyömisestä tunnetaan syyllisyyttä, kuten *Fit*-lehden kolumnisti asian ilmaisee. Hän luo kehonhuollosta kuvaa ammatillisen kehonrakennuksen tekniikkana, johon tulisi suhtautua keinona mennä treeneissä eteenpäin.<sup>59</sup>

Kolmantena keskeisenä keskustelun aiheena aineistossa on uni. Ammatillisen kehonrakennuksen näkökulmasta unestakin muodostuu eräänlainen suoritus, jolla liikunta-ammattilainen takaa kehittymisensä. Entinen muotialan työntekijä ja nykyinen pilates-ohjaaja kertoo juoneensa ennen ”hurjia määriä kahvia” hoitaakseen väsymystään. Uuden elämäntapansa myötä hän on asettanut tavoitteen: ”Yritän saada homman taas tasapainoon nukkumalla vähintään 9 tuntia yössä.”<sup>60</sup> Liikunta-alan yrittäjä priorisoi samaan tapaan: ”Yöuni on ykkösjuttu, josta tingin pitkän hampain. Mieluummin karsin treenaamisesta tai kavereiden kanssa olemisesta.”<sup>61</sup>

Näissä puhetavoissa voidaan ajatella olevan kyse itsen yrittäjyydestä, jossa ihmisen oletetaan ajattelevan itseään ja ruumistaan pääomana.<sup>62</sup> Pääoman logiikkaan kuuluu voiton maksimoimisen ihanne, jonka saavuttamiseksi yksilön on suostuttava jatkuvaan itsensä kehittämiseen. Naisen työruumis ei siis koskaan ole valmis, eikä ammatilliselle kehonrakennukselle näy päätepestettä. Itsen yrittäjyyteen sopii, että ruoan, treenin, sopivan palautumisen ja unen määrä punnitaan huolella ja perustellaan kehitysohjelmaa, joka näyttää kyseenalaistamattomana arvona. Tämä motivaatio puskee pitämään ruokapäiväkirjaa tai suunnittelemaan elämää treeniohjelmien mukaan. Ihmeteltäväksi jää, missä määrin nainen on emansipaatioretoriikan ehdottama

vapaa toimija, jos hänen on kehitettävä itseään koko ajan ja ulotettava tarkkailu yhä kattavammin eri osa-alueille.

Postfeministisen eetoksen kyllästävässä työelämäpuheessa naisen työruumista kouliva katse ei tule enää ulkoapäin miehiltä, vaan tämä katse on sisäistetty. Syntyy siis naisten keskinäisen tarkkailun järjestelmä, jossa tarkkailu ei tapahdu hierarkkisesti ylhäältä alas vaan pikemminkin vertaisten keskuudessa erilaisina arjen kontrollia tuottavina käytäntöinä. Jatkuva tarkkailua ruokivat muun muassa kuntosalitilan peiliseinät, jotka vahvistavat kokemusta siitä, ettei naisruumis riitä sellaisenaan ilman muokkausta.<sup>63</sup> Hyvinvointialan yrittäjä ja valmentaja kiteyttää, mitä naisten välinen tarkkailukulttuuri merkitsee liikunta-alalla aloittelevan työntekijän kannalta: ”Ala oli aika kova, sillä se oli täynnä toinen toistaan tiukempia daameja. Lisäksi kuulin, kuinka ihmiset arvostelivat salaa toisiaan. Se lisäsi epävarmuuttani ja minäkin vertasin itseäni muihin. Aina löytyi joku, jolla oli isompi haba tai kireämmät vatsalihakset.”<sup>64</sup> Seurauksena on se, että kilpailuasetelma naisten välillä vahvistuu, mahdollisuudet alalla toimivien naisten väliseen solidaarisuuteen vähenevät ja yksilön oma vastuutyössä pärjäämisestä korostuu liittolaisuuksien puuttuessa.

Itsen intensiivinen optimointi ruoan, treenin ja unen avulla näyttäytyy *Fit*-lehdessä liikunta-alan työntekijän menestymisen ehtona. Sisäistetty tarkkailukulttuuri saa työruumista koulivat tekniikat vaikuttamaan autonomisten yksilöiden vapailta, elämäntapaan niveltyviltä valinnoilta ja yksilöllisen identiteetin autenttisilta ilmauksilta, vaikka tosiasiassa itsen yrittäjääkin sitovat kapitalismin rakenteelliset pakot ja uusliberalistisesti värittyneiden työmarkkinoiden sukupuolittuneet puitteet.

### Siirtymä työruumiin objektivoinnista subjektivointiin

Aineiston hallitseva piirre liikunta-alan ammattilaisten työruumiin esityksissä on niiden katsottavaksi settuneisuus.<sup>65</sup> Liikunta-alan työntekijöitä esittelevät valokuvat eivät näytä heitä arkisen työn äärellä esimerkiksi asiakkaiden kanssa salitilassa. Yleensä



naista kuvataan yksin kodinomaisissa puitteissa tai neutraalia taustaa vasten valokuvausstudioissa, joskus myös ulkona luonnonmaisemissa.<sup>66</sup> Etenkin studiokuvissa liikunta-alan työntekijä saa roolin pikemminkin liikuntamuodin esittelijänä kuin alansa osaavana ammattilaisena. Useissa kuvissa naisen trendikäs vaatetus paljastaa hänen vatsalihaksensa.<sup>67</sup> Ongelmallista tässä työn arkista ulottuvuutta karttavassa kuvaustavassa on mielestäni se, että naisen työruumis uusinnetaan arvioivan katseen kohteeksi.

Postfeministisessä kontekstissa nainen ei kuitenkaan ole enää passiivinen ja uhriasemassa, vaan autonominen ja itse valitseva. Esitetään, että nainen itse valitsee asettaa työruumiinsa esille.<sup>68</sup> Naisen ruumis on siis edelleen objektivoitu, mutta koska nainen tekee tämän itse, tulkitaan se postfeministisessä kontekstissa naisen hyväksi itsetunnoksi ja merkiksi voimaantumisen. Kun kansikuvamallilta kysytään, kenen julkkiksen kroppaa hän ihaillee, hän vastaa: ”Beyonce on upean kurvikas, ja hänen itsevarma asenteensa lisää ulkoista kauneutta. Voimauttava nainen ja pursuaa mimmienergiaa!”<sup>69</sup> Populaariin mediakulttuuriin perehtynyt sosiologi Rosalind Gill selventää, että postfeministinen retoriikka korostaa itsevarmuutta seksikkyytenä, jolloin kehon kokoa tärkeämmäksi muodostuu naisen oikea asenne eli itsevarmuus asettua katseen kohteeksi.<sup>70</sup> Lehden sivuilla fitness-poseerauksiin jähmettyneet liikunta-ammattilaiset voidaankin lukea mimmienergialla varustetun naiseuden esikuvallisiksi esityksiksi.

Työruumiin esille asettuneisuus näyttäytyy myös naisen yrittäjämäisen asenteen ilmauksena ja oikeana tietämyksenä siitä, miten itsestä työntekijänä luodaan myönteinen ja inspiroiva brändi. Itsen yrittäjyyteen liittyvä ajatus on, että pääoma ja työruumis ovat yhtä, eikä niitä voida irrottaa toisistaan.<sup>71</sup> Oletetaan siis, että naisen arvo työntekijänä on nähtävissä ikään kuin suoraan hänen työruumiistaan. Tästä syystä liikunta-alan kilpailueetoksen sävyttämässä maastossa nainen haluaa laskelmoivasti asettaa itseään katsottavaksi yhä uudelleen.

Tyypillistä postfeministisille naisyrittäjyyden esityksille on aikaisempien tutkimusten mukaan se, että asiaosaamisen sijasta korostetaan erityisesti kuluttamalla hankitun ulkonäön (vaatetus,

rusketus, meikki, kampaus, manikyyri jne.) merkitystä yrittäjänä menestymisessä ja siitä viestimisessä.<sup>72</sup> *Fit*-lehden kuvaustavat eivät tee tässä poikkeusta, sillä pääsääntöisesti henkilökuvista voidaan lukea esiin lukuisia ehostuskeinoja. Liikunta-alan ammattilaisuutta kuvittaessaan nämä monin tavoin ehostetut työruumiit tuottavat vahvan mielikuvan esteettisen koulimisen keskeisestä roolista osana naisen ammatillista kehonrakennusta.

Pääosassa eivät siis ole naisen liikuntaan liittyvät tekniset suoritustaidot, vaan nimenomaan hänen kykynsä asettaa työruumis esille oikealla tavalla. Kuvassa nainen pitelee kahvakuulaa päänsä päällä, mutta asennosta ei voi lukea hikistä liikuntatilannetta. Siinä on ripaus keimailua: nainen on työntänyt lantiotaan sivulle ja hän kannattelee toista kantapäätänsä irti lattiasta. Pää on nyökätty hiukan alas ja hän katsoo suoraan kameraan sensuelisti hymyillen. Kuvassa olennaista tulkintani mukaan on se, että pidellessä kahvakuulaakin naisen on liikunnanohjaajana näyttävä ensisijaisesti seksikkäältä ja siksi kuvaan on valikoitunut erikoinen, keikistelevä asento, jolla on hyvin vähän tekemistä kahvakuulan optimaalisen käsittelyn kanssa. Työruumis asettuu näyttille ihoa paljastavissa tiukoissa vaatteissa heteronormatiivisen halun mukaisesti seksikkäänä.<sup>73</sup>

Tulkitsen, että liikunta-alla työskentelevän naisen ruumiillinen pääoma muotoutuu tässä kontekstissa ennen kaikkea eroottiseksi pääomaksi. Laajasti mediakulttuuria tutkinut Alison Winch kuvaa postfeminististä eetosta eroottisen pääoman ajatuksen avulla. Hän toteaa että, kun naisen osaaminen kytkeytyy ensisijaisesti siihen, miltä hän näyttää, omasta markkina-arvosta tulee jatkuvan uhan alainen. Uhkan realisoituminen on myös peruuttamaton sikäli, kun kauneus ja seksikkyyys yhdistyvät kulttuurisesti nuoruuteen, jota kenenkään materiaalisuus ei voi loputtomasti olla.<sup>74</sup> Työruumiin materiaallinen muuttuvuus siis asettaa reunaehdot itsen yrittäjän kehitysohjelmalle. Epävarmuus suhteessa siihen, kuinka hyvin työstä suoriutuu tai mitä tulevaisuus tuo tullessaan, on jatkuvasti läsnä. Siksi Winchin ajatusta seuraten voidaan tehdä johtopäätös, että eroottisen pääoman korostuminen lisää liikunta-alalla toimivan naisen työn prekaaria luonnetta.



Sy

**TREEN**  
putkir  
Tulee:  
huvitt  
koska:  
tiineja  
on yhä  
lee kii  
tä ens  
amma  
tunnu

**JOSTA**  
vitteli  
pi tree  
le ja n  
Ositta  
dän, e  
stress  
tasoja  
nataa  
stress  
mitta

**KEHO**  
kehor  
jälkee  
rauha  
toine  
treen  
man l  
keute  
haast  
harjo

Kuva Fit 11/2017, s. 82

Ponnistelu eroottisen pääoman säilyttämiseksi vaatii lisääntyntä ajallista sekä rahallista panostusta, joka jatkuu varsinaisen työajan ulkopuolella ja ajaa tarkkailemaan muiden tekemiä satsauksia. Epävarmuutta lisää se, että erotisoitu työruumis voi myös vähentää kantajansa statusta silloin, kun muut tulkitsevat esityksen liialliseksi tai epäaidoksi feminiinisyydeksi.<sup>75</sup>

Itsenäisiä valintoja korostava postfeministinen retoriikka hallitsee aineistoa myös silloin kun puhe on siitä, mitä kaikkea liikunnanohjaajan työruumiin täytyy jaksaa. Työruumiin yllyttäminen erilaisiin urotekoihin esitetään esimerkiksi nuoruuden intona: ”Parhaimpina vuosina ohjasin jopa parikymmentä jumpaa viikossa. [-] Eihän kaksikymmentä tuntia urheilua viikossa ole missään nimessä järkevä määrä, sillä keho tarvitsee aikaa myös palautumiseen.”<sup>76</sup> Kuvaavasti puhe on ”parhaimmista” vuosisista: Ryhmäliikuntaohjaajan raskas viikko-ohjelma kerrotaan jutussa merkiksi naisen kunnianhimosta ja rakkaudesta työhön, ei seuraukseksi esimerkiksi alan työehtosopimuksen puuttumisesta, matalapalkkaisuudesta tai sijaisten saamisen mahdottomuudesta. Näin postfeminismille tyypilliseen tapaan naisia opetetaan ajattelemaan, että työtuntien kuormittavuus ja vastoin käymisten kohtaaminen kuuluvat työelämään. Kun työstä puhutaan sydämen asiana ja arvokysymyksenä, oletetaan, että nainen on valmis valitsemaan ponnistelun. Kehotetaan siis periksiantamattomuuteen ja itseensä uskomiseen. Viesti liikunta-alan urasta haaveileville lukijoille on: ”Jos me saamme tämän onnistumaan, kuka tahansa saa! [-] Jos omaa unelmaa ei tavoittele, myöhemmin harmittaa.”<sup>77</sup>

## Psyykkisen itsesäätelyn korostuminen

Työruumiin kiihkeän koulimisen lisäksi *Fit*-lehden esityksissä huomiota kiinnitetään erilaisten ajattelutapojen ja uskomusten vaikutuksiin naisen elämässä. Gill pitää tällaista naisen psyykeen alueelle ulottuvaa tarkastelua postfeministiselle eetokselle luonteenomaisena piirteenä, joka tarkoittaa yhä pidemmälle vietyä

itsen tarkkailua. Ei siis riitä, että naisella on myyvä, seksikäs työruumis, vaan se vaatii rinnalleen myös kauniin mielen ja työasenteen.<sup>78</sup>

Positiivinen asenne nousee *Fit*-lehden keskusteluissa esiin usein. Kun kansikuvamallilta kysytään, mistä piirteestä hän pitää itsessään eniten, tämä vastaa: ”Pidän itsessäni sitkeästä ja positiivisesta elämänasenteestani. Se on tuonut minut unelmieni pariin ja siihen kuka tällä hetkellä olen.”<sup>79</sup> Itsen yrittäjyyteen lukeutuva ajatus siitä, että yksilön tulee ottaa vastuu itsestään, perustelee psyykkisen itsesääntelyn keskeisyyttä. Koska työympäristön olosuhteisiin voi olla vaikea vaikuttaa, tärkeintä on oma asenne. Menestymistä janoavan yksilön on tällöin keskityttävä muokkaamaan omia kykyjään ja asenteitaan työelämään paremmin sopiviksi.<sup>80</sup> Ajatus tulee ilmi samaisen kansikuvamallin jatkaessa: ”Olen oppinut, että ihan kaikkeen täällä en voi itse vaikuttaa, mutta siihen voin, miten suhtaudun asioihin. Se on vienyt minua pitkälle.” Kahvakuulaohjaajan väkevä puheenvuoro tiivistää asenteen: ”Luotan itseeni kaikessa, mitä teen. Jos joku sanoo pahasti, se ei mene tunteisiini.”<sup>81</sup>

Näin *Fit*-lehdessä liikunta-alalla toimivien naisten osaamiseen liitetään sisukkuuden, itsevarmuuden ja omiin kykyihin uskominen hyveet. Positiivisuus mieltyy taidoksi, jonka jalostamista suositellaan työelämässä menestymisen taktiikkana. Liikunta-ammattilaisen kuvauksiin ei mahdu kriittisiä puheenvuoroja. Näyttää siis siltä, että työntekijän ei ole mahdollista kyseenalaistaa mitään käytäntöihin liittyvää, vaan mahdollisuudeksi jää ainoastaan muuttaa omaa ajattelua ja suhtautumista asioihin. Positiivisen itsen yrittäjän hahmosta muodostuu kerrontaan normatiivinen liikunta-ammattilaisen malli, joka ylläpitää vallitsevia työjärjestyksiä.

Kampanjointi positiivisen asenteen puolesta sopii yhteen työelämän kehityskulkujen kanssa. On todettu, että suomalainen työntekijäisyys vaatii enenevässä määrin emotionaalisen itsehallinnan taitoa ja tunteiden sääntelyä. Kun palvelutyössä työntekijän olennainen tehtävä on tuottaa palvelun ympärille myynnin kannalta suotuisa tunnelmapiiri, työntekijät keskittyvät psyko-

logisten taitojen harjaannuttamiseen.<sup>82</sup> Tätä taustaa vasten ei ole yllätyksellistä, että myös naistenlehtien kerronnalle on tyypillistä lujittaa tunnesäätelyn ihannetta ja luonnollistaa ajatusta siitä, että henkilökohtaiset keinot motivaation ja stressin hallintaan ovat avain työelämässä menestymiseen.<sup>83</sup>

*Fit*-lehtikin jakaa lukijalle neuvoja siihen, miten jumpata mieltä kohti menestystä. Erikoispsykologi antaa ohjeita liikuntauran lanseeraamiseen: ”Positiivinen ajattelu on itsensä johtamisen paras työkalu. Matkalla unelmien päämäärään täytyy osata nähdä lopputulos mielikuvana. Kun mieli jo kulkee kohti lopputulosta, tavoitteiden asettelu helpottuu.”<sup>84</sup> Uusliberalistinen itsensä johtamisen eetos yhdistyy tällä tavalla postfeministiseen retoriikkaan unelmia kohti menemisestä. *Fit*-lehden oletus näyttää olevan, että monen lukijan haaveena on alanvaihto ja uusi ura liikunta-alalla. Individualistista pyrkimystä kohti omia päämääriä tähdennetään myös puhumalla kuntosaliryttäjän ”pakko pärjätä yksin” -asenteesta, joka kytketään osaksi naisen menestystarinaa. Luottamus omiin kykyihin eli siihen, että ”kaikesta, ihan kaikesta selviää”, esitetään syyksi siihen, että hänen on ollut mahdollista avata kaksi kuntosalia lyhyen ajan sisällä.<sup>85</sup>

Marginaalissa ovat maininnat liikunta-ammattilaisten negatiivisista tunteista. Aineistossa vain elämänmuutosaiheisissa henkilökuissa turhautumisen, epäonnistumisen tai syyllisyyden kaltaiset tunteet tulevat esille, mutta nekin ainoastaan muutoksen käynnistäneinä ratkaisua vaativina ongelmina, joista on jo selvitty. Menneet murheet kontrastoituvat nykyisyyteen, jossa liikunta-alan työ kerrotaan irrallaan negatiivisista tunnekokemuksista. Päätelen, että *Fit*-lehden kontekstissa negatiivisia tunteita ei pidetä ajattelemisen arvoisina, ja niistä pyritään pääsemään nopeasti eteenpäin. Mukavuudenhalu ja viitseliäisyyden puutekin peitotaan oikealla, rationaalisella ja sisukkaalla asenteella, kuten kolumnisti kertoo: ”On väärä luulo, etteikö sohva vetäisi puoleensa myös liikunnan ammattilaista.” Hän kuitenkin sanoo selättäneensä laiskotteluun houkuttelevat tunteensa keskittymällä liikunnan tuomiin positiivisiin vaikutuksiin.<sup>86</sup>

Liikunta-alan työntekijyyden esityksiin liittyy siis vahva super-naiseutta korostava vire, jossa arki työaskareineen sujuu täydellisyttä hipoen. *Fit*-lehden kerronta maalaa kuvan liikunta-alan naisista, jotka pystyvät onnistuneesti toteuttamaan uusliberalistisen työelämän edellyttämää kaikille elämän ja persoonan osaluille ulottuvaa itsen yrittäjyyttä. Kerrontaan muodostuu työntekijyyden fantasia, jossa menestys muovaillaan oikeita valintoja tekemällä. Kertomus seuraa nöyrästi postfeminismin lupausta naisten emansipaatiosta, mutta jättää sanomatta sen, millä hinnalla naisten voimaantumisen fantasia tuotetaan.

### Jännitteiset naisten liikunta-alan työntekijyyden esitykset

Lopulta voidaan sanoa, että *Fit*-kuntoilulehdessä liikunta-alan työntekijyyden esitystä hallitsee nainen, joka on onnellinen, hymyilevä ja menestyvä. Hän ymmärtää itsensä projektina, jota on aina mahdollista kehittää ja parannella. Hän on omaksunut itsen yrittäjyyden eetoksen, mikä näkyy hänen tavassaan optimoida itseään eri tekniikoin sekä hänen luottamuksessaan mahdollisuuksien avoimuuteen. Hän ei valita työoloista eikä asetu ajamaan muutoksia liikunta-alan työn rakenteisiin, sillä hän kokee toteuttavansa intohimoisesti omia unelmiaan. Hänen työntekijyytensä on sopeutuvaa myös siksi, että hän ei haasta ulkonäöllään sukupuolijärjestelmän totuttuja normatiivisia oletuksia.

Tämä emansipaatiota lupaava sanoma ei ole kuitenkaan ainoa tarina liikunta-alalla toimivien naisten työntekijyydestä. Nimeämäni kolme lisäteemaa 1) Työruumis omaisuutena ja resurssina, 2) Siirtymä työruumiin objektivoinnista subjektivointiin ja 3) Psykkisen itsesäätelyn korostuminen ovat kaikki postfeministiseen retoriikkaan niveltäviä näkökulmia, jotka selittävät, miksi *Fit*-kuntoilulehti näyttää samanaikaisesti sekä juhliivan liikunta-alalla toimivia naisia toteutuneen työelämän tasa-arvon keulakuvina että objektivoivan heitä perinteiseen sukupuolijärjestelmään esimerkiksi erosoitujen henkilövalokuvien kautta.

Analyysini havainnollistaa, että lehdessä vaikuttavat yhtä aikaa emansipaatiota lupaileva, aineiston ilmitasolla erottuva kerronta ja toisaalta tätä kerrontaa kyseenalaistava hienovaraisempi viesti. Jännitteinen suhde feminististen ja antifeminististen elementtien välillä merkitsee, että aineisto ottaa hanakasti feministisiä ideoita käyttöönsä, mutta valjastaa ne konservatiivisten päämäärien ajamiseen: Naiselle tarjotaan emansipoiva valinnanvapaus, jota hänen odotetaan käyttävän heteronormatiivisen naiseuden valitsemiseen ja uusliberalistisen työntekijyyden omaksumiseen.

*Fit*-lehden tapa korostaa liikunta-alan työtä naisen emansipaation areenana normalisoi uusliberalistisesti väritynyttä työelämää, jossa epävarmuus elannosta on luonnollista ja jatkuva toimeliaisuus menestymisen ehto. Tässä kehyksessä naisen työruumis mieltyy samanaikaisesti sekä naisen voiman lähteenä että jatkuvan tarkkailun ja muokkaamisen kohteena. Olennaista on, että nainen esitetään itseään rationaalisesti työelämässä ohjaavana, pääoman logiikan mukaisesti työruumistaan jalostavana ja omaa arvoaan kasvattamaan pyrkivänä liikunta-ammattilaisena. Epäonnistumiset tulkitaan yksilön henkilökohtaiseksi laiskuuksi eikä rakenteellisiksi työolojen ongelmiksi. Johtopäätökseni on, että nämä naisten liikunta-ammattilaisuuden esitystä hallitsevat puhetavat ja työruumiin esillepanot näyttäytyvät vaikeasti havaittavina alistuksen ja kontrollin muotoina. Tuloksena on status quo sekä suhteessa naisen työruumiiseen että vallitseviin työelämän realiteetteihin. Työelämä tutkimuksissa postfeministisen eetoksen onkin arvioitu hidastavan organisaatioiden tasa-arvokehitystä ja inklusiivisten käytäntöjen sopimista.<sup>87</sup>

Lisäksi analyysini tuo esille, että aikakauslehtiaineistot puolustavat paikkaansa liikunta-alan työntekijyyttä kartoittavan tutkimuksen lähteinä. Yksi jatkotutkimusmahdollisuus löytyy siitä, miten aikakauslehtien tuottamat naisten liikunta-alan ammattilaisuuden esitykset vaikuttavat realimaailmassa alan työntekijöiden itseyttäryykseen tai asiakaskunnan ja muiden sidosryhmien käsityksiin naisten liikunta-alan työntekijyydestä. Toinen kiinnostava kysymys on se, miten aikakauslehtien fantasiaa ja realismia yhteenpunovat sisällöt neuvotellaan työelämän arkita-



solla. *Fit*-lehdessä rakennetut liikunta-ammattilaisen työruumiin esitykset nimittäin viestivät keskiluokkaisesta varallisuudesta, jonka avulla itseen investoiminen mahdollistuu. Kun työruumiin esitykset kerrotaan kenelle tahansa mahdollisina menestystarinoina, hämärtyy se, että resurssit itsen yrittäjyyden toteuttamiseksi eivät ole kaikilla yksilöillä samat. *Fit*-lehden sivuilla muodostuu monotoninen kuva valkoisesta, nuorekkaasta, hoikasta, vammattomasta ja energisestä liikunta-alan työntekijästä. Rinnalle kaivataan monipuolisempia liikunta-alan työntekijyyden kuvastoja.

## Viitteet

- 1 Tarkasteluperspektiivini perustuu aikaisempaan tutkimukseeni, joka kattaa lehden vuosikerrat vuodesta 2014 alkaen (Ks. Aho 2017, 24).
- 2 Kleemola 1996, 313.
- 3 Faf-koulutusorganisaation verkkosivu. [Viitattu 16.11.2019.] <https://www.faf.fi/info/>
- 4 Ala-Vähälä 2019, 11.
- 5 Parviainen 2011, 213.
- 6 Puustinen, Ruoho & Mäkelä 2006.
- 7 Gill 2007; McRobbie 2004.
- 8 Lewis 2014; Lewis, Benschop & Simpson 2017
- 9 Ahl & Marlow 2019; Byrne, Fattoum & Diaz Garcia 2019; Eikhof, Summers & Carter 2013; Pritchard, Mackenzie Davey & Cooper 2019.
- 10 Toffoletti 2016.
- 11 Gill, Kelan & Scharff 2017, 228.
- 12 Kauppinen 2013, 147.
- 13 Lahikainen & Harni 2016, 31.
- 14 Esim. Gill, Kelan & Scharff 2017, 230–231; Kauppinen 2013, 135–137.
- 15 Ahl & Marlow 2019, 23.
- 16 Julkunen 2010, 140–142.
- 17 Andreasson & Johansson 2018, 301.
- 18 Parviainen (2011, 209–210) viittaa sosiologi George Ritzerin 1990-luvulla käyttöön ottamaan termiin McDonaldisaatio, joka tarkoittaa pikaruokaravintoloiden toimintamallin kaltaista äärimmilleen standardisoitua, optimoitua ja tehostettua toimintaa eri yhteiskunnan alueilla. Ilmiöön liittyy se, että aiemmin korkea osaamista vaativista palvelusektorin töistä tulee ”mäkkärihommia”, joissa palvelun tapa on tiukasti sidottu palvelukonseptiin. Tarkkaan formatoiduille töille on tyypillistä lyhyt koulutus, alhainen ansiotaso, osa-aikaisuus sekä työntekijän helppo korvattavuus.
- 19 Andreasson & Johansson 2018, 306–312.
- 20 Parviainen 2011, 210.
- 21 McRobbie 2004, 255.
- 22 Genz & Brabon 2009, 15.
- 23 Töyry 2008, 27.
- 24 Poimin aineistooni vain ne jutut, joissa nainen esitellään eksplisiittisesti liikunnanohjaajana, valmentajana tai jonkin ryhmäliikuntalajin vetäjänä. Jätän näistä yhteensä 35 jutusta tarkastelun ulkopuolelle 15, koska ne tois-

- tavat aineistossa esiintyvää kerrontaa suppeasti. Viitataan naisiin *Fit*-lehden käyttämällä kuvauksilla, mutta jätän naisten nimet mainitsematta luettavuuden vuoksi.
- 25 Lyhyiden juttujen, kuten kolumnin ja kansikuvamallin esittelypalstan, lisäksi aineistoon kuuluu pidempiä juttuja: *Puheenaihe*-osio esittelee ajankohtaisilmiöitä yksilökokemusten kautta. *Käännekohtassa*-otsikon alla on kertomuksia vastoinkäymisistä ja niiden ylittämisestä. *Ruokapäiväkirja*-haastattelut kuvailevat naisten ruokailutottumuksia ja näkemyksiä hyvinvoinnista. Kaikissa jutuissa tekstin laatijaa ei ilmoiteta, joten jätän kirjoittajien nimet mainitsematta.
  - 26 Swan 2017, 291.
  - 27 Töyry 2008, 30-31.
  - 28 Byrne, Fattoum & Diaz Garcia 2019.
  - 29 Töyry 2008, 31.
  - 30 Pöysä 2010.
  - 31 Puustinen, Ruoho & Mäkelä 2006, 28.
  - 32 Ruoho & Saarenmaa 2011, 89; Eikhof, Summers & Carter 2013, 557.
  - 33 *Fit* 11/2017. [Käännekohtassa: ”Kohtalo sanoi: herää pahvi, tämä ei ole sinua varten.” 70–74. Kuvat Mika Pollari.]
  - 34 Swan 2017, 288.
  - 35 *Fit* 4/2017. [Käännekohtassa: ”Minua saa taas katsoa ja koskettaa.” 72.]
  - 36 *Fit*, 4/2017. [Käännekohtassa: ”Minua saa taas katsoa ja koskettaa.” 73.]
  - 37 *Fit* 5/2018. [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 17.]
  - 38 *Fit* 5/2018. [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 18.]
  - 39 *Fit* 5/2018. [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 16.]
  - 40 *Fit* 10/2018. [Käännekohtassa: ”Tarvitsen muistutuksia siitä, että elämä on tässä ja nyt.” 58.]
  - 41 *Fit* 5/2018. [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 17.]
  - 42 *Fit* 7-8/2017. [Puheenaihe: Kultaa ja kollega. 18.]
  - 43 *Fit* 7-8/2017. [Puheenaihe: Kultaa ja kollega. 16.]
  - 44 *Fit* 11/2017. [Käännekohtassa: ”Kohtalo sanoi: herää pahvi, tämä ei ole sinua varten.” 73.]
  - 45 *Fit* 5/2018. [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 19.]
  - 46 *Fit* 10/2018. [Tämän olen oppinut: Anni Vallius. 81.]
  - 47 Ahl & Marlow 2019, 20-21; Byrne, Fattoum & Diaz Garcia 2019, 153–157.
  - 48 Parviainen 2015, 281.
  - 49 *Fit* 7/2018. [Puheenaihe: Liian punnittua. 16.]
  - 50 *Fit* 1/2018. [Välipalalla on väliä. 56.]

- 51 *Fit* 6/2018. [Ruokapäiväkirja: ”Syömisestä ei pitäisi tehdä hankalaa.” 53.]
- 52 *Fit* 6/2018. [Kannessa: Mirka Hietanen. 13.]
- 53 *Fit* 1/2018. [Ruokapäiväkirja: ”Aiemmin en tiennyt mikä minulle on hyväksi.” 61.]
- 54 *Fit* 6/2018. [Ruokapäiväkirja: ”Syömisestä ei pitäisi tehdä hankalaa.” 54.]
- 55 *Fit* 4/2018. [Kolumni: Ohjaajan omaa aikaa. 80.]
- 56 *Fit* 2/2018. [Kolumni: Kolmenkymppin kriisi 80.]
- 57 *Fit* 9/2017. [Kannessa: Anniina Puonti. 13.]
- 58 *Fit* 12/2017. [Kolumni: Sohvan voittaja. 80.]
- 59 *Fit* 11/2017. [Kolumni: Syvävenytyksiä pikkupakolla. 82.]
- 60 *Fit* 5/2018. [Ruokapäiväkirja: ”Pääni menee sokerista sekaisin.” 54–55.]
- 61 *Fit* 4/2017. [Kannessa: Janni Hussi. 15.]
- 62 Lahikainen & Harni 2016, 26.
- 63 Winch (2016, 901) viittaa termillä ”gynaeopticon” tarkkailuyhteiskunnan sukupuolittuneeseen koulivaan katseeseen, joka on uusliberalistisen ja postfeministisen eetoksen synnyttämä uusi ilmentymä Michel Foucaultin analysoimasta panopticon-tarkkailujärjestelmästä.
- 64 *Fit* 10/2018. [Tämän olen oppinut: Anni Vallius. 81.]
- 65 Winch (2016, 905) käyttää naisruumiin estetisointiin viitatessa ilmaisua ”to-be-looked-at-ness”.
- 66 Kuvaustapaa voidaan selittää aikakauslehtien kuvakonventioilla (ks. Wese-lius 2014, 48), mutta myös tarpeella kontrolloida liikunta-ammattilaisuuden esityksiä poseerausten ja lavastusten avulla.
- 67 *Fit* 12/2017. [Kannessa: Oona Tolppanen. 13.]; *Fit* 5/2018 [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 19.]
- 68 Esimerkiksi hän itse vetää paidanhelmaa ylöspäin näyttääkseen vatsalihaksensa lukijalle. Ks. *Fit* 5/2017 [Kannessa: Nanna Karalahti. 13.]
- 69 *Fit* 4/2017. [Kannessa: Janni Hussi. 15.]
- 70 Gill 2007, 151–153.
- 71 Lahikainen & Harni 2016, 33.
- 72 Swan 2017, 288; Pritchard, Mackenzie Davey & Cooper 2019, 351.
- 73 Eri numeroissa on käytössä sama kuva. Esim. *Fit* 12/2017. [Kolumni: Sohvan voittaja, 80. Kuvaaja tuntematon.]
- 74 Winch 2016, 907.
- 75 Pritchard, Mackenzie Davey & Cooper 2019, 356.
- 76 *Fit* 4/2018. [Kolumni: Ohjaajan omaa aikaa. 80.]
- 77 *Fit* 7-8/2017. [Puheenaihe: Kulta ja kollega. 15–16.]

- 78 Gill 2007, 155.  
79 *Fit* 4/2017. [Kannessa: Janni Hussi. 15.]  
80 Lahikainen & Harni 2016, 32; Byrne, Fattoum & Diaz Garcia 2019, 173.  
81 *Fit* 5/2017. [Kannessa: Nanna Karalahti. 13.]  
82 Parviainen 2011, 210; Väänänen & Turtiainen 2014, 283.  
83 Kauppinen 2013, 141.  
84 *Fit* 5/2018. [Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 15.]  
85 *Fit* 10/2018. [Käännekohtassa: ”Tarvitsen muistutuksia siitä, että elämä on tässä ja nyt.” 59.]  
86 *Fit* 12/2017. [Kolumni: Sohvan voittaja. 80.]  
87 Lewis, Benschop & Simpson 2017, 216.

## Lähteet ja kirjallisuus

### *Fit*-lähteet

- 4/2017 Kannessa: Janni Hussi.15.  
4/2017 Käännekohtassa: ”Minua saa taas katsoa ja koskettaa.” 68–73.  
5/2017 Kannessa: Nanna Karalahti. 13.  
7–8/2017 Puheenaihe: Kultaa ja kollega. 14–19.  
9/2017 Kannessa: Anniina Puonti. 13.  
11/2017 Käännekohtassa: ”Kohtalo sanoi: herää pahvi, tämä ei ole sinua varten.” 70–74.  
11/2017 Kolumni: Syvävenytyksiä pikkupakolla. 82.  
12/2017 Kannessa: Oona Tolppanen. 13.  
12/2017 Kolumni: Sohvan voittaja. 80.  
1/2018 Välipalalla on väliä. 54–57.  
1/2018 Ruokapäiväkirja: ”Aiemmin en tiennyt mikä minulle on hyväksi.” 58–61.  
2/2018 Kolumni: Kolmenkympin kriisi. 80.  
4/2018 Kolumni: Ohjaajan omaa aikaa, 80.

- 5/2018 Puheenaihe: Uusi ura liikunnasta. 14–19.
- 5/2018 Ruokapäiväkirja: ”Pääni menee sokerista sekaisin.” 52–55.
- 6/2018 Kannessa: Mirka Hietanen. 13.
- 6/2018 Ruokapäiväkirja: ”Syömisestä ei pitäisi tehdä hankalaa.” 52–54.
- 7/2018 Puheenaihe: Liian punnittua. 14–19.
- 10/2018 Käännekohdassa: ”Tarvitsen muistutuksia siitä, että elämä on tässä ja nyt.” 54–59.
- 10/2018 Tämän olen oppinut: Anni Vallius. 81.

## Kirjallisuus

- Ahl, Helene & Marlow, Susan (2019): Exploring the False Promise of Entrepreneurship through a Postfeminist Critique of the Enterprise Policy Discourse in Sweden and the UK. *Human Relations*, DOI:10.1177/0018726719848480, 1–28.
- Aho, Kaisa-Riitta (2017): Postfeministinen kehopositiivisuus Fit-kuntoilulehdessä ja kuntosaliliikunnan arjessa. *Sukupuolentutkimus-Genusforskning* 30 (4), 23–37.
- Ala-Vähälä, Timo (2019): Selvitys PT-toiminnasta Suomessa: Personal trainer on yleensä pienyrittäjä. *Liikunta & Tiede* 56 (5), 8–11.
- Andreasson, Jesper & Johansson, Thomas (2018): Globalised Fitness: The Franchising of a Physical Movement, Fitness Professionalism and Gender. *Leisure/Loisir* 42 (3), 301–321.
- Byrne, Janice; Fattoum, Salma & Diaz Garcia, Maria Cristina (2019): Role Models and Women Entrepreneurs: Entrepreneurial Superwoman Has Her Say. *Journal of Small Business Management* 57 (1), 154–184.
- Eikhof, Doris; Summers, Juliette & Carter, Sara (2013): “Women Doing Their Own Thing”: Media Representations of Female Entrepreneurship. *International Journal of Entrepreneurial Behaviour & Research* 19 (5), 547–564.
- Genz, Stéphanie & Brabon, Benjamin A. (2009): Introduction: Postfeminist Contexts. Teoksessa Stéphanie Genz, & Benjamin A. Brabon (toim.), *Postfeminism*. Edinburgh University Press, Edinburgh, 1–50.
- Gill, Rosalind (2007): Postfeminist Media Culture: Elements of a Sensibility. *European Journal of Cultural Studies* 10 (2), 147–166.
- Gill, Rosalind; Kelan, Elisabeth K. & Scharff, Christina M. (2017): A Postfeminist Sensibility at Work. *Gender, Work and Organization* 24 (3), 226–244.
- Julkunen, Raija (2010): *Sukupuolen järjestykset ja tasa-arvon paradoksit*. Vastapaino, Tampere.
- Kauppinen, Kati (2013): “Full Power Despite Stress”: A Discourse Analytical Examination of the Interconnectedness of Postfeminism and Neoliberalism

- in the Domain of Work in an International Women's Magazine. *Discourse & Communication* 7 (2), 133–151.
- Kleemola, Irja (1996): *Naisliikuntaa 100 vuotta*. Otava, Helsinki.
- Lahikainen, Lauri & Harni, Esko (2016): Yrittäjämäinen ruumis palvelutaloudessa. Teoksessa Jaana Parviainen, Taina Kinnunen & Ilmari Kortelainen (toim.), *Ruumiillisuus ja työelämä: Työruumis jälkiteollisessa taloudessa*. Vastapaino, Tampere, 26–39.
- Lewis, Patricia (2014): Postfeminism, Femininities and Organization Studies: Exploring a New Agenda. *Organization Studies* 35 (12), 1845–1866.
- Lewis, Patricia; Benschop, Yvonne, & Simpson, Ruth (2017): Postfeminism, Gender and Organization. *Gender, Work & Organization* 24 (3), 213–225.
- McRobbie, Angela (2004): Post-feminism and popular culture. *Feminist Media Studies* 4 (3), 255–264.
- Parviainen, Jaana (2015): Työn performatiivinen ruumiillisuus ja ammatillinen kehonrakennus. Teoksessa Annette Arlander, Helena Erkkilä, Taina Riikonen & Helena Saarikoski (toim.), *Esitystutkimus*. Kulttuuriosuuskunta Partuuna, Helsinki, 276–286.
- Parviainen Jaana (2011): Työn uusi ruumiillisuus. Liikunnanohjaajien keho työvälineenä ja performatiivisuuden pakko palvelutyössä. *Työelämän tutkimus-Arbetslivsforskning* 9 (3), 207–223.
- Puustinen, Liina; Ruoho, Iris & Mäkelä, Anna (2006): Feministisen mediatutkimuksen näkökulmat. Teoksessa Anna Mäkelä, Liina Puustinen & Iris Ruoho (toim.), *Sukupuolishow. Johdatus feministiseen mediatutkimukseen*. Gaudeamus, Helsinki, 15–44.
- Pritchard, Katrine; Mackenzie Davey, Kate & Cooper, Helen (2019): Aesthetic Labouring and the Female Entrepreneur: “Entrepreneurship that Wouldn’t Chip your Nails”. *International Small Business Journal: Researching Entrepreneurship* 37 (4), 343–364.
- Pöysä, Jyrki (2010): Lähiluku vaeltavana käsitteenä ja tieteiden välisenä metodina. Teoksessa Jyrki Pöysä, Helmi Järviluoma & Sinikka Vakimo (toim.), *Vaeltavat metodit*. Suomen Kansantietouden Tutkijain Seura, Joensuu, 331–360.
- Ruoho, Iris & Saarenmaa, Laura (2011): *Edunvalvonnasta elämänpolitiikkaan: Naistenlehdet journalismina ja julkisuutena*. Tampereen yliopisto, Journalismin tutkimusyksikkö, Tampere.
- Swan, Elaine (2017): Postfeminist Stylistics, Work Femininities and Coachig: A Multimodal Study of a Website. *Gender, Work and Organization* 24 (3), 274–296.
- Toffoletti, Kim (2016): Analyzing Media Representations of Sportswomen - Expanding the Conceptual Boundaries Using a Postfeminist Sensibility. *Sociology of Sport Journal* 33 (3), 199–207.

- Töyry, Maija (2008): Naistenlehtien keskinäiset erot ja samankaltaisuudet. *Tiedotustutkimus* 31 (1), 21–34.
- Väänänen, Ari & Turtiainen, Jussi (2014): Suomalaisen työntekijyyden muutos 1945–2013. Teoksessa Ari Väänänen & Jussi Turtiainen (toim.), *Suomalainen työntekijäisyys 1945–2013*. Vastapaino, Tampere, 261–302.
- Weselius, Hanna (2014): *Suunniteltu kuva. Henkilövalokuvien rakentaminen aikakauslehdessä*. Aalto-yliopiston taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu, Helsinki.
- Winch, Alison (2016): “I Just Think It’s Dirty and Lazy”: Fat Surveillance and Erotic Capital. *Sexualities* 19 (8), 898–913.