

# Postmoderni minuus ja identiteetti – ihme(s)en ydin

Jyväskylän avoin yliopisto – psykologia / Persoonallisuuspsykologia II PSY C23 II

## SISÄLLYS

Johdanto .....	1
Minuus perinteisissä persoonallisuusteorioissa .....	2
Psykodynaaminen teoria .....	4
Fenomenologinen teoria.....	5
Piirreteoriat.....	6
Oppimisteoriat.....	7
Kognitiivinen teoria .....	9
Sosiaalinen kognitiivinen teoria.....	10
Kognitiivinen, informaation-käsittelyteoria.....	11
Joogafilosofinen persoonallisuusteoria – mystinen minuus.....	13
Konstruktionistinen näkemys persoonallisuudesta suhteessa perinteisiin näkemyksiin.....	15
Minuuden käsite sekä sen käyttö ja soveltaminen persoonallisuuspsykologiassa.....	19
Postmodernin minuuden ja identiteetin konstruktionistinen näkemys .....	22
Eräitä Shotterin (1997) ongelmia.....	25
Minuuden ja identiteetin rakentuminen (miten käsitykset ovat muuttuneet?).....	25
Täydentävä joogafilosofissävytteinen malli.....	27
Minän ja identiteetin rajat ja mahdollisuudet postmodernina aikakautena.....	29
Arkielämän havainnot postmodernista minuudesta ja identiteetistä.....	33
Pohdintaa.....	33
Arviointi.....	37

## Johdanto

"Olin ajautunut niin ahdistuneeseen tilaan, että heräsin keskellä yötä ja ajattelin, etten enää voisi elää itseni kanssa. Tämä oli suuren oivalluksen hetki. En voi elää enää itseni kanssa? Mikä siis oli tämä itse, jonka kanssa minä en olisi voinut enää elää? Tajusin, että minä on täysin erillinen mielessäni rakentamastani mielikuva-itsestä, johon olin identifioitunut." – Eckhart Tolle (1999, 1-3).

Ihme<sup>1</sup>...onko niin, että täysrationalistisuuteen pyrkivässä hybriksessämme me nykyisen niin sanotun länsimaisen kulttuurin edustajat emme tunnista jokapäiväisen elämämme ihmeellisyyttä? Nykyisenkaltaisen tietemme antamat selitykset ja kuvaukset näyttävät riittävän meille. Uskottelemme itsellemme, että me tiedämme paljon asioita eikä ole olemassa suuriakaan mysteereitä, joita ei lähitulevaisuuden erinomainen tietemme pystyisi kartoittamaan. Kauneus on katsojan silmässä, sanotaan. Niin lienee kaikki muukin, ihmeet mukaan lukien. Ihmiseksi kutsumamme olento jo omassa suomenkielisessä nimessään pitää sisällään ihmeen juuren puhumattakaan käytännön tasosta, sillä eikö ihmis-olento vaikuttaisi ole suuri ihme monella tasolla? Vai riittääkö sinulle, lukijani, vaikkapa aivotapahtumien sähkö-kemiallis-magneettiset kuvaukset yhdistettynä sosiolingvistisiin teorioihin selittämään ihmisen?

Ihminen tutkii itseään...ihminen tutkii ihmistä...onko tällöin mielekästä perimmältään uskoa olevan mahdollista muunlainen tutkimusmetodologinen lähestymistapa kuin jonkinlainen osallistuva ha-

<sup>1</sup> Mietipä muuten sanojen ihme ja ihminen läheisyyttä Suomen kielessä. Mitähän etymologit sanovat näistä?

vainnointi? Voiko laboratoriotutkija tavoittaa jotain itsensä ulkopuolista, kun hän kuitenkin väistämättä tulkitsee havaintoja aistiensa kautta, jotka hän on kehäpäätelynomaisesti tietoteoreettisessa orientaatioissaan oikeuttanut aisteillansa ja sitä kautta terveen järjen periaatteilla ja psykologisten toimintojen pätevyydellä jne.? (ks. esim. Lammenranta 1997) Hän voi toki ikään kuin "unohtaa" tällaisen tietoteoreettisen ongelman ja kehittää toimintojaan eteenpäin vaikkapa yhteisöllisempien toiminta- ja tiedonrakentelumallien suuntaan, kuten tänä päivänä näyttäisi olevan tendenssinä sosio-konstruktivistisissa lähestymistavoissa. Ne varmastikin edistävät yhteistyötä ja tiedon kasautumista, mutta yhtä kaikki ne eivät millään tavalla poista perimmäisiä tietoteoreettisia ongelmia; ne vain peittävät ne.

Näyttäisi siltä, että länsimaisen psykologiatieteen persoonallisuuskäsitykset ovat tietyiltä osin suuresti lähentymässä perinteisiä hindulaisia, buddhalaisia ja jainalaisia sekä näistä johdettuja (kuten vaikka zen-buddhalaisuus) näkemyksiä ihmisolennosta, minuudesta ja "itsestä". Näiden äskennäyttäjien perinteiden eräänä yhteisenä nimittäjän on näkemys eräänlaisesta "väärästä minuudesta", johon elävä olento (so. ruumiissa ilmenevä elämä; ruumiin eläväksi tekevä voima tai olento) on virheellisesti identifioitunut. Tämä väärä minuus koostuu näin ajatellen lähinnä ajatuksiin, tunteisiin, muistoihin, asenteisiin, tahtomuksiin, havaintoihin (kuten vaikkapa ruumis ja tunteet-ajatuksset jne.) ja tuntemuksiin perustuvasta oletetusta yhtenäisestä mielikuva- tai fantasiaolennosta, sosiohistoriallisesta minuus-olennosta. Sekä hindulaisuudesta että buddhalaisuudesta löytyy myös keskeinen idea siitä, että nämä ruumiit (siis karkea fyysinen ruumis ja hienojakoinen ajatus-tunte-

tahtomus –ruumis) ovat oikeastaan täysin luonnonvoimien (gua) determinoimia. Luonnonvoimien determinaatio taasen määräytyy sitten paljolti karman perusteella, josta ei tässä yhteydessä tämän enempää. Suomessa esim. filosofi Leo Näreaho (2002 ja 2004) on tutkinut persoonallista identiteettiä, karmaa, uudelleensyntymää ja todellista itseä sekä länsimaisen mielen filosofian että hindulais- ja buddhalaisperäisten filosofioiden kautta.

Tässä artikkelissa esittelen ensin perinteisiä persoonallisuusteorioita ja sitten kartoitan joogafilosofista persoonallisuusteoriaa. Tämän jälkeen etenen kohti konstruktivistista persoonallisuusteoriaa, jota lopputartikkelissa tarkastelen sekä suhteessa perinteisiin teorioihin että joogafilosofis-mystiseen persoonallisuusteoriaan. Persoonallispsykologiaan kuuluviin keskeisiin käsitteisiin minä, minuus, itse (self) ja identiteetti liittyvää problematiikkaa tarkastelen omassa luvussaan.

Olen tekstissä tuonut esiin omia pohdintojani käsiteltävien asioiden yhteydessä sekä alaviitteinä että leipätekstinä. Lopuksi valotan postmodernin ajan minän ja identiteetin mahdollisuuksia sekä pohdin artikkelin sisältöä kokoavasti. Aivan viimeiseksi arvioin tehtävää ja omaa suoriutumistani. Pahoittelun artikkelin laajuutta, joka ylittää ainakin kolminkertaisesti vaaditun tekstimassan määrän.

## **Minuus perinteisissä persoonallisuusteorioissa**

Persoonallisuusteoretikot kohtaavat jatkuvasti työssään tiettyjä perusasioita. Heidän esittämänsä ratkaisut näihin ongelmiin ovat riippuvaisia heidän omista kokemuksistaan, kuten myös heidän elinaikansa ja paikkansa sosiaalisista ja tieteellisistä trendeistä. Tämän lisäksi aiemmin tehty teoretisointi ja tutkimus näyttelevät suurta osaa. (Pervin & John 1997, 502) Mitä he sitten oikein tutkivat? Lyhyesti sanottuna persoonallisuudessa on kyse yksilöllisistä eroista. Sellaisista yksilöllisen toiminnan eri aspekteista, jotka hyvin monisyisesti näyttävät kytkeytyvän toisiinsa. (Pervin & John 1997, 3).

Peterson (1988) puhuu siitä, että aiempien persoonallisuuden teorioiden (siis ennen länsimaisen psykologia-tieteen ilmestymistä. TH.) voidaan sanoa olevan tyologioita, jotka perustuivat sekä

biologisiin että eettis-uskonnollisiin seikkoihin<sup>2</sup>. Phrenologian mukaan kallonmuodoista näkyvät persoonallisuuden dominoivat piirteet. Persoonallisuuden piirteiden piileminen ruumiinrakenteessa on myös hyvin suosittu uskomus. Temperamentin katsotaan myös usein olevan biologisesti determinoitua. Ennen syntymää tapahtuneilla seikoilla ja itse syntymällä katsotaan olevan vaikutusta myöhempään käyttäytymiseen. Tämän päivän kaksostutkimusten perusteella väitetään, että genetiikalla saattaa olla vieläkin suurempi vaikutus persoonallisuuden kehittymiseen kuin aiemmin on uskottu. (Peterson 1988)

Perinteiset psykologian alaan kuuluvat persoonallisuusteorioiden voidaan ryhmitellä kolmeen pääosaan: psykoanalyttiseen paradigmaan, piirre - ja kognitiiviseen paradigmaan. Näihin liittyen persoonallisuuden psykologian parissa on ollut käytössä erilaisia metaforia kuvaamaan ihmiseksi hahmotettua olentoa. Näitä ovat mm. ihminen koneena, ihminen energiasysteeminä (Freud), ihmiset valkoisina rottina (ihmisen ulkoa ja sisältä ohjautuvuus –kiistassa ensin mainitun positiota kannattava), ihminen kenttänä, ihminen tietojenkäsittelijänä (kognitiivinen informaationkäsittely), ihminen tieteilijänä (Kelly) ja pilotti-metafora, jossa oletetaan käsitteen self viittauskohde kaikkien roolien takana olevaksi ohjaajaksi. (ks .esim. Peterson 1988 sekä Pervin & John 1997, 502-503)

Keskeisiä persoonallisuuspsykologien jatkuvasti työssään kohtaamia perusongelmia ovat filosofinen näkemys persoonasta, käyttäytymistä määrittelevien sisäisten ja ulkoisten syiden keskinäinen suhde, tilanteesta toiseen ja ajankohdasta toiseen säilyvä (persoonan) yhdenmukaisuus, käyttäytymisen yhdenmukaisuus ja itsen käsite, alitajunnan käsite, kognition, affektin ja avoimen käyttäytymisen välinen suhde sekä menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden suhteellinen tärkeys. (Pervin & John 1997, 521)

Kaikki persoonallisuusteorioiden hyväksyvät sekä ulkoisten että sisäisten syiden olevan keskeisiä käyttäytymisen muodostumiselle. Yksilöllisessä käyttäytymisessä näyttää olevan sekä jatkuvuutta eli pysyvyyttä että muutosta. (Pervin & John 1997, 504) Käyttäytymisen yhdenmukaisuutta korostavat eniten kliiniset teorit, kuten Freudin, Rogersin ja Kellyn. Allportia lukuun ottamatta näkemys on paljon vähemmän painotettu piirre- ja oppimisteorioissa. (Pervin & John 1997, 505-506)

Seuraavissa alaluvuissa esittelen lyhykäisestään seitsemää perinteistä ja suurinta persoonallisuusteorioiden. Kukin niistä avaa näkemyksiä ihmisen tutkimiseen ja analysoimiseen samalla kuitenkin sulkien pois toisia vaihtoehtoisia näkemyksiä. Voisikin ajatella, että ei ole niinkään tärkeää, onko jokin näistä tai joistain muista teorioista oikeassa vaan tärkeää olisi pikemminkin se, että olisi tietoinen ja ymmärtäisi näitä erilaisia teorioita, jotta niiden heikkouksia ja vahvuuksia voisi tarkastella. (Pervin & John 1997, 503)

Perusteellisen persoonallisuusteorian tulisi kattaa seuraavia asioita: 1) Rakente eli persoonallisuuden rakennuspalikat. 2) Prosessi: persoonallisuuden dynaamiset aspektit mukaanlukien motiivit. 3) Kasvu ja kehitys: Miten yksilöllinen persoona kehittyy. 4) Psykopatologia: häiriintyneen persoonallisuuden toiminnan luonne ja syyt. 5) Muutos: miten ihmiset muuttuvat ja miksi he joskus vastusta-

---

<sup>2</sup> Antiikin kreikkalaisten neliosaisen typologian rinnalle nostan tässä hindulaisenperäisen näkemyksen ihmisen kolmiosaisuudesta ja kolmesta eri olemisen tavasta, joita jälkimmäisiä voidaan kutsua piirteiksi. Ihmisen psykofyysinen

(kuten kaikki muukin materiaallinen) koostuu tässä näkemyksessä kolmesta elementistä (ἄ), jotka ovat *sattva* (kirkkaus, puhtaus, tyyneys, jne.), *rajas* (levottomuus, liike, aktiivisuus ja kiivaus) ja *tamas* (tyhmyys, hitaus, sameus ja synkkyys). Tällaisessa näkemyksessä tosin ihminen kokonaisuutena koostuu kolmesta osasta: henki, sielu ja ruumis tai

toisin sanoen henki-sielu, psyyke ja ruumis, joista kaksi jälkimmäistä eli tuo psykofysiikka ovat niiden guien määrittämiä. Lopulta silti nämä gunat kunkin yksilöilmentymän kohdalla ovat karman ennaltamääräittämiä. Tästä lisää luvussa Joogafilosofinen persoonallisuusteoria.

vat muutosta tai ovat kykenemättömiä muuttumaan. (Pervin & John 1997, 5) Nämä tekijät saavat erilaisia painotuksia eri teorioissa.

## **Psykodynaaminen teoria**

Freud näkee ihmisen energiasysteeminä, jossa energia virtaa, joutuu sivuraiteille tai tulee padotuksi. Energiaa on tietty määrä käytettävissä, ja jos sitä käyttää esim. yhteiskunnallisiin toimiin on se poissa seksuaalisesta toiminnasta. Mikäli jokin energiakanava tukkeutuu, purkautuu energia joltain toista kautta vähimmän vastustuksen periaatteella eli ilmeten sellaisella käyttäytymisen alueella, missä on vähiten resistanssia. Kaiken käyttäytymisen päämääränä on mielihyvä, joka tarkoittaa jännityksen vähenemistä tai energian vapautumista. Energianlähteet ovat elämän ja kuoleman vaistot tai seksuaaliset ja aggressiiviset vaistot. (Pervin & John 1997, 109-110)

Keskeisiä psykologisen toiminnan dynamiikalle ovat ahdistuksen ja defenssi-mekanismien käsitteet. Ahdistus on tuskallinen emootio, joka toimii signaalina uhkaavasta vaarasta. Defenssi-mekanismit edustavat todellisuuden vääristämistä ja tunteiden kieltämistä, tukahduttamista, jotta emme tuntisi ahdistusta. Repressio eli kieltäminen, jossa tietty ajatus tai toive torjutaan tietoisuudesta, näyttelee erittäin suurta osaa defenssi-mekanismeissa. (Pervin & John 1997, 110)

Yksilö kehittyy erilaisten vaiheiden kautta, joihin oleellisesti liittyvät kehon eri osine erilaisten sensitiivisyystasot (erogeeniset alueet). Tähän liittyen oraalinen, anaalinen ja fallinen ovat oleellisia käsitteitä. Oidipus-kompleksi kehittyy fallisen vaiheen aikana. Se on nähty erittäin tärkeäksi psykologien kehittymisen kannalta, ja sitä onkin tutkittu kohtuullisen runsaasti. (Pervin & John 1997, 110) Psykodynaamisessa teoriassa on kolme persoonallisuustyyppiä, jotka ovat oraalinen, anaalinen ja fallinen liittyen edellä mainittuihin kehitysvaiheisiin (Pervin & John 1997, 122).

Erityisesti viiden ensimmäisen ikävuoden aikaiset kokemukset ovat psykoanalyttisen teorian mukaan erittäin keskeisiä myöhemmän persoonallisuuden kehittymisen kannalta. (Pervin & John 1997, 110) Freudin mukaan käyttäytyminen on tulosta motiivien, viettien, tarpeiden ja konfliktien dynaamisesta keskinäispestä.

Freudin psykoanalyysi pitää sisällään keskeisinä asioina persoonallisuuden dynaamisuuden periaatetta, psyykkistä determinismia, hysteriaa ja hypnoosia, vapaata assosiaatiota sekä seksuaaliteorian vaiheita ja taantumia sekä mahdollisia fiksoitumisia tiettyihin vaiheisiin eli tietyissä kehitysvaiheissa tapahtuneita vaistojen kehityshäiriöitä. Fiksoitumiseen liittyvä kehityksellinen ilmiö on refressio, jossa henkilö ”taantuu” erityisesti stressi- ja/tai ahdistavassa tilanteessa aiemmassa kehitysvaiheessa toimineeseen mielihyvää tuottaneeseen käyttäytymiseen ((Pervin & John 1997, 122) .

Freudin tietoisuuden tasojen topografinen malli koostuu esitietoisesta, tietoisesta ja tiedostamattomasta osasta. Hänen psyyken rakennetta kuvaava strukturaalinen mallinsa puolestaan rakentuu kolmesta tekijästä, jotka ovat id, ego ja superego.

Keskeinen jatkokehittely on Erik Eriksonin psykoanalyttisen teorian laajennusyritys koskemaan kehityksen psykososiaalisia vaiheita. Tämän lisäksi tärkeitä ovat mm. Adlerin individuaalipsykologia, Jungin analyttinen psykologia sekä uuspsykoanalyysi, egopsykologia ja objektisuhteiden psykologia. Kliinisiä sovelluksia ovat mm. Rorschachin musteläiskätesti sekä TAT eli temaattinen apperseptio-testi.

Tarkasteltaessa psykodynaamista teoriaa persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Rakenne: Id, ego, superego; alitajunta, esitajunta, tajunta.

2) Prosessi: Seksuaaliset ja aggressiiviset vaistot; ahdistus ja defenssimekanismit. 3) Kasvu ja kehitys: Erogeeniset alueet; oraalinen, anaalinen ja fallinen kehitysvaihe; oidipuskompleksi. 4) Patologia: Lapsen seksuaalisuus; fiksaatio ja regressio; konflikti; oireet, (ilmaukset), merkit. 5) Muutos: Transferenssi; konfliktin purkaminen; "Missä id oli, tulee egon olla." (Pervin & John 1997, 162-163)

<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Auttaa monien mielenkiintoisten ilmiöiden löytämisessä ja tutkimisessa.	1) Epäonnistuu tarkkojen ja selkeiden määrittelyjen antamisessa joillekin käyttämilleen käsitteille.
2) Kehittää tutkimus- ja terapiamenetelmiä (vapaa assosiaatio, unien tulkinta, transferenssianalyysi)	2) Tekee empiirisen testaamisen vaikeaksi, usein mahdottomaksi.
3) Tunnistaa inhimillisen käyttäytymisen kompleksisuuden	3) Kannattaa kyseenalaista näkemystä ihmisestä energiasysteeminä
4) Kattaa laajan alan ilmiöitä	4) Sallii osalle ammattikuntaa empiirisen tutkimuksen ja teorian muuttamisen vastustamisen

**Taulukko 1.** Psykoanalyttisen teorian vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua Pervinin ja Johnin (1997, 161) mukaan.

## **Fenomenologinen teoria**

Rogers näkee ihmisen ytimeltään positiivisena ja kokonaisuutena itse-aktualisoivana eli itseään toteuttavana organismina (Pervin & John 1997, 169). Keskeinen käsite Rogersilla on self, joka tarkoittaa "itseän" tai "minään" assosioitujen havaintojen ja kokemusten summaa. Myös ideaali-itseen käsite on oleellinen. Se viittaa itseen, jonka ominaisuuksia henkilö haluaisi omaavansa. (Pervin & John 1997, 192)

Rogers painotti keskeisenä inhimillisenä käyttäytymismotiivina itse-aktualisaatiota eikä niinkään jännitystä vähentäviä aspekteja. Itse-aktualisaatio koostuu jatkuvasta avoimuudesta kokemuksille sekä kyvystä integroida kokemukset laajennettuun, alati erilaistuvaan eli muuttuvaan itse-käsitykseen. Hän painotti myös ihmisten kykyä itsen yhdenmukaisuuden ja kongruenssin kokemiseen. Itsekäsitykselle uhkaaviksi havaitut kokemukset kuitenkin on mahdollista alistaa defensiiviselle toiminnalle, kuten kieltämiselle ja vääristämiselle. Näyttäisi siltä, että ihmiset pyrkivät säilyttämään itsekäsityksensä, ja yleensä muutosvastarinta on kohtuullisen suuri. Ihmiset tarvitsevat positiivista palautetta, ja ehdottoman positiivisen palautteen ympäristössä lapset ja aikuiset voivat kasvaa kongruensissa ja itse-aktualisaatiossa. (Pervin & John 1997, 192) Eksistentiaalisuus on eräs filosofis-psykologinen suuntaus, joka on fenomenologiaan usein vahvasti kytketty (Pervin & John 197, 214-215).

Tarkasteltaessa fenomenologista teoriaa persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Self; ideaali self (itse). 2) Itse-aktualisaatio, itsensä toteuttaminen; itsen ja kokemuksen yhdenmukaisuus; epäyhdenmukaisuus ja defensiivinen vääristymä ja kieltäminen. 3) Kongruenssi eli yhdenmukaisuus versus inkongruenssi ja defensiivisyys. 4) Itsen defensiivinen ylläpitäminen; inkongruenssi. 5) Terapeuttinen ympäristö: yhdenmukaisuus (kongruenssi), ehdoton positiivinen arvostus, empaattinen ymmärtäminen.

<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Keskittyy ihmisenä olemisen keskeisiin aspekteihin	1) Saattaa jättää ulkopuolelleen tiettyjä ilmiöitä (alitajuiset prosessit, defenssit, etc.)
2) Yritykset tunnistaa persoonallisuuden holistiset, integroidut aspektit	2) Puuttuu itsearviointin tuolle puolen menevä käyttäytymisen objektiivinen mittaaminen
3) Koettaa integroida humanismin ja empirismin	3) Kieltää täydellisen fenomenologisuuden mahdottomuuden eli sen, että observaatioita voisi olla mahdollista tehdä ilman ennakoasenteita ja esikäsitteitä
4) Tähtää terapeuttisen muutoksen välttämättömien ja	

## **Piirreteoriat**

Piirre on jokin suhteellisen pysyvä ominaisuus, joita jokaisella on eri määrä. Myös jotain tiettyä piirrettä oletetaan olevan enemmän tai vähemmän. Faktoritestien avulla koetetaan löytää peruspiirteitä, joiden löytäminen on kohtuullisen vaikeata. Perinnöllisyyden uskotaan vaikuttavan piirteisiin.

Piirreparadigman keskeisiä teoreetikkoja ovat Allport, Eysenck ja Cattell. Allportin teoriaan kuuluvia keskeisiä käsitteitä ovat kardinaali- ja keskeiset -piirteet sekä toissijaiset dispositiot, funktionaalinen autonomia ja idiografinen tutkimus. (Pervin & John 1997, 228-232) Eysenck puolestaan puhuu kolmesta keskeisestä faktorista tai piirreulottuvuudesta. Nämä ovat introversio-ekstraversio, neuroottisuus ja psykoottisuus. Eysenck vaati täsmällistä käsitteenmäärittelyä, selkeyttä ja mitattavuutta. Hän vastusti psykoanalyttista teoriaa. Hänen "käsialaansa" on faktorianalyysi, joka on ryhmien, klusterien ja faktorien tunnistamiseen käytetty tilastollinen tekniikka. Faktori on jokin tiettyjä persoonallisuuden piirteitä yhdistävä tekijä. (Pervin & John 1997, 232-241)

Cattell esitti kolme persoonallisuuden tutkimuksen metodia: bivariaattisen, multivariaattisen ja kliinisen. Henkilön käyttäytyminen kussakin tilanteessa riippuu hänen persoonallisuuden piirteistään sekä ko. tilanteesta tärkeistä motivationaalisista variaabeleista. Oleellisia ovat myös emotionaalisten ja mielialallisten muutosten määrittelemät tilat ja roolit. (Pervin & John 1997, 242-251)

Näiden kolmen teoreetikon kaikkein keskeisimmät erot ovat: Eysenck siis piti tärkeänä kolmea laajaa piirreulottuvuutta, Cattell 20 toisistaan eroavaa piirrettä ja Allport puolestaan ajatteli kullakin henkilöllä olevan yksilölliset piirteensä (Pervin & John 1997, 252). Lisäksi faktorianalyysin käyttötavoissa (Pervin & John 1997, 254).

Niin sanottu Big five –piirretereettisessä persoonallisuuspsykologiassa tarkoittaa viiden suuren faktorin mallia, joka kehitettiin aiemmista piirretereorioista. Tätä mallia tukevat mm. piirretermien suurten määrien faktorianalyysi, piirrekyselyjen suhde muihin kyselyihin ja luokituksiin sekä persoonallisuusgenetiikka. Nämä viisi suurta faktoria ovat neuroottisuus, ekstraversio, avoimuus, hyvänsuopuus ja tunnollisuus. (Pervin & John 1997, 258-259)

Piirreteoriat olettavat yksilön käyttäytymisen olevan samanlaista erilaisissa tilanteissa. Tämä on eräs keskeinen kritiikin kohde. (Pervin & John 1997, 292-293)

Tarkasteltaessa piirretereorioita persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Piirteet. 2) Dynaamiset piirteet, piirteisiin kytkeytyvät motiivit. 3) Perinnöllisyyden ja ympäristön vaikutus piirteisiin. 4) Äärimmäisiä pisteitä / arvoja piirreulottuvuuksilla (e.g. neuroottisuus). 5) Ei formaalia mallia.

<b>Vahvuuksia</b>	<b>Rajoitteita</b>
1) Aktiivinen tutkimus	1) Metodi: faktorianalyysi
2) Mielenkiintoiset hypoteesit	2) Mitä asioita piirre sisältää?
3) Potentiaaliset kytkökset biologiaan	3) Mitä rajataan ulkopuolelle ja/tai jätetään huomiotta?

**Taulukko 3.** Piirretereorioiden vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua Pervinin ja Johnin (1997, 294) mukaan.

## **Oppimisteoriat**

Miltei kaikki käyttäytyminen on opittua. Tutkimuksessa keskeistä on selkeästi muotoiltujen hypoteesien objektiivinen ja ankara testaaminen. Psykopatologia ymmärretään pääasiassa käsittein, jotka liittyvät maladaptiivisen käyttäytymisen oppimiseen tai kyvyttömyyteen oppia adaptiivista käyttäymistä. (Pervin & John 1997, 299)

Oppimisteoreetikot puhuvat käyttäytymisterapiasta pikemminkin kuin psykoterapiasta. Pyrkimys on tiettyjen toimimattomien käyttäytymisten muuttamiseen eikä niinkään syvätason konfliktien ratkaisemisessa tai persoonallisuuden uudelleen organisoimisessa. Koska oppimisteoreettisen ajattelun mukaan suurin osa ongelmallisesta käyttäytymisestä on opittua, voidaan niistä oppia pois tai muuttaa niitä oppimisperustaisten sovellusten avulla. (Pervin & John 1997, 299)

Tutkimus ja erityisesti eläimillä tehty laboratoriotutkimus näyttää keskeistä roolia oppimisteorioissa. Objektiivisesti määriteltyjen muuttujien manipulointi on johtanut organismiin vaikuttavien ulkoisten voimien painottamiseen sisäisten sijasta. Siinä missä psykodynaaminen teoria painottaa sisäisiä syitä (mm. vaistoja, defensesjä, itse-käsityksiä) keskittyvät oppimisteoriat ulkoisen, manipuloitavan ympäristön syihin. Mikä tahansa käyttäytymisessä havaittu yhtenäisyys johtuu oppimisteorioiden mukaan erilaisten ympäristöjen samankaltaisuuksista, niiden mahdollistamista ja määrittämistä toimintaehdoista eikä niinkään samana pysyvistä, sisäisistä luonteenpiirteistä, kuten ajatteluun psykodynaamisissa – ja piirreteorioissa. Tämän voisi ajatella olevan eräänlaista käyttäytymisen tilannesidonaisuutta (situational specificity). (Pervin & John 1997, 300)

Keskeisiä hahmoja ja käsitteitä oppimisteorioiden historiassa ovat John Watson (behaviorismi – käsite) ja Ivan Pavlov (klassinen ehdollistuminen; yleistäminen, diskriminaatio ja ekstinktio) sekä Joseph Wolpen systemaattinen desensitisaatio. Eräs keskeinen ja oleellinen henkilö on Skinner, jolla keskeisiä asioita ja ideoita ovat operantti ehdollistuminen, objektiiviseen ulkoiseen tilanteeseen liittyvä käyttäytymisresponsi keskeisenä persoonallisuuden rakenteena, organismien operantti käyttäytyminen, "käyttäytymisen ymmärtäminen on sen kontrolloimista" ja "yksilöt eivät ole sairaita, he vain eivät responsoi stimulanttiin asianmukaisesti". Hull koetti kehittää systemaattisen, kattavan oppimisteorian. Dollard ja Miller puolestaan koettivat yhdistää Freudin ja Hullin merkittävät saavutukset. (Pervin & Joh 1997, 302-328)

Dollarin ja Millerin persoonallisuuden S-R-teoria lyhykäisesti: ihmislapsi syntyy varustettuna vain primääritarpeilla, kuten nälkä, jano sekä reaktiot kylmään ja kuumaan. Muut myöhemmin erittäin keskeiset tarpeet ja vietit, pelot ja halut hän oppii sosialisationsa mukana.<sup>3</sup> (Pervin & John 1997, 331)

Keskeisin ero oppimisteorioiden ja psykodynaamisten sekä humanistis-fenomenologis-eksistentiaalisten - ja piirreteorioiden välillä on se, että ensin mainitut keskittyvät oppimisprosesseihin ja ympäristöllisyyteen, kun jälkimmäiset taas rakenteisiin ja sisäsyntyiseen. (Pervin & John 1997, 336)

Tarkasteltaessa oppimisteorioita persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Reagointi, resonanssi, vaste, reagointi. 2) Klassinen ehdollistuminen; instrumentaalinen ehdollistuminen; operantti ehdollistuminen. 3) Imitaatio; ajoitettuja vahvis-

---

<sup>3</sup> Esoteerinen tulkinta tästä voisi olla, että tämä syntymisen aika ja paikka, sosialisatio sekä kaikki myöhempi muutos ja kehitys ovat karman lain alaista, joka puolestaan on perimmäältään Jumalan, Korkeimman Sääntäjän räättöimää. Tämä tulkinta ei kiellä eikä mitätöi persoonallisuuden S-R –teoriaa vaan vastaa kysymyksiin, joihin teoria ei vastaa. Näitä kysymyksiä teorian parissa ei edes muotoilla, sillä peruslähtökohdiltaan ne rajautuvat jo teorian ulkopuolelle. Empiirinen, tieteellinen selitys on aina osittainen selitys.

tuksia ja peräkkäisiä arviointeja?. 4) Opittuja sopeutumattomia vastekuvioita. 5) Kumoaminen; erotelukyvyyn oppiminen; vastaehdollistaminen; positiivinen vahvistaminen; imitaatio; systemaattinen epäherkistäminen.



<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Omistautunut systemaattiselle tutkimukselle ja teorian kehittelylle.	1) Yliyksinkertaistaa persoonallisuuden ja jättää huomiotta tärkeitä ilmiöitä.
2) Tunnistaa tilanteellisten ja ympäristöllisten muuttujien vaikutuksen käyttäytymiseen.	2) Puuttuu yksi, yhdenmukainen teoria; aukko teorian ja käytännön välillä.
3) Suosii hoitamisen pragmaattista lähestymistapaa, joka voi johtaa merkittäviin uusiin kehittäelyihin.	3) Vaatii lisätodisteita väitettyjen hoitovaikutusten todistamiseksi.

**Taulukko 4.** Oppimisteorioiden vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua Pervinin ja Johnin (1997, mukaan).

## **Kognitiivinen teoria**

George Kellyn persoonallinen konstruktio -teoria keskittyy siihen, miten kukin yksilö hahmottaa, tulkitsee ja käsitteellistää maailmaa. Teorian mukaan jokainen yksilö konstruoi maailman hieman eri tavoin. (Pervin & John 1997, 346) Voisikin ajatella, että eräällä tavalla Kelly näkee ihmisen tieteilijänä, joka koettaa ennustaa ja kontrolloida ilmiöitä (mt., 350).

Kelly hahmottaa tieteen, ja myös persoonan, eräänlaisena konstruktivisena alternativismina, jonka mukaan ei ole olemassa mitään "löydettävää" objektiivista todellisuutta tai absoluuttista totuutta. Pikemminkin tieteessä on kyse pyrkimyksestä kehittää konstruktivisia systeemejä, jotka ovat tilanteiden ennakoinnin kannalta käyttökelpoisia. (Pervin & John 1997, 351; 353) Niinpä ei ole mielekästä väitellä onko jokin teoria totta ja jokin toinen ei; teorit ovat vain erilaisia konstruktioita (mt., 352). Hän puhuukin kutsuvasta ilmapiiristä (invitational mood), teorian sopivuusalasta (range of convenience) ja teorian fokuksen sopivuudesta (focus of convenience) (mt., 351).

Kellyn persoonallisuusteoriassa konstruktion käsitteellä on keskeinen sija. Konstruktio muodostuu vähintään kolmesta elementistä: kahdesta, jotka havaitaan toistensa kaltaisiksi ja yhdestä, joka on erilainen kuin nuo kaksi muuta. Esim. havainnoimalla kahden ihmisen auttavan jotakuta ja kolmannen puolestaan satuttavan jotakuta saattaisi johtaa ystävällinen-julma –konstruktion syntymiseen. (Pervin & John 1997, 353) Kelly kehitti konstruktio-teorian perustalle Rep –testin (The Role construct Reperory est), jonka avulla on mahdollista tutkia yksilöiden, sukupuolten, eri ikäryhmien ja eri etnis-kulttuuristen ryhmien välisiä yhteisiä ja erilaisia tapoja konstruoida maailmaa (Pervin & John 1997, 357-359). Bieri (1955) tutki edellisen pohjalta systeemin kognitiivista monimutkaisuutta ja yksinkertaisuutta, jossa ensinmainittu esim. hahmottaa ihmiset moninaisin tavoin monilaatuisina olentoina, kun taas jälkimmäinen kapea-alaisesti vaikkapa vain hyvä-paha –akselilla (mt. 360-361).

*Ahdistus* on sen huomaamista, että jokin asia on konstruktivisen systeemin kattavan alan ulkopuolella. Ahdistus on siis olla ilman konstruktioita. Tällöin käytössä olevia coping-menetelmiä ovat mm. konstruktioiden rakentaminen, aiempien konstruktioiden laajentaminen ja näin tehden rakenteellisen otteen saaminen tapahtumista. *Pelko* aiheutuu uuden konstruktion ilmenemisestä konstruktio-systeemiin. Vielä suurempi kokemus on *uhka*, joka on tietoisuutta tulevasta ja kattavasta muutoksesta konstruktiosysteemin ydinrakenteessa. *Kuolema* on uhkaava, mikäli se havaitaan väistämättömänä ydinkonstruktioiden muutoksena. Kuolema ei ole uhkaava, mikäli sen ei ole konstruoitu olevan perustavanlaatuisista yksilön elämän merkityksen kannalta. (Pervin & John 1997, 364)

Fixed-role –terapiassa asiakas koettaa eläytyä uuteen konstruktiosysteemiin, uuteen persoonallisuuteen vähitellen. Näin hän tulisi uudelleenrakennetuksi. Kelly ei pitänyt Rogersin "ole itsesi" ideasta, sillä hänen mielestään yksilö ei voinut olla muu kuin oli. Hän kannatti ajatusta ihmisen alituisesta muutoksesta, rooli-leikeistä, ihmisen tulemisesta. (Pervin & John 1997, 377-379) Tässä herää kuitenkin sekä käsite – että ontologisen tasonkin kysymys, että kuka/mikä on tuo yksilö, joka rakentaa ja omaksuu uuden roolin, uuden persoonan? Kellyn mielestään hän siis on tuo persoona? Silti erit-

täin ilmeiseltä vaikuttaa, että vaikka persoona ja konstruktiot muuttuisivatkin ollen alituisen tuleminen tilassa, on kaikissa yksilöissä jokin sellainen pysyvyys, joka on tietoinen näistä kaikista muutoksista; se on tietoinen sekä ruumiin että mielen (kognitio, motivaatio, emotio) muutoksista. Mikä tämä tietoisuus on? Kelly ei vastaa siihen, koska hän ei ilmeisesti joko näe kysymystä tai sitten ei pidä sitä mielekkäänä tai jotain muuta. Tästä lisää mm. Joogafilosofinen persoonallisuusteoria – luvussa ja myös muualla myöhemmin artikkelin aikana.

Tarkasteltaessa kognitiivista teoriaa persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Rakenne. 2) Tilanneodotusten kanavoimat prosessit. 3) Systemin rakentumisen monimutkaisuuden ja määrittelyn lisääntyminen. 4) Rakennesysteemin häiriintynyt toiminta. 5) Elämän psykologinen uudelleenrakentaminen; kehotus- ja pyyntömieliala; kiinteä rooli –terapia (fixed-role).

<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Painottaa kognitiivisia prosesseja persoonallisuuden keskeisenä aspektina.	1) Ei ole johtanut tutkimukseen, joka olisi laajentanut teoriaa.
2) Esittää persoonallisuuden mallin, joka kannattaa sekä yleisiä persoonallisuuden lainalaisuuksia että yksilöllisten konstruktiosteemien ainutlaatuisuutta.	2) Jättää ulkopuolelleen tai koskettaa vain vähän persoonallisuuden eräitä keskeisiä aspecttejä (kasvu ja kehitys, emotiot)
3) Sisältää teoriaan kytketyn persoonallisuuden arviointi ja tutkimismenetelmätekniikan	3) Ei ole ainakaan vielä kytketty yleisemmän kognitiivisen psykologian teoriaan ja tutkimukseen.

**Taulukko 5.** Kognitiivisen teorian vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua Pervinin ja Johnin (1997, mukaan).

## **Sosiaalinen kognitiivinen teoria**

Ihminen näyttäytyy tässä teoriassa ongelmia ratkaisevana organismina. Tälle teorialle ominaisia piirteitä ovat: 1) ihmisen näkeminen aktiivisena toimijana, 2) käyttäytymisen sosiaalinen perustan painottaminen, 3) kognitiivisten (ajatus) prosessien painottaminen, 4) käyttäytymisen hahmottaminen tilanne-sidonnaisena, 5) systemaattinen tutkimus ja 6) monimutkaisten käyttäytymiskuvioiden oppiminen ilman palkkiota. (Pervin & John 1997, 399) Resiprokaalinen determinismi tarkoittaa persoonan ja ympäristön välisen vuorovaikutuksen keskeisyyttä (mt., 422).

Bandura on kriittinen psykoanalyttisen teorian vaisto- ja alitajunta-painotteisuutta kohtaan, sillä hänen mukaansa niitä ei pystytä systemaattisesti tutkimaan. Voisi ajatella psykoanalyttisestä näkökulmasta, että kriittisyys psykoanalyttistä menetelmää kohtaan olisi eräänlaista vastustusta, joka johtuu pelosta; eräänlaisesta paljastumisen pelosta. Mitä suuremmin ja innokkaammin vastustaa jotakin, kenties sitä suurempi resonanssipinta tuolla vastustuksen kohteella on vastustajan sisäisyydessä? Miksi hän vastustaa sitä niin suuresti, mutta joku muu ei? Tämä vastustus saattaa sitten ilmetä vaikkapa juuri systemaattisen tutkimuksen vaatimisena ja sen mahdottomuuden vuoksi koko menetelmän kieltämisestä. No, Banduran kohdallahan ei liene kysymys tästä, sillä hän – ainakin tekstin mukaan – kritisoi vain tiettyjä asioita menetelmässä. (ks. Pervin & John 1997, 399)

Bandura ja Mischel kannattavat empiiristä tiedettä ja selkeää systemaattiselle observaatiolle perustuvaa käsitteen määrittelyä. Systemaattiset observaatiot sekä inhimillisen käyttäytymisen laajat aspekti ovat kiinnostuksen kohteena. Sekä observaatio että itse-raportit tutkimusmenetelminä ovat hyväksytyt. (Pervin & John 1997, 404)

Persoonallisuuden rakenteet ovat kompetenssit-aidot, päämäärät ja itse (self). Keskeistä myös ovat tilannesidonnainen käyttäytyminen eivätkä niinkään konteksti-vapaat piirteet sekä itse-pystyvyys – uskomukset (self-efficacy). (Pervin & John 1997, 432-434) Dysfunktionaaliset kognitiiviset prosessit ovat sosiaalisen kognitiivisen teorian kliinisten sovellusten keskiössä (mt., 426).

Tarkasteltaessa sosiaalista kognitiivista teoriaa persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Odotukset; standardit; päämäärät; itse-voima (self-efficacy) uskomukset. 2) Tarkkaileva oppiminen; sijaisehdollistuminen; itsearvioivat ja itsesäätelyvät prosessit. 3) Tarkkailun ja suoran kokemuksen myötä tapahtuva sosiaalinen oppiminen; itse-voima arivoiden ja itsesäätelystandardien kehittyminen. 4) Opitut vastekuviot; äärimmäiset itse-standardit; itse-voiman ongelmat. 5) Mallinnus; ohjattu osallistuminen; lisääntynyt itse-voima.

Hylkää psykopatologian medikaalisen oire-tauti –mallin ja painottaa enemmänkin käyttäytymisen dysfunktionaalista oppimista, odotuksia, itse-palkitsemisen standardeja ja kaikkein tärkeimpänä itse-pystyvyys –uskomuksia. Terapeuttisen muutoksen yhteisenä nimittäjänä on itse-pystyvyys –uskomusten asteiden sekä voiman lisääntyminen. (Pervin & John 1977, 450-451)

<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Omaa paljon tutkimustuloksia.	1) Ei ole systemaattinen, yhdenmukainen teoria.
2) Pohtii tärkeitä ilmiöitä.	2) Sisältää verbaalisien itse-raporttien käyttämiseen liittyviä potentiaalisia ongelmia.
3) Ilmentää teoriana johdonmukaista kehitystä ja huoliteltua laadintaa	3) Vaatii lisää tutkimusta ja kehitystä tietyillä alueilla (e.g. motivaatio, affekti, persoonallisuusorganisaation systeemiominaisuudet)
4) Keskittää huomion keskeisiin teoreettisiin aiheisiin.	4) Terapiaa koskevat löydökset ovat pikemminkin arveluttavia kuin kiistattomia.

**Taulukko 6.** Sosiaalisen kognitiivisen teorian vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua Pervinin ja Johnin (1997, ) mukaan.

## ***Kognitiivinen, informaation-käsittelyteoria***

Tietokonetta mallina käyttäen teoriassa ollaan kiinnostuneita, miten ihmiset prosessoivat (koodaavat, tallentavat, noutavat) tietoa. Kiinnostus ihmisten rakentamiin maailman representaatioihin (fyysisiä objekteja, tilanteita, ihmisiä jne.) keskittyy ihmisten kehittämiin kategorioihin ja näiden kategorioiden hierarkkisiin organisaatioihin. Muita keskeisiä käsitteitä ovat skriptit ja itse-skeemat (self-schemas) tai kognitiiviset yleistykset, joiden avulla ihminen hahmottaa tärkeän ja oleellisen informaation ja sen organisointitavan. Itse-skeeman rakennuttua niitä on vaikea muuttaa, sillä näihin tähän skeemaan liittyvä sitä säilyttämään pyrkivä konsistenssiyritys ohjaa havaintojen tulkintaa puolueelliseen ennakoasenteeseen. Niinpä esim. ihmisellä näyttää olevan suuri tendenssi houkuttella esiin tai tulkita toisten toiminnasta ja ilmaisuista näitä skeemoja säilyttäviä ja vahvistavia tulkin-toja ja todisteita<sup>4</sup>. (Pervin & John 1997, 493)

Ei ole yhtä itseä vaan repertoari erilaisia itsejä. Organisoidessan ihmiselle oleellista informaatiota, yksilöt kehittävät implisiittisen persoonallisuusteorian. Lazaruksen mukaan stressi ilmenee, kun persoonat hahmottavat tilanteiden ylittävän heidän resurssinsa. Ihmiset voivat käyttää ongelma-lähtöistä tai emotio-keskeisiä coping-tekniikoita riippuen yksilön persoonallisuudesta ja tilanteen kontekstista<sup>5</sup>. (Pervin & John 1997, 494)

<sup>4</sup> Vertaa vaikkapa Ihmeiden oppikurssi (2002), jossa todetaan, että "kaikelle näkemälleni olen minä antanut sen merkityksen, joka sillä minulle on", joten "näen ulkona vain sitä, mitä on minussa itsessäni" ja että "havainto on projektio." Ehkäpä tosiaan havainto on hyvin pitkälle sitä, että näen, mitä haluankin nähdä, ja jos näen vaikkapa ahdistusta aiheuttavia asioita, on minussa jokin (vielä tuntematon, tunnistamaton) resonanssipinta (skripti, skeema, kätkeyty kognitio (submerged cognition)), joka tällaiset ahdistavat maailman tulkinnat minulle mahdollistavat. Samalla tavoin on ilon ja valon havaitsemisen kanssa; ellei minussa itsessäni (mikä se sitten onkaan?) ole iloa ja valoa, en voi sitä nähdä myöskään havaitsemassani ja merkityksellistämässäni havaintomaailmassa. Valo tulee "sisään", mutta merkitys kulkee "ulos."

<sup>5</sup> Mitä ovat ihminen, yksilö ja persoonallisuus? Ehkä näiden käsitteiden tarkempi määrittely voisi olla paikallaan. Tai sitten minulta jäi se huomaamatta / ymmärtämättä.

Kognitiot (attribuutiot, uskomukset, odotukset, itseä ja muita koskevat muistot) ovat oleellisia määrittäen tunteita ja käyttäytymistä. Siksi kiinnostuksen kohteena on se, mitä ihmiset sanovat toisilleen. Tilanne- tai tilannekategoriasidonnaiset kognitiot ovat oleellisia, joskin joidenkin yleistettyjen odotusten sekä uskomusten hahmotetaan olevan tärkeitä. Psykopatologia nähdään johtuvan itseä, toisia ja maailmantapahtumia koskevista vääristyneistä, vääristä ja maladaptiivisista kognitioista, jotka johtavat ongelmallisiin tunteisiin ja käyttäytymisiin, jotka puolestaan johtavat uudelleen problemaattisiin kognitioihin. Näin kierre on valmis. Terapeuttinen lähestymistapa on aktiivinen, strukturoitu ja nykyisyyteen keskittyvä. Pääasiana terapiassa on tunnistaa ja korvata maladaptiiviset kognitiot. Alitajunnan käsite ei ole oleellinen, muutoin kuin siinä mielessä, että asiakkaat eivät tiedosta omia itseään ja maailmaa koskevia ajattelurutiinejaan ja -tapojaan. Keskeistä on siis problemaattisten kognitioiden muuttaminen eikä niinkään kokonaisvaltainen persoonallisuuden muuttaminen. (Pervin & John 1997, 473-474)

Ellisin rationaalis-emotiivisen terapeuttisen systeemin (RET) mukaan psykologisten ongelmien syyt ovat irrationaaliset uskomukset ja irrationaaliset lausemat, joita esitämme itsellemme: meidän on tehtävä jotakin, on tunnettava jollakin tavalla, meidän pitäisi olla jonkinlainen henkilö, emme voi tehdä mitään tunteillemme tai elämäntilanteillemme. Muutamia mahdollisia maladaptiivisia kognitioita ryhmittäviä kategorioita voivat olla vaikkapa irrationaaliset uskomukset, virheellinen päättely, dysfunktionaaliset odotukset, negatiivinen itsekuva, maladaptiiviset attribuutiot, muistin vääristymät, maladaptiivinen huomionsuuntaaminen ja itsemoite -strategiat. (Pervin & John 1997, 478)

Viimeaikainen tutkimus on painottunut kolmeen alueeseen: a) informaation prosessoinnin suhteen affekteihin ja motivaatioon, b) ihmisten ajatuksista toimintaan –siirtymiseen sekä päämääriin ja toimintastrategioihin ja c) informaation käsittelyn kulttuurisiin eroihin akselilla länsimainen individualismi – muiden kulttuurien yhteisöllinen itse. Teorian ja terapian kannalta oleellisia ovat ongelmalliset kognitiot ja niiden muutos eikä niinkään kokonaisvaltainen persoonallisuuden organisaatiomuutos tai tiettyjen käyttäytymisten muuttaminen. (Pervin & John 1997, 494-495)

Tarkasteltaessa kognitiivista, informaation-käsittelyteoriaa persoonallisuusteorian viisi-mallin (Pervin & John 1997, 5) kautta saadaan tulokseksi seuraavaa: 1) Kognitiiviset kategoriat ja skeemat; attribuutiot; yleistetyt kokemukset. 2) Informaation prosessointistrategiat; attribuutiot; mahdolliset itset ja itse-oppaat. 3) Kognitiivisten kompetenssien (kykyjen), itse-skeemojen, odotuksien ja attribuutioiden kehittyminen. 4) Epärealistiset tai huonosti mukautuvat uskomukset; virheitä informaation käsittelyssä. 5) Kognitiivinen terapia – muutokset irrationaalisissa uskomuksissa, dysfunktionaalisissa ajatuksissa ja huonosti sopeutuvissa attribuutioissa.

<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Sitoo lähestymistapansa kokeellisen kognitiivisen psykologian työhön. Määrittelee käsitteensä selkeästi ja tekee ne kokeelliselle tutkimukselle saavutettaviksi.	1) On vielä saavutettava integroitunut persoonallisuuden teoria.
2) Ottaa huomioon muutamia inhimillisen persoonallisuuden toiminnan aspektoja (e.g. kuinka ihmiset representoivat toisiaan, tilanteita ja itseään)	2) Ei huomioi affekteja ja motivaatiota keskeisinä kognition korrelaateina ja määrittäjinä.
3) Tärkeää annettavaa terveydenhuollolle ja psykoterapialle.	3) Kysymykset kognitiivisten terapioiden käsitteellistä statusta ja kliinistä toimivuutta.

**Taulukko 7.** Kognitiivisen, informaation-käsittelyteorian vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua Pervinin ja Johnin (1997, ) mukaan.

## Joogafilosofinen persoonallisuusteoria – mystinen minuus

Tämän esseen alussa esittelin Pervinin ja Johnin (1997, 5) suilla, että perusteellisen persoonallisuusteorian tulisi kattaa tiettyjä asioita. Tämä mielessä esittelen seuraavassa lyhyesti klassista joogafilosofiaa mukailevan persoonallisuuskäsityksen. Loppuartikkelin aikana tulen tarkastelemaan esittelemiäni asioita myös tämän joogafilosofisen sekä siihen läheisesti liittyvien hindulais- ja buddhalaisperäisten näkemysten valossa.

1) Rakenne: a) henki, b) sielu ja c) ruumis. Sama kolminaisuus toisin ilmaistuna on a) transsendenttinen henki-sielu ( $\text{Atman}$ , Todellinen Itse), b) psyyke [eli niin sanottu hienoruumis, joka koostuu mielestä (emootiot, kognitiot, motivaatiot), minä-käsityksestä ( $\text{Jivatman}$ , puhutaan myös egosta, jolla siis tässä yhteydessä tarkoitetaan väärää minuuskäsitystä eli identifioitumista psykofyysiseen konstituutioon) ja älykkyydestä (*buddhi*, kyky järkeillä)] ja c) ruumis (fyysinen laite tai kone, joka interaktiossa psyyken eli hienoruumiin kanssa muodostaa psykofysiikan). Hengen (a)) transsendentaalisuutta ei tämänhetkisen tieteen keinoin ilmeisestikään voida verifioida saati falsifioida<sup>6</sup>.

Tässä esittelemäni joogafilosofinen näkemys on siinä mielessä täysin deterministinen, että perimmällä tasollaan b) + c) eli psykofyysinen konstituutio on täysin luonnonvoimien ( $\bar{\text{}}$ ) ehdollistama ja toimii niiden alaisuudessa, vaikka yksilö luuleekin olevansa aktiivinen agentti. Oikeastaan kyse on eri ulottuvuuksista tai tasoista. Eräällä tasolla on mielekästä uskoa voivansa ohjata omaa toimintaansa, mutta samalla tiedostaa kaiken olevan luonnonlakien alaista.

2) Prosessi: Nuo luonnonvoimat tai luontoa ohjaavat periaatteet ( $\bar{\text{}}$ ) puolestaan ovat Jumalan toimivallan alaisia, sillä ne ovat osa Jumalaa, kuten kaikki mikä on, on osa Jumalaa. Karma eli syyn ja seurauksen laki sitten on oikeastaan luonnonlakeja ohjaava periaate, ja sen kautta määräytyy kunkin psykofysiikan rakenne ja ominaisuudet. Rakentuminen tapahtuu sisältä ulospäin eli keskeisiä karmisia elementtejä ovat emootiot, kognitiot ja eritoten motivaatiot. Tässä piilee tämän joogafilosofian eettinen elementti. Kullakin yksilöllä on siis tietyllä olemassaolon tasolla kuitenkin tietynlainen mahdollisuus erityisesti mielen- ja siitä seuraavan toiminnan -ulottuvuudella olla dynaamisessa vuorovaikutuksessa ja ohjata toimintaansa.

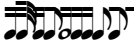
3) Kasvu ja kehitys: Ympäristö ja perimä vaikuttavat ulkoiseen ilmiasuun ja ulkoiseen (pinta)persoonaan, joskin nuo molemmat ovat karman laina alaisia eli syntyminen tiettyyn paikkaan tiettyinä aikana tietyille vanhemmille on karman säätelemää. Joka tapauksessa (ulkoisen) persoona ja ruumis kasvavat ja kehittyvät symbioosissa ympäröivän yhteisön kanssa. Persoona on tässä hahmottamistavassa esitettyssä kolmijaossa oikeastaan a)+b+c). Myös elävä ihmisolento on näiden kolmen tekijän kokonaisuus.

Kehityksen suunta on kuitenkin lopulta tulla ymmärtämään Todellisen Itsen eli psykofyysisen kokonaisuuden eläväksi tekevän Hengen (a)) olevan kaikesta tällaisesta täysin erillään. Tämä saattaa vaatia hyvin monia ihmiselämiä toteutuakseen ja itse asiassa ilman asianmukaista ohjausta eli tällai-

---

<sup>6</sup> Voisi ajatella, että käsitteeseen transsendentti kytkeytyy helposti myös käsitteiden luonnollinen ja yliluonnollinen muodostava vastakohtaisuus. Jos määrittelee kuitenkin vaikkapa luonnollisen ihmisen havaitsemiskyvyn alaiseksi ja yliluonnollisen näin ollen yliaistiseksi ei transsendentti-käsite, ja jokin sen viittauskohde, enää välttämättä vaikuta niin kaukaiselta. Näin ajatellen muodostuisikin ehkä mielekkäämmäksi puhua tavanomaisesta tai aistillisesta kuin luonnollisesta. Nimittäin tuo luonnollinenhan näyttäisi tällöin vain ihmisen aistien ja järjen määrittämältä eikä niinkään joltain luonnossa itsessään olevalta; paitsi tietenkin, mikäli on suuntautunut luonnontieteellis-objektiivisesti ja uskoo, että on olemassa jokin "luonto itsessään" ja on kykeneväinen tietämään luonnon toimintaperiaatteet eli luonnonlait.

sen realisaation saavuttaneen henkilön opastusta se voi olla hyvinkin vaikeaa. Tämä siksi, että pyrkimässä tällaiseen Itserealisaatioon kieltäminen ja tukahduttaminen ovat ainakin alkuvaiheissa erittäin yleisiä toimintoja. Tästä esimerkkeinä ovat vaikkapa eri uskontojen mystikko-asketit, jotka kiduttavat lihaansa jne<sup>7</sup>. Ihmishahmossa ilmenevän elämänvoiman lopullinen kehitystehtävä on realisoida Itse eli oman Todellisen Itsensä löytäminen (, joka ei ole käsitteellinen tapahtuma eikä ole oikeastaan käsitteellisesti välitettävissä) sekä vielä oleellisemmin Jumalalle antautuminen. Paradoksaalista tässä on se, että tämä Todellinen Itse on jo aina se, mikä se on. Kehitys tapahtuu siis vain b)+c) –akselilla. Näin ajatellen ei ole mitään täysin valmista ja tarkasti rajattua identiteettiä tai minuutta vaan se muuttuu alati myös Itserealisaation jälkeen niiltä osin, kuin käyttöväline tehtävänsä asettanut (ulkoinen) persoona on kyseessä.

4) Joogafilosofian näkökulmasta katsottuna inhimillisessä elämässä ja Todellisen Itsen realisaatiossa on viisi perusestettä tai perushäiriötä. Ne ovat  (PTJS) eli a) tietämättömyys (esim. sekoittaa ikuisen ei-ikuiseen, henki-sielun psykofysiikkaan; luulee havaitsemansa "objektiivisen todellisuuden" olevan faktuaalinen todellisuus, eikä ymmärrä havaintonsa ja asioille antamisensa merkitysten olevan oman mielensä tuotosta), b) *ēgon* väärät tiedonannot (väärä minus eli kognitiomotivaatio-emootio-ruumis –virtaan identifioituminen ja täydelleen sitä kautta rakentuvaan tietoperustaan tukeutuminen), c) halut-tahtomukset-fantasiat, d) vastahakoisuus (muutosresistanssi, ikävien asioiden välttäminen) ja e) oman *ēgo*-erityisyyden kadottamisen pelko eli pelko oman itsen häviämisestä, toisin sanoen tyhjiyden, katoamisen ja kuoleman pelko. Näistä viidestä esteestä johtuu kaikki häiriintyminen, joka ilmenee mielen hajanaisuutena, keskittymättömyytenä, ruumiin heikkoutena, rakkaudettomuutena, monenlaisina psykofyysisinä kärsimyksinä, päihteiden käyttönä (kaikki päihteiden käyttö on näin ajatellen väärinkäyttöä), jne.

Noissa viidessä esteessä voi hahmottaa olevan läsnä niin sanotut perustunteet, joiden liuettua, vähetyä minimiin ja niiden asetuttua niiden oikeaan tehtävään eli antaumukselliseen Elämän palvelukseen meissä tulee ilmi rauhantila ja sitä kautta Todellisen Itsen ja orastavan Jumalan kaikkeussuuruuden ymmärtämisen ilmeneminen. Kyse ei ole siis tuntemuksien ja ajatuksien tukahduttamisesta, joka tietenkin lopulta on mieletöntä, vaan hyvin monitasoisesta työskentelystä ja luopumisesta.

Kyse ei ole myöskään freudilaisesta *id*, *ego*, *superego* –ajattelusta ja siihen liittyen Rogersin ideaaliminä –identifikaatiosta. Nimittäin ideaaliminä –orientaatioissa voisi ajatella olevan kyseessä fantasiat ja kuvitelmat, siis mielikuvat ja unelmat, erilaiset luulot ja käsitykset. Todellisen Itsen realisaation kohdalla puolestaan on kyse ajatteleamattomuudesta eli perimmältään käsitteellistämättömyydestä, eräänlaisesta *no-mind* –tilasta kahdesta syystä johtuen. Ensinnäkin ennen realisaatiota juurikin välttääkseen mihinkään kuvitelmiin ja idealisoituihin toiveisiin ja illuusioihin vajoaminen. Toisaalta jonkin asteisen realisaation ilmettyä ei ole edes oikein mahdollista käsitteellistää sitä. Käsitteellistämisen pakottaa ajattelun ja järjen alueelle jonkin sellaisen kokemuksellisen ja ei-käsitteellisyymärryksellisen mysteerin, mikä luonteeltaan on kaiken kuvailun tuolla puolen.

Keskeinen perusvirhe on *avidy* eli tietämättömyys, johon vaikuttaa suuresti älykkyys<sup>8</sup> eli ymmärrys, johon taas vaikuttavat mm. päihteet ja ravinto. Siitä rönsyävät ja se ylläpitää kaikkia noita muita pelon avulla. Tietämättömyys on siis oikeastaan näin ajatellen pelkoa ja vielä tarkemmin kuoleman

<sup>7</sup> Tästä on kirjoittajalla myös jonkinasteisia henkilökohtaisia kokemuksia.

<sup>8</sup> Älykkyys hahmotettuna ymmärryksenä on keskeinen vaikka osin paradoksaalisesti käsitteellinen ajattelu ei ole niinkään keskeistä. Kyse on jostain järjen ja käsitteiden tuolla puolen olevasta rakkaus-ymmärryksestä. Sillä rakkaus on tuo Todellinen Itse. Voisi ajatellakin rakkaudellisuuden olevan eräänlainen mittari Todellisen Itsen realisaation suhteen.

pelkoa. Kuoleman pelosta nousee elämisen halu tai vimma. Oletko kuullut sanonnan, että elämä alkaa vasta sitten, kun on valmis kuolemaan joka hetki? Kyse on juuri tästä.

5) Muutos: Keskeisiä muutoksen välineitä ovat muun muassa fyysinen joogaharjoitus liikkeineen, hengityksineen ja rentoutumisineen (vrt. terve sielu terveessä ruumiissa), itsetutkiskelu ja intersosi-aalis-eettinen pohdiskelu (eli omien motiivien, asenteiden, uskomusten, käsitysten, muistojen, käyt-täytymisen jne. tarkasteleminen ja arvioiminen), mantrojen laulaminen (vrt. musiikkiterapia ja ke-hon äänihieronta) sekä jollekin itseä suuremmalle antautuminen (Jumala tai Elämä tai Luonto, mi-ten sen kukin sitten haluaa käsittävänkään, joskin vastustus persoonallista Jumalaa kohtaan on merkki vielä jostain häiriöstä).

Pääasiallinen muutosvastarinta johtuu pelosta. Mitä esimerkiksi sinä, lukija, tunsit ja ajattelit erityi-sesti lukiessasi väärästä minuuskäsityksestä eli sosiohistorialliseen muistiin ja havaittuun-koettuun ruumiiseen perustuvaan minä-käsitykseen identifioitumisen häviämisen oleellisuudesta? Aiheuttiko se pelon häivähdyksen ja siksi vastustusta? Tämä on erittäin luultavaa suurimmalle osalle ihmisistä. Mikäli näin kävi, sait omakohtaisen kokemuksen keskeisestä resistanssielementistä tässä esitettyä näkemystä ajatellen.

Vielä ajatellen aiemmin kuvailemiani viittä vastustuselementtiä väärän minuus –käsityksen luopu-misen pelossa voisi hahmottaa olevan kyse niistä kaikista. Nimittäin näin: pelko oman erityisyyden kadottamisesta, halu säilyttää ja olla samaistuneena tuohon käyttöväline-persoonaan eli tuohon so-siohistoriallis-fysikaalis-persoonalliseen erityislaatuun ja saada siitä nautintoa, vastenmielisyys tästä käsityksestä luopumista kohtaan, egon väärät tiedonannot eli koko aiempi elämänhistoria "huutaa", että sinä olet tämä ruumis, mieli, nämä muistot, asenteet, käsitykset, tunnekuviot jne. Lopulta, tämä

kaikki on avidy eli tietämättömyys. Tästä kaikesta seuraa kärsimys ja häiriöt.

Tässä näkemyksessä esitettyä hengen eli Todellisen Itsen transsendentaalisuutta ei tämänhetkisen tieteen keinoin voida verifioida saati falsifioida. Se jää lopulta subjektiiviseksi ymmärrys-kokemukseksi, joita kokemuksia ja käsityksiä toki voidaan nykyisenkaltaisilla tieteillä tutkia vaik-kapa mittaamalla erilaisin neurologisin laittein moninaisia sähkökemiallisia impulsseja ruumiissa ja kuvailemalla sitten tätä toimintaa. Tämä on kuitenkin täysin eri asia kuin mystinen kokemus *unio mysticasta* eli Todellisen Itsen laadullisesta yhteydestä Jumalan kanssa.

<i>Vahvuuksia</i>	<i>Rajoitteita</i>
1) Kattava näkemys ihmisolenon rakenteesta ja hänen psykopatologiastaan. Sisäisen ja ulkoisen elämän balanssi.	1) Perusoletukset eivät ole empiirisesti todennettavissa, objektiivisuuden puute ja menetelmien vähäinen tieteellinen testaus.
2) Selittää ihmisen uskonnollisuuden ja sielu-uskon, ”järkiinnyttää” ihmisten parissa yleistä vimmaa vallata, hallita, alistaa, turvautua väkivaltaan, jne.	2) Osin hämärät, epäselvät käsitteet sekä vetoaminen irrationaaliseen ja transsendenttiin.
3) Subjektiivista kokemusta, ymmärrystä, vastuuta ja muutosmahdollisuutta painottava. Tarjoaa kokemuksellisen viitekehyksen ja menetelmiä.	3) Subjektiivisen kokemuksen jatkuvuus ja/tai yhtenäisyys vaatii todisteita (Katzko 2003, 104) myös joogafilosofian tieteellisissä perusteluissa. Menetelmiä ei ole tarpeeksi tieteellisesti tutkittu.
4) Tieteen ja mystiikan sulauttamispyrkimys.	4) Eri kulttuurijäsennyksien yhteensovittamisen ongelma.

**Taulukko 8.** Joogafilosofisen teorian vahvuuksien ja rajoitteiden tarkastelua.

## Konstruktivistinen näkemys persoonallisuudesta suhteessa perinteisiin näkemyksiin

Perinteisissä persoonallisuusteorioissa on pääsääntöisesti ajateltu ihmisessä kaiken taustalla olevan jokin ydinitse, self, jonka ajateltiin olevan keskeinen tekijä persoonallisuuden psykologiassa. Nyt-

temmin konstruktionistisessa persoonallisuusteoriassa ei enää tällaista self-entiteettiä uskota olevan tai sille ei anneta ainakaan lähellekään niin suurta painotusta kuin aiemmin on annettu vaan painopiste on pikemminkin sosiaalisissa suhteissa, muutoksessa, oppimisessa ja rakentumisessa. Seuraavassa tarkastelen tähän liittyen Baumeisterin ja Muraven (1996) artikkelia.

Yksilöllisen identiteetin ja yhteiskunnan välinen suhde vaikuttaa olevan pitkän aikavälin syyseuraus –suhde –ongelma (Baumeister & Murave 1996) länsimaisissa sosiologiassa, psykologiassa, antropologiassa jne. Baumeister & Murave (1996) esittävät olevan ilmeistä, etteivät identiteetit ilmesty tyhjiössä eivätkä ne tule ensin ja sitten etsi itselleen sopivaa ympäristöä. Näin he ajattelevat yhteiskunnan esittävän keskeistä kausaalista roolia identiteetin muotoutumisessa. Toisaalta heidän mukaansa on myös selvää, etteivät identiteetit ole pelkästään yhteiskunnan tuotetta.

Baumeister & Murave (1996) esittävät yksilöllisen identiteetin olevan adaptaatiota sosiaaliseen kontekstiin. Adaptaation käsite pitää sisällään yksilöiden valinnanvapauden, mutta myös historian, kulttuurin ja sosiaalisten suhteiden vaikutuksen identiteetin muodostumisessa. Identiteetillä Baumeister & Murave (1996) kytkevät vahvasti lingvistisiä määritelmiä ja sosiaalisia rakenteita edeltävää itseyyttä. Tämä itse perustuu sille, että on fyysinen ruumis, kokeva ja itsetietoinen (refleksiivinen) tietoisuus, ihmisten välisiä suhteita sekä kuuluu joihinkin ryhmiin ja on kykeneväinen päätöksentekoon ja itsesäätelyyn. Identiteetti on joukko merkityksellisiä määritelmiä, jotka on kytketty itsen sisältäen sosiaaliset roolit, maineen, arvojen ja päämäärien rakenteen ja käsityksen oman itsen mahdollisuuksista (Baumeister & Murave 1996). Vaikka termien identiteetti ja itse välillä voi tehdä erotte- lun, käyttävät Baumeister & Murave niitä kuitenkin toistensa synonyymeinä.

On esitetty, että suuri historiallinen muutos länsimaisissa yhteiskunnissa on muutos ”tiukasta” yhteiskunnasta ”löysään”. Tällä tarkoitetaan yhteisön kontrollin vähenemistä yksilön aikuisiän roolien ja muiden aikuisen identiteetin aspektien määrittelijänä sekä sosiaalisten ohjeiden, määritelmien ja rajoitusten ohjaajan (Baumeister & Murave 1996). Aiempina aikoina yksilöiden rooleille ja identiteeteille oli paljon selkeämmin ja tarkemmin muotoillut kehykset, joita rajoittivat sukupuoli, sääty, perhetausta, elinkeinoelämän muodot, kauppa, maantieteellinen liikkuvuus, koulutuksen puute, jne. Mestari-kisälli –suhde ohjasi kisällin oikeastaan vain yhteen ammattiin sulkien muut vaihtoehdot pois. Nykyään ainakin korkeamman asteinen koulutus mahdollistaa hyvin monenlaisen suuntautumisen ja vaihtoehdot sekä myöhentää keskeisten työuraa koskevien ratkaisujen tekemistä. Vaikka- kin yhä enenevässä määrin ihmisten koulutus- ja työurat näyttävät muuttuvan repaleisemmiksi ja koko elinkaaren käsittäviksi.

Tämä ”vapautuminen” on samalla lisännyt vastuuta eli kunkin yksilön taakkaa keskeisten ratkaisujen tekemisessä ja identiteetin rakentamisessa erityisesti nuoruusiässä (Baumeister & Murave 1996). Joskin nykyään voi kyllä esittää, että myös nuoruusaika on pidentynyt tältä osin jopa pitkälle yli kolmeen kymmeneen ikävuoteen (ilm. korkeasti koulutettujen osalta ainakin Suomessa) tai sit- ten identiteettikäsitykset edellä kuvatulla tavalla rakennettuina ovat aina lopulta epätydyttäviä. Ehkä tyydyttävämpiä ja hedelmällisempiä identiteettikäsityksiä saataisiin Joogafilosofisen persoonallisuusteorian hahmottelussa esitellyllä tavalla asiat hahmottaen?

Nuorten häiriökäyttäytyminen on Baumeisterin ja Muraven (1996) mukaan ikivanhaa, mutta nuorten identiteetti-kriisit sitä vastoin eivät ole. Baumeister ja Murave (1996) viittaavat edellisessä historioitsijoihin, joiden mukaan nuoret ovat aina käyttäytyneet, kuten nykyään käyttäytyvät. Niin, kuinka paljon asia näin lieneekään ja missä mittakaavassa? Onko tämä tapahtunut länsimaissa kirjoitetun historian aikana vai globaalisti, universaalisti ihmislajin nuorten parissa? Kuinka paljon tutkijat ovat halunneet löytää tällaisia todisteita historiasta, ja kuinka paljon heidän nykyiset käsi- tyksensä nuorison käyttäytymisestä on ohjannut heidän tulkintojaan? Uskoisin, että aika suuresti.



Projektion voisi sanoa olevan aika vahva toimintaperiaate ihmisen havaintomekanismissa: näen aina ”ulkona” sitä, mitä on minussa itsessäni.

Baumeister & Murave (1996) puhuvat nykyisestä valinnanvapaudesta ja osoittavat sääliä menneiden aikakausien nuorille, jotka joutuivat vasten tahtoaan sopeutumaan heille epähaluttaviin aikuisidentiteetteihin. He mainitsevat myös, että usein puhutaan kääntymisestä sisäänpäin ja sisäisen itsen kuuntelemisesta elämänsuuntia kartoitettaessa. Tämän sisäisen itsen he kuitenkin tahtovat osoittaa olevan adaptaatiota sosiaalisiin ja historiallisiin muutoksiin.

Usko suureen, sisäiseen itseen on muokannut modernia identiteettiä ja sen ymmärtämistä. Kun fokus siirtyi ulkoisesta (ruumiista) sisäiseen, muuttuivat asiat paljon monimutkaisemmiksi. Sisäistä, näkymätöntä itseä on paljon vaikeampi määritellä ja osittain siitäkin syystä Baumeisterin & Muraven (1996) mukaan se on voinut ollut kateissa. Tällainen usko on muodostanut myös itseyden myyntejä, jotka ovat suurelta osin Baumeisterin & Muraven (1996) epäilyn mukaan aiheuttaneet monia tämän päivän nuorten ongelmia mm. median ja populaarikulttuurin propagoimien ”tunne itsesi” – ohjeiden kautta. Kuitenkaan mitään selvää käsitettä ja tarkasti määriteltyä keinoa saati todisteita tämän itsensä etsimisen hyödyistä ei ole esitetty (Baumeister & Murave 1996).

Baumeister & Murave (1996) puhuvat arvopohjista, jotka ovat joitain oikeiksi ja hyväiksi perusteiksi hyväksytyjä moraalisia entiteettejä. Länsimaisista yhteiskunnista he katsovat monien tällaisten kadonneen tuottaen eräänlaisen arvotyhjiön, jonka johdosta on elämän mielekkyyden ja merkityksellisuuden kokeminen on tullut ongelmallisemmaksi. Aiemmin traditioiden määrittelemät moraaliset doktriinit ovat korvautuneet paljolti modernin byrokraattian rationaalisilla päätöksentekoprosesseilla. Tämä on ollut omiaan lisäämään tietynlaisten ongelmien ratkaisutehokkuutta, mutta siitä puuttuu tradition moraalinen voima.

Keskeisin kulttuurinen vastine arvotyhjiölle on ollut nostaa itse kaikkien arvojen perustaksi (Baumeister & Murave 1996). Tämän mukaan yksilöllä on mm. oikeus ja velvollisuus kultivoida omia kykyjään ja lahjoja sekä suuntautua omien intressiensä mukaisesti omaksi parhaakseen. Identiteetin odotetaan auttavan ihmisiä ratkaisemaan elämän perusongelman eli elämän mielekkääksi kokemisen. Yleisesti ottaen moraalit on rajoittanut ihmisten itsekkyyttä ja itsekeskeisyyttä suunnaten heitä yhteisen hyvän ajatteluun. Nytemmin moraalit ja itsestä kiinnostuminen on asetettu samalle puolelle, puhuvat Baumeister & Murave (1996).

Itsen hahmottaminen arvoperustana on johtanut työelämän alueella siihen, että se on motivoinut ihmisiä suuntautumaan ja panostamaan enemmän uraansa. Tämän voi ajatella olevan eräänlaista identiteetin rakentamista ja arvostuksen hakemista. (Baumeister & Murave 1996) Intialaissyntyinen, nyt jo edesmennyt, Srila Prabhupada toteaa tässä kohtaa oivallisesti, että: ”Professori ja taskuvaras – molemmat ovat vain ammatteja”. Tämä tarkoittaa, että kaikki tällaisen ammattimääritelmän varaan rakentunut arvostuksen kaipuu on vain mielensisältöihin ja ruumiiseen perustuvaan väärän minuuskäsityksen ylläpitämissyrkimystä. Prabhupadan mukaan se johtaa aina kärsimykseen ja onnettomuuteen perimmältään jo senkin vuoksi, että se ei ole totta.

Kukaan ei kysy, miksi tulisi huolehtia omien lasten hyvinvoinnista; tämä on laajalti hyväksytty ja itsessään arvokas, oikea asia, sanovat Baumeister & Murave (1996). Itse ja perhe ovat voimakkaimmat modernit arvot, vaikka mitä lähemmäksi tullaan tätä päivää on ensin mainittu vahvistanut paikkaansa jälkimmäisen kustannuksella. Perheen hyvinvointi on saanut antaa sijaa itsen toteuttamiselle. Mikäli vastaava logiikka alkaisi toimia lasten suhteen, olisivat seuraukset luultavasti katastrofaaliset.

Baumeisterin & Muraven (1996) siteeraamat tutkimukset näyttävät osoittavan, että onnellisuuden kokeminen vähenee vanhemmaksi tulemisen myötä. Siksi heidän mukaansa olisikin sosiaalisesti tärkeää saada ihmiset pitämään laajalle levinnyt vastakkainen uskomuksensa, että lasten saaminen lisää onnellisuutta sekä että lasten etu on aina oltava ennen omaa etua.

Mutta kysymättä jättäminen ei liene kuitenkaan enää tiedettä, jossa pitäisi pystyä perustelemaan kaikki uskomuksensa. Miksi ylipäättään huolehdit lapsistasi, sukulaisistasi tai kenestä vain? Eikö tämä ole aika peruskysymyksiä myös, jos haluaa todella selvittää motiivejaan ja hankkia sitä ”itse-tuntemusta”, jolta Baumeister & Murave (1996) näyttävät haluavan meidät säästää? Ekologiselta näkökannalta ajatellen saattaisi olla erittäin hyvä, jos ihmisten syntyvyys laskisi radikaalisti. Kenties ihmisenä ilmenevän tietoisuusolennon perimmäinen tarkoitus ei olekaan olla ketju sukupolvien lenkissä vaan jotain aivan muuta? Ketju sukupolvien lenkissä voidaan toki ajatella vain fyysisenä organisminakin, jonka tehtävä silloin olisi suvun jatkaminen. Mutta kysymys ihmisenä ilmenevä tietoisuusolennon perimmäisestä luonteesta saattaa saada hieman erilaisen vastauksen, jos asiaa tarkastellaan vaikkapa joogafilosofisesta näkökulmasta.

Baumeister & Murave (1996) puhuvat vääjäämättömän kuoleman ilmenevän ehkä kauhistuttavampana kuin ennen nykyajan ihmiselle, jolla on ”hyvinmuodostunut” identiteetti<sup>9</sup>. Eritoten, jos elämän perusta on rakentunut tämän itsen toteuttamisen varaan, sen kadottamisen ajatus lienee ahdistava.

Juuri tämä kuoleman pelko (abhinivea) nähtiin joogafilosofisessa persoonallisuusteoriassa viimeisenä esteenä avidyn eli tietämättömyyden poistumiselle.

Kuolemasta puheen ollen ilmeisesti ei ole olemassa edelleenkään tieteellistä todistusaineistoa siitä, mitä tapahtuu persoonaksi kutsumallemme ominaisuudelle tai tietoisuudelle, muistoille, ajatuksille, tunteille, käsityksille jne. sen jälkeen, kun elämä ei enää ilmene ruumiissa. Nimittäin vaikka erilaisin mittausvälinein ja kuvantamismenetelmin on kyetty kytkemään ns. mielelliset tapahtumat erilaisten aivotapahtumien kanssa jossain määrin yhteneviksi, ei voida edes tieteellisten näkökulmien sisällä olla yksimielisiä asiain tiloista. Tähän liittyen voi ajatella myös, että vaikka jotakin tieteellistä todistusaineistoa ilmenesikin, lienevät tietoteoreettiset ja lingvistiset ongelmat aina esteenä; aina näyttäisi olevan subjekti, joka objektiivisuudeksi hahmottamansa havaitsee, merkityksellistää ja siitä puhuu.

Yksilöllisyyden arvostaminen näyttää huimasti kasvaneen vaikkapa maatalousyhteiskunnan ajoilta nykypäivään tultaessa. Tähän Baumeister & Murave (1996) esittävät monia syitä, kuten teollistuminen, vapaa-ajan kasvu, ns. hyvinvointiyhteiskuntien muodostuminen etc. Tämä lienee kuitenkin vain länsimaista perinnettä, sillä esim. hindulaisuudessa ja buddhalaisuudessa kuitenkin minuuden ongelma näyttää olevan ollut keskeinen jo tuhansia vuosia? Baumeister & Murave (1996) eivät koe-takaan vastata tällaiseen kysymykseen edes länsimaisten yhteiskuntien osalta, mikä lienee järkevää.

---

<sup>9</sup> ”Hyvinmuodostunut identiteetti” on hyvin pitkälle sama asia, kuin väärä minuus –käsitys. Tähän kytkeytyy myös vahvasti halu olla erityinen, erikoinen ja yksilöllinen; erilainen kuin muut. Toki joogafilosofisessa persoonallisuus – käsityksessä on erittäin tärkeää, että (ulkoinen) persoona on hyvin muodostunut, koherentti ainakin niin kauan kunnes Todellinen Itse on täydelleen realisoitu ja Jumalan ohjaukseen on täydelleen antauduttu. Niin tapahtuduttua, eihän ole enää mitään väliä onko elossa vai kuollut psykofyysisellä tavalla ja tasolla ajateltuna. Toisaalta psykofyysinen persoona –olento asettuu Korkeamman eli Todellisen Itsen käyttövälineen asemaan, jolloin se silti on yhäti ympäristö- ja perin-tökijöiden aiheuttamalle muutokselle alistainen.

Yksilöllisyyden ihannoinnilla on paradoksaalisesti toinen puolensa, joka tekee kaikista samanlaisia. Erityisesti massakulttuuri näyttää auttavan tällaisessa ”yksilöllisyyttä korostavassa massautumisessa”. Voisikin ajatella, että on todellakin yksilöllistä ajatella olevan vain massaa ja massatuote.

Sisäiset kokemukset koetaan tänä päivänä keskeisenä tekijänä yksilöllisyyden muotoutumisessa, johon liittyen monet identiteettikriisit saattavat liittyä osana pyrkimystä erottautua ja yksilöityä suhteessa muihin (Baumeister & Murave 1996). Korkean itseluottamuksen ei tarvitse kuitenkaan liittyä korkeaan yksilöllisyyksiasitykseen itsestään. Se voi liittyä johonkin etniseen ryhmään kuulumiseen tai nationalistisuuteen tai johonkin muuhun sellaiseen. (mt) Lopulta kuitenkin eräänlaiseen virhemääritelmään.

Itse rakentaa itselleen käsityksen, jonka avulla se voi toimia sosiaalisessa ympäristössä (Baumeister & Murave 1996).

Eräs ongelma on se, että Baumeister & Murave (1996), kuten niin monet muutkin näyttävät näkevän asioita tilastollisina suureina ja rationaalisesti lähestyttävänä kokonaisuuksina. Esim. uskonnon, tradition ja sisäisen itsen puoleen kääntymisen omaaman voiman ja tenhon he vaikuttavat ymmärtävän pääasiassa järjen tason toimintana. Tutkijoiden omaama ihmiskäsitys rajaa ja ohjaa heidän suuntautumistaan ja suppeuttaa sitä huomattavasti. Eräs tällainen oletus on käsitys ihmisestä täysin toimintaansa ohjaavana olentona.

Esitän tässä kuitenkin Baumeisterin & Muraven (1996) olevan artikkelissaan hieman hukkateillä siitä yksinkertaisesta syystä, että he sekoittavat tasoja keskenään. Heidän esittämänsä ihmiskäsitys rajaa suuresti heidän näkökulmiensa. He eivät nimittäin näytä artikkelissaan ottavan huomioon, että käsite *itse* voidaan ajatella viittaavan kahteen asiaan, jotka myös yleisesti muutoinkin on sekoitettu toisiinsa paitsi mystiikan saralla. Kahdella itsellä tarkoitan alemmaa ja Korkeampaa itseä. Alempi itse on sosiohistoriallisen ja ruumiillinen persoona, kun Korkeampi Itse puolestaan on tietoisuus, tiedostavuus, näkijä ihmisolennossa.

Mystiikalla tarkoitan kaikkien uskonnon muotojen perustalta löytyvän peruskokemuksen yksilön ja Jumalan yhteydestä, mystisestä yhteydestä (unio mystica). Kääntyminen sisäisen (korkeamman itsen) puoleen tarkoittaa juurikin kääntymistä Jumalan puoleen, joka ohjaa toimintaa sisimmästä käsin. Ellei tätä omassa kokemuksessaan ja käsityskyvyssään pysty ymmärtämään, on selvää, että se vaikuttaa käsittämättömältä, ja se täytyy jotenkin selittää (pois).

Baumeister & Murave (1996), kuten muutkin materialistis-reduktiivisesti ja/tai kristillisen ihmiskäsityksen pohjalta toimivat eivät näytä tätä ymmärtävän, vaan sekoittavat kaksi eri asiaa toisiinsa ymmärtäen asiat vain teoreettisista kehyksistä käsin usein koskettamatta ollenkaan omakohtaista kokemusta. Tietenkin tästä on olemassa poikkeuksia. Suomessa tällaisia voisivat olla vaikkapa Matti Luoma –niminen psykoterapeutti ja filosofian dosentti, Lauri Rauhala ja Sven Krohn.

## **Minuuden käsite sekä sen käyttö ja soveltaminen persoonallisuuspsykologiassa**

Niin tutkimus- kuin kliinisessäkin työssä sekä arkisessa kanssakäymisessä on mielekästä määritellä käytettyjä käsitteitä, jotta tiedetään, mistä ilmiöistä kulloinkin puhutaan, ja mitä kukakin tarkoittaa käyttämillään sanoilla. Näin voisi ajatella yhteisen ymmärryksen rakentumisen olevan vankemmalla pohjalla, mikäli uskoo yhteisen ymmärryksen perimmältään edes olevan mahdollista.

Persoonallisuuden psykologia käsittelee asioita, joista käytetään monia termejä hyvin erilaisin tavoin ja niillä joskus hyvinkin erilaisia asiakokonaisuuksia tarkoittaen. Koetan tässä hieman tarkastella tällaisia keskeisimpiä termejä. Kotimaisten kielten tutkimuslaitoksen julkaiseman CD-Perussanakirjan (1997) mukaan persoonallisuuden psykologian alaan kuuluvat keskeiset termit Suomen kielessä määritellään seuraavalla tavalla:

<b>Käsite</b>	<b>Selitys</b>
<b>Minuus</b>	<i>minä</i> itsetajukseksi kokonaisuudeksi käsitettynä.
<b>Minä</b>	(vars. psyk.) ihmisen olemuksen subjektiivinen puoli, minuus; omia tunteita, ajatuksia ja havaintoja aktiivisesti jäsentävä olemus, ego.
<b>Ego</b>	(psyk.) = minä.
<b>Persoonaa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. henkilö.</li> <li>2. (fil.) tietoinen ja tarkoituksellisesti toimiva olento, vars. ihminen tällaisena olentona.</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (Huom! Latinan &lt;persona. 'maski', 'luonne', 'rooli', 'osa', 'persoonaa', 'persoonallisuus'.)</li> <li>- Muistaisin myös esitetyn, että latinan 'persona' rakentuisi antiikin teattereiden yhteydessä käytettynä sanasta 'per', maski tai naamio ja sanasta 'son', äänen mahdollistava suuhun laitettava pieni putki tai torvi.</li> </ul>
<b>Persoonallisuus</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. (vars. psyk.) yksilön psyykkisten ja fyysisten ominaisuuksien kokonaisuus.</li> <li>2. voimakkaasta, yksilöllisestä luonteesta t. ihmisestä. <i>Voimakas persoonallisuus. Taiteilijapersoonallisuus. Hän on (todellinen) persoonallisuus. Hänessä on persoonallisuutta.</i></li> <li>3. yksilöllisyys, henkilö-, omakohtaisuus; omaperäisyys. <i>Tyylin persoonallisuus.</i></li> </ol>
<b>Itse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (vars. psyk.) (omasta olemassaolostaan tietoinen) minä, minäkuva;</li> <li>- (fil.) yksilön syvin olemus.</li> </ul>
EuroTranslator CDROM 5.0.0 –version mukaan...	
<b>self</b>	<b>ego</b> (syn: <i>henki; ego; itseys; mieli; minuus; psyyke; sielu</i> ) <b>itse</b> yleiskieli <i>pronomini</i> <b>itse-</b> <b>minä</b> yleiskieli

**Taulukko 9.** Keskeisten persoonaan, minuuteen ja itseen liittyvien käsitteiden suppeaa tarkastelua.

Katzko (2003) esittää termin self (käytän sanaa itse termin self suomennoksena) viittauskohteesta olevan paljon käytössä eräänlainen konventionaalinen käsitys, jonka mukaan sillä tarkoitetaan persoonaa, ja että yksi self on aina yhdessä ruumiissa (ilm. kuitenkin mikäli kyse on ns. terveestä yksilöstä? -TH). Nyttömin tuki on ilmennyt paljon käsityksiä monista itseistä. Puhutaan mm. sosiaalisista, alipersoonallisista, mahdollisista, yksityisistä, yleisistä, kollektiivisista, aktuaaleista ja ideaaleista itseistä. Tämä on johtanut laajaan ns. yhtenäisyys-moninaisuus -keskusteluun (unity-multiplicity debate). Katzko (2003) puhuukin monista itseistä (multiple selves) suhteessa itsen moniin aspekteihin (multiple aspects of self).

Psykologisena käsitteenä persoonallisuus viittaa yksilöiden käyttäytymisten säännönmukaisuuksiin ja yhdenmukaisuuksiin sekä näiden perustalla oleviin rakenteisiin ja prosesseihin (Katzko 2003 viittaa Gangestad & Snyder 1895).

Erilaisten määritelmien kantajana perinteisesti ymmärretyn monoliittisen itsen tilalle selityksenä on tarjottu mm. eräänlaista positio-ajattelua, jossa erilaisissa positioissa saattaa ilmetä erilaisia arvoja, tahtomuksia, toiveita ja käyttäytymistä (Katzko 2003, 100).

Arkiajattelussa tulkitaan termin itse tarkoittavan käsitteen tietoisuus olevan tämän yhden itseentiteetin omaisuutta/ominaisuus (Katzko 2003, 103). Klassisessa joogafilosofiassa ja buddhalais-zeniläisessä ajattelussa yleisesti ottaen ajatellaan juuri päinvastoin; että (alempi)itse on määrittelemättömän tietoisuuden tuote.

Psykologia on koettanut historiallisesti ajatellen tuottaa kokemusta kuvaavan objektiivisen teorian. Psykologialta puuttuu kuitenkin teoria kokemuksesta sinänsä. (Katzko 2003, 104) Psykologian data riippuu subjektiivisuudesta. Tulisikin koettaa teoreettisesti yhdistää monimutkaisiin mentaalisiin rakenteisiin viittaavat objektiiviset faktat yksinkertaisilta ja yhtenäisiltä näyttäviin subjektiivisesti raportoituihin kokemuksiin. (Katzko 2003, 104)

Subjektiivisen kokemuksen jatkuvuus on se ilmiö, mikä meidän tulee ymmärtää (Katzko 2003, 107). (keitä ovat nämä "me"?) Subjektiivisuuden ongelma liittyy tietoisuuden ongelmaan (mt.). Moninaisuutta ajattelen, voidaan hyväksyä idea monista autonomisista prosessoivista yksiköistä. Tähän liittyen tietoinen läsnäolo (conscious awareness) tulisi nähdä sisällöstä riippuvaisesta prosessina eikä niinkään objektina (mt., 107).

Katzkon (2003) mukaan yhtenäisyys-moninaisuus –debattiin ei ole olemassa yksinkertaista vastausta, sillä termi self on semanttisesti hyvin monimerkityksinen. Termin self denotaatioiden sekoittaminen sen moninaisiin konnotaatioihin sumentaa helposti tämän self-ilmiön ja sen ymmärtämiseen käytetyn teorian välistä suhdetta. Siksi on oleellista, että termin moninaiset konnotaatiot eksplikoitetaan tarpeeksi selkeästi.

Katzko (2003) esittää, että termin self sijasta voisi ajatella käytettävän ja tutkimuksellisesti suuntauduttavan neljän self-termistä johdetun konnotaation mukaisesti. Tämä johtaisi hänen mukaansa huolellisempaan käsitteellisten viitekehyksen käyttämiseen ja sitä kautta tarkemmin määritellyn sekä kohdistetun tutkimuksen tekemiseen, jotka lopulta johtaisivat integroituneeseen teoriaan. Nämä neljä termiä ovat refleksiivisyys, yksikkökoherenssi, agentuuri ja subjektiivisuus.

Refleksiivisyys tarkoittaa itseensä viittaamista; sitä, että tutkimuskohde verbalisoi verbejä subjektina ja samalla objektina ((minä) pesen itseni, jne.). Yksikkökoherenssi viittaa yhtenäisyys-moninaisuus –debatin siihen erääseen piirteeseen, että kummankin puolen kannattajien on edelleen määriteltävä yksiköiden väliset suhteet tarkemmin määritellyssä rakenteellisessa kontekstissa. Vain näin ne voivat saavuttaa minkäänlaista teoreettista merkitystä.

Agentuuria voi ajatella pikemminkin prosessien ja niiden ilmenemisen ongelmana. Dynaamiskontrollisesta näkökulmasta idea jaetuista prosesseista on vähintään yhtä elinkelpoinen vaihtoehto kuin konventionaalisempi suorittaja-kontrolli –käsite (executive control), joka kytkeytyy niin helposti näkemykseen self:stä agenttina. Jos ajatellaan, että on mahdollista olla monia osittain itsenäisiä kontrolliyksiköitä, kaksi erityisen keskeistä asiaa tulee mieleen: onko mielekästä puhua tällaisten yksiköiden sosiaalisesta järjestäytymisestä ja millaisia ominaisuuksia tällaisilla yksiköillä voisi olla ja millä organisaatiosasoilla? Tämän hypoteesin kaikkein kiistellyin tulkinta -, joka samalla on kaikkein eniten yhden yhtenäisen self-yksikkö –ajatuksen vastainen – on sellainen, jossa perinteisesti yhteen yhtenäiseen selfiin kytketyt ominaisuudet, kuten arvot, uskomukset, motiivit ja jopa piirteet nähdään funktionaalisesti erikoistuneina korkeammanasteisille organisaatioyksiköille. Tähän suuntaan personologia on Katzkon (2003) mukaan menossa.

Subjektiviteettiin liitetyt ongelmat eivät ole enempää eivätkä vähempää kuin mielen käsitteeseen liitetyt ongelmat ja kokemuksen ymmärtäminen tutkimuskohteena. Oleellista tulevan tutkimuksen kannalta on a) tunnistaa jatkuvuus erityisenä ongelmana, b) tehdä ero kokemusten latenttien ja aktivoituneiden rakenteiden välillä sekä c) huomioida tietoisena oleminen ajoittaisena siten, että latentit rakenteet voivat aktivoitua.

Katzko esittää, että termillä self (itse) ei ole käyttöä psykologisessa teoriassa. Tarvitaan erikoistuneempaa ja tarkempaa teknistä vokabulaaria, jotta tutkimuskohteena oleva ilmiö tulisi paremmin ymmärretyksi. Termi self (itse) on monimerkityksellinen ansa. Jokaisen kirjoittajan tulisi mahdollisimman tarkasti ja selvästi määrittellä käyttämänsä termistön merkitykset, jotta mahdollisimman hedelmällinen kommunikaatio mahdollistuisi. Katzko (2003) pohtii myös, että koko terminologinen ongelma saattaisi ratketa itsestään, mikäli tutkijat kiinnittäisivät huomiota tutkittavaan ilmiöön sekä sitä kuvaaviinsa ideoihin ja käsitteisiin.

## **Postmodernin minuuden ja identiteetin konstruktionistinen näkemys**

Shotter (1997) mukailleen konstruktionismi persoonallisuuden psykologiassa voisi tarkoittaa sitä, että psyyke kokoelmana intentioita, motiiveja, havaintoja, emootioita, kognitioita jne. hahmotetaan koostuvaksi yksilön dialogista toisten kanssa tietyissä vaihtelevissa yhteyksissä. Tällöin huomion keskipisteenä ei ole yksilöllisen psyyken sisäinen dynamiikka eikä ulkoisen maailman determinoiminen piirteiden löytäminen, joiden lähtökohtien voisi ajatella kuvaavan aiempien psykologisten persoonallisuusteorioiden suuntautumista (Shotter 1997).

On hyvin ymmärrettävää, että nykyisenkaltaista tiedettä täytynee tehdä näin. Tarkoitin, että vallalla olevien tietoteoreettisten orientaatioiden mukaan suuntauduttaessa on päädyttävä jotenkin tämänkin suuntaisiin teoreettisiin muotoiluihin, joilla on omat selitysalueensa.

Sosiaalisen konstruktionismin retorinen vastaus –versio, joka Shotter (1997) artikkelissaan tuo esiin, tarkoittaa tutkiskelun keskittymistä puhesidonnaisiin toimintoihin liittyviin välittömiin, spontaaneihin vastaamisen tapoihin. Shotter (1997) puhuu erityisesti jaetuista ymmärryksistä ja keskustelemisesta, jotka kuulostavat erittäin paljon viime vuosien aikana käytetyltä kieleltä erityisesti opeusrintamalla sekä tutkimustyön parissa, joka on suuntautunut sosiaalis-historiallis-hermeneuttisesti.

Shotter (1997) esittää, että ihmisten puhuessa toisilleen he vastaavat toistensa ilmauksiin pyrkimyksenään kytkeä käytännölliset toimensa yhteen. Tällaisista toimintaa ohjaamaan pyrkivistä kontakteista muodostuu monenlaiset elävät sosiaaliset suhteet (mt.). Shotter (1997) puhuu länsima

Asiat, joiden oletetaan olevan meidän sisäisessä elämässämme, eivät ole meidän sisällämme, vaan ne tulevat esiin ja ovat löydettävissä meidän erilaisista hetkistä toiseen jatkuvista suhteistamme ympäristöömme, toiseuteen. Toisin sanoen meidän sisäisen elämämme sisältö ei ole niinkään yksilöllistyneenä meidän sisällämme vaan enemmänkin meidän elämämme käytännön elämisenä. Näin ajatellen ne sitten ovat toisiinsa sisäisesti kytkeytyneinä. (Shotter 1997)

Sosiaalisen konstruktionismin paradigmassa ei keskitytä tutkimaan miten me yksilöinä tiedämme objektit ja maailman tapahtumat meidän ympärillämme, kuten vanhastaan on tehty. Tämän sijaan keskitytään ensin selvittämään miten punomalla yhteen puheemme ja keskinäisen toimintamme me kehitämme ja ylläpidämme monenlaisia tapoja kytkeytyä toisiimme. Tämän jälkeen ja nuo edelliset

selvitetyämme tutkimme sitä, miten voimme niiden avulla rakentaa monenlaisia suoria ja epäsuoria elämänmuotomme mahdollistamia kontakteja ympäristömme kanssa. (Shotter 1997) Shotter sanoo, että hänelle tämä suhteellinen paradigma asettaa tärkeimmän painopisteen meidän spontaanille, vastaanottavaiselle toisten ihmisten tietämiselle.

Sellaisenaan tämä lähestymistapa vaatiiikin mm. kriittisyyden ja oikeutuksen, testauksen ja tarkastuksen jatkuvaa dialogista prosessia yksilön toimintojen hyväksyttävyydestä suhteessa sosiaalisen elämän muotoihin ja kanssaihmiisiin. (Shotter 1997) Näin ajatellen sanojen ja puheen – sisäisen ja ulkoisen – merkitys on erittäin keskeistä. Shotter (1997) puhuukin sanasta kaksipuolisena aktina: yhtä suuresti kuin kenen sanoma sana on, sitä määrittää myös se, kenelle se on osoitettu. Sana on yhteistä territoriota sanojalle ja kuulijallekin (Shotter 1997).

Sanat ja lauseet eivät ensin organisoidu psyyken tai mielen keskuksessa ja sitten suuntaudu ulos vaan ne organisoituvat hetkestä hetkeen olemuksemme rajoilla tapahtuvissa dialogisissa kehityksellisissä prosesseissa (Shotter 1997). Omaan kokemukseen nojaten voisi todeta, että jotkut ihmiset saavat ”imettyä” esiin ajatuksia ja lauseita, joita joidenkuiden toisten läsnäolossa ei ilmaannu ehkä laisinkaan tai ainakaan ollenkaan niin mainiossa muodossa. Tätä kuvaava lyhyt tarina: Erään

Rmmanda Ryan pyytäessä Herra Caitanyaa (bengalilainen vaishnava munkki) kertomaan hänelle

Vednta –filosofian tärkeimmästä ytimeistä, toteaa Caitanya, että: ”Voinhan koettaa kertoakin, kun sinä olet siinä halukkaasti ja vilpittömästi kuuntelemassa. Sinun ansiostasi pystyn ehkä kertomaan asiat.” Se, millainen asenne ja ajatus-tunne –maailman yksilössä vaikuttaa, vaikuttaa kanssakäymistilanteeseen. Tätä kutsutaan arkikielessä ”henkilökemiaksi.”

Jotain tällaista tulkitsemme Shotterinkin (1997) tarkoittavan hänen puhuessa yhdistetystä toiminnasta (joint action). Tähän liittyen Shotter (1997) ei usko, että ihmiset toimisivat ja puhuisivat joidenkin sisäisten suunnitelmien tai skriptien pohjalta vaan pikemminkin aikaisempien keskustelu- ja kommunikaatiotilanteiden määrittäminä. Kommunikaatiotilanteessa ilmestyy aina jotain ainutlaatuista, johon kaikki osatekijät vaikuttavat. Jos sosiaaliset todellisuudet ovat sosiaalisesti rakentuneita, on silloin tärkeää meidän kaikkien äänien tulla vakavasti otettuina kuulluiksi. (Shotter 1997)

Ilmaisut (utterance) ovat aina suhteessa toisiinsa ja ilmaisukontekstiin. Itsessään, ilman yhteyttä tai taustasuhdetta, sanat ja lauseet eivät ole oikeastaan mitään. (Shotter 1997) Voidaan ajatella vaikka kynää. Ei vaikuttaisi olevan mahdollista havaita vain ja ainoastaan kynää. Se on aina jossakin yhteydessä, jossakin tilanteessa ja paikassa. Ei näyttäisi olevan kynää ilman taustaa; jopa kuvitellussa tyhjässä kynä olisi jonkinlaisessa etäisyysuhteessa havaintoelimistöön ja näin ollen se siis olisi jossain suhteessa. Sanojen, ja oikeastaan aivan minkä tahansa havaittavan ja hahmotettavan asian kanssa lienee samoin. Mutta eikö tämän voisi ajatella olevan vain ihmisolennon aisti-, tunne- ja ajattelukykyjen rajoituksista kertova seikka kuin jokin ”ulkomaailmaksi” havaitun olemisen tavan ominaisuus?<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Hawkins (2003) puhuu todellisuuden perimmäisestä subjektiivisuudesta. Tässä hän on hyvin ”itämaistyyppisellä” linjalla. Hän puhuu radikaalista subjektivismista, jonka voisi ajatella olevan solipsismia. Perimmältään näin asiat vaikuttavat olevankin. Tulee vain muistaa, ettei sekoita tasoja. Tällainen radikaali subjektivismi viittaa oikeastaan ihmisen mielen tuolle puolen, josta Hawkins (2003) käyttää termiä nonlinearisuus. Hawkins ei viittaa itseensä termeillä minä (I) saati itse (self). Tämä siksi, että se ei hänen kokemuksensa mukaan ole mielekäästä. Niinpä voisi ajatellakin, että ei ole ketään Hawkins-henkilöä muualla kuin meidän, hänen ”ulkopuolellaan” olevien mielikuvissa, johon olemme projisoineet kokemuksemme itseystämme. Toisin sanoen, sen, mitä koen olevani, luulen myös havaitsemiini muiden olevan. Tämä on hyvin yksinkertaista ja nopeasti jokaisen omassa kokemuksessaan todettavissa olevaa. Sama pätee kaikkeen. Tämän kirjoittaja tässä on jonkinlainen tietoisuuteen kykenevä elämä tässä havaitussa ja koetussa ruumiissa.

Shotter (1997) puhuu myös ilmaisujen välisistä tauoista rajoina sekä ilmauksen ja siihen ilmenevän vastauksen muodostamasta eräänlaisesta elävästä suhteesta. Tästä tuli mieleen kaksi asiaa. Toinen on usko kausaliteettiin ja lineaarisuuteen. Siis että A:ta seuraa B, jota seuraa C välttämättä. Ehkä tällainen kausaliteettikin on paljon enemmän ihmisen havaitsemien kategorioiden luomusta kuin jotakin itsessään olevaa objektiivista olemisen tapaa? Näin ajatellen vaikkapa keskustelutilanteessa saatamme vain luulla, että meidän ilmauksemme synnyttää keskustelukumppanissamme vastauksen, jonka hän tuo sitten ilmi, vaikka kyse saattaakin olla jostain aivan muusta.

Toinen mieleen tullut asia on erään Eckhart Tollen (1999) esittämä keskittyminen hiljaisiin hetkiin vaikkapa juuri nyt lauseiden ja puheenvuorojen välissä. Tässä on tarkoituksena tulla tiedostamaan konteksti; hiljaisuus, jota vasten kaikki aktiviteetti ja toiminta asettuu. Hiljaisuus on kuin taivas, joka välillä on kirkas ja välillä pilvinen jne. Yhtä kaikki taivas on aina sama ja se on aina siellä, vaikka se välillä näyttäisikin olevan pilvien takana piilossa. Jostakin tämäntapaisesta Shotterinkin (1997) taitaa puhua?

Shotterin (1997) esittämän sosiaalisen konstruktionismin mukaan tärkeimmät tapahtumat ovat ainutkertaisia eivätkä ole siten toistettavissa. Olla ruumiillisesti tiedostavana, tunteineen ja kokemuk- sineen läsnä kommunikaatiotilanteessa kuulostaa mielekkäältä. Jokapäiväisessä elämässä meillä ei vaikuttaisi olevan suuriakaan ongelmia oppia kieliä rakentamaan jatkuvasti yhteyksiä ja suhteita käytännöllisen elämän tarpeisiin. Silti tieteellisessä työssä vaikuttaisi olevan edelleen vallalla pyrkimys problematisoida ja mystifioida kommunikaatiota näin ajatellen. (Shotter 1997) Avain tähän ongelmaan on Shotterin (1997) mukaan meidän ruumiillinen ja sosiaalisesti resonoiva (responsive) luonteemme.

Shotter (1997) puhuu kielen materiaalisuudesta tarkoittaen sillä sitä, että meidän puheemme voi saada ihmisiä liikkeelle ja asioita tapahtumaan. Puheemme ilmenevät tietyissä taustoissa ja yhteyksissä, joissa tietyt asiat ovat sanottavia ja tietyt jo sanottuja, mutta joissa on myös sanomattomia ja ei-sanottavia puheita (mt.). Näin ollen on myös erilaisia puhegenrejä, joka tarkoittaa, että tietynlaiset puheet liittyvät tietynlaisiin yhteyksiin.

”Psykyen sisältöemme ei ilmene organismin sisäpuolella vaan sen ulkopuolella”, lainaa Shotter (1997) Volosinovia (1973, 25). Shotter (1997) esittää vielä, että Kaikki meidän ilmauksemme ovat täydelleen itsemme ja muiden kanssa yhteisesti tuottuneita. Näin ollen meidän mentaaliset sisältömmme eivät ole täydelleen meidän kontrollimme alaisia saati täysin täyttyneet omista sisällöistämme; jokainen sana on eräänlainen rajapinta. Psykyke on ennemminkin strategiakokonaisuus, eräänlainen kokoelma tietynlaisia tapoja reagoida ja vastata ympäristöön kuin mikään entiteetti sinällään. Sen luonne ilmenee vain käytännöllisissä toimissa sekä keskinäisissä suhteissa ja kontakteissa toiseuteen. Psykyke päivästä ja tilanteesta toiseen vaihtuvana elementtinä on pääasiassa sosiaalisen ehdollistamisen tulosta. Puhe ”itsestä” (self), ”psykykestä” ja ”mielestä” on vain semioottinen merkkienvälittämisen tapa. Näiden termien viittauskohteita sinällään entiteetteinä ei ole olemassa. Ne saavat olemassaolonsa vain puhuessamme niistä. (Shotter 1997)

Huomion suuntaaminen siihen, mitä me teemme keskenämme ollessamme kanssakäymisessä toistemme kanssa on Shotterin (1997) mielestä oleellista, jotta voisi tulla ymmärtämään hänen propa- goimansa sosiaalisen konstruktivismin perimmäisen idean. Dialogisessa, retorises-reaktiivisessa

---

Ja aiemman mukaan tämä tietoisuuteen kykenevä elämä, johon se viittaa termillä *minä*, hahmottaa ”ulkopuolellaan” olevien elävien muotojen olevan samanmoisia.



sosiaalisessa konstruktionismissa ei ajatella ulkoisen maailman saati ihmisten oletettujen sisäisten psykologisten tilojen kummankaan olevan itsessään ja sinällään olemassa olevia ennen meidän puheitamme niistä. Niiden siis hahmotetaan muotoutuvan ja rakentuvan eri tavoin erilaisissa tilanteissa erilaisten tarkoitusten vuoksi. (Shotter 1997)

Shotter (1997) hahmottelee moniäänistä (multivoiced) relativismia, joka nojautuu tietyllä tietoteoreettisella tasolla siihen, että se väittää kaikkien selkeiden ja ristiriidattomien tiedon ehtojen olevan mielekkäitä vain kunkin ”jaetun elämänmuodon” (shared form of life), tradition ja/tai tieteenalallisen matriisin sisällä. Kaikki tietoa koskevat väitteet ja perusteet ovat kytketyt joihinkin tällaisiin traditioihin tai matriiseihin eivätkä mihinkään muuhun (mt). Perinteisen relatiivisen ongelman Shotter (1997) esittää vältettävän sillä, että jokaisen tulee olla valmis antamaan hyvä eettinen selitys sille, miksi hän on ohjannut toimintaansa niin kuin hän on.

### ***Eräitä Shotterin (1997) ongelmia***

Mutta mistä nämä ajatukset ja ideat lopulta tulevat? Mistä alkuideat ovat tulleet? Ottaa lähtökohdakseen ”terveen järven” aistihavainnot ja arkipäivän sosiaalisen toimivuuden sekä kielen hyläten perinteiset tietoteoreettiset ongelmanasettelut päätyen kuitenkin sitten paradoksaalisesti huomaamaan erään toisen ”terveen järven” ja arkipäivässä toimivan kehyksen, nimittäin länsimaisen yksilöllisen minuus-käsityksen, olevan perusteetonta. Hmm? Eikö tämä ole näin ajateltuna hieman hasua?

Kaiken kaikkiaan Shotterin (1997) esittelemä lähestymistapa kuulostaa ihan hienolta ja hyvältä. Siinä keskitytään mielekkääseen havaintomaailmassa toimimiseen. Tässä näyttäisi kuitenkin olevan teoreettisen tason ongelmia erityisesti juuri aivan tietoteorian perusteissa, kuten vaikuttaisi kaikessa tieteen tekemisessä sekä ns. arkiajattelussakin olevan. Nimittäin se, että otetaan annettuina ”minä”, havaintoelimet, havaitsemisen akti, toiseus ja erillisuus. (ks. Esim. Lammenranta 1997)

### **Minuuden ja identiteetin rakentuminen (miten käsitykset ovat muuttuneet?)**

Gergen (2000) esittää, että esimerkiksi kognitio, motivaatio ja emootio ovat yleisiä oletuksia monen psykologisen työskentelyn taustalla, mutta missä määrin ne ovat tutkittavissa olevia ja/tai itsenään olemassa olevia? Hän jatkaa, että ehkä teknologinen ympäristö muuttaa tällaisia peruskäsityksiä ja –oletuksia ja sitä kautta käsityksiämme ihmisestä itsestään, kuten siirtyminen oraaliseen traditiosta kirjalliseen paljolti teki. Kirjallisen kulttuurin mukana tuli tärkeäksi kysymyksesi sanojen takana oleva mieli ja merkitykset. Missä määrin edelleen monimuotoistuvat ja laajentuvat teknologiat muuttavat meidän perustavanlaatuisia käsitystämme psykologisesta itsestä?

Gergen (2000) puhuu rajatusta ja yhtenäisestä tietoiseen itseohjaukseen ja –kontrolliin kykenevästä agentista länsimaisten kulttuurien ydinuskomuksena, joka alkaa vähitellen ilmetä paikkaansa pitämättömäksi.

Gubrium ja Holstein (2000) puolestaan esittävät postmodernin itsen olevan hyvin muuttuvainen eikä niinkään mikään kokemuksen keskus, kuten se on aiempina aikoina saattanut paljon enemmän olla. (Gubrium & Holstein 2000) He jatkavat Bermania (1992) lainaten, että tämä itse saattaa olla jopa kavala petkutuspeli. Tänä aikakautena sen voisi ajatella olevan jatkuvien mielikuvien virta, johon vahvasti kytkeytyy nopeutunut elämäntahti sekä erityisesti median ja viihde-teollisuuden voimakkaat vaikutteet, jatkavat Gubrium & Holstein (2000) Jean Baudrillardin (1983, 1988) linjoilla.

Käsitys persoonallisesta ydinitestä<sup>11</sup> on Gubrium ja Holsteinin (2000) mukaan vahvasti kulttuurinen käsitys, joka länsimaisissa kulttuureissa on väkevästi esillä. Vaikka tämän itsen ajatellaan olevan jossain määrin sosiaalisen vaikutuksen alaista, uskotaan sen perimmältään olevan täysin erillään sosiaalisesta yhteydestä (mt.).

Gubrium ja Holstein (2000) esittävät tällaisen persoonallinen minä –käsityksen olevan aikakautemme keskeinen kokemuksellinen projekti, vaikka jotkut ovatkin jo kirjoittaneet persoonallisen itsen muistokirjoituksia. Vaikka nämä ajat ovatkin vaikeita persoonalliselle itselle, ei se johdu siitä, että se olisi kadonnut sosiaalisesta ulottuvuudesta vaan pikemmin päinvastoin; persoonallinen itse säilyy meidän<sup>12</sup> keskeisenä subjektiviteettinamme, eräänlaisena autenttisenä itsenä, jonka läpi me elämme. Tämä on lisännyt ja laajentanut itsetuntemuksen kasvattamiseen tähtääviä neuvontapalveluja, terapiatekniikoita, tukiryhmiä, internetin keskustelupalstoja, televisio-ohjelmia jne. Voisikin puhua eräänlaisesta identiteetti-teollisuudesta. (Gubrium & Holstein 2000)

Persoonallinen itse, jos se on olemassa, on sekoitus piirteitä, rooleja, näkökulmia ja käyttäytymisiä, jotka yksilöt artikuloivat ja ilmentävät sosiaalisessa interaktiossa. Tähän itsen, eräänlaiseen keskeiseen toimintaperiaatteeseen, ankkuroidaan moraaliset ajatukset ja tunteet, siitä, keitä me olemme. Sosiaaliset tilanteet ovat keskeisiä meidän itsemäärittelymme kannalta. Voisikin sanoa, että puhumme itsemme olemassa oleviksi. Niinpä persoonallinen itse on tulosta sosiaalisista sitoutumisista ja jatkuvasta sosiaalisesta tapahtumien virrasta, jotka muovaavat persoonallisista identiteettiä. (Gubrium & Holstein 2000).

Näin ollen ei ole oikeutettua esittää mitään väitteitä siitä, keitä tai mitä me olemme ohittamalla tai kieltämällä kopeasti aika ja paikka eli konteksti, jossa me olemme<sup>13</sup>. Itsen muotoutumiseen vaikuttavat aina institutionaaliset vaatimukset, rajoitukset ja resurssit sekä biografiset ja sosiaaliset tekijät. (Gubrium & Holstein 2000)

Diskursiiviset ympäristöt - eli koulut, työpaikat, perheet, yhteisöt, urheiluseurat, erilaiset terveysinstituutiot ja ylimalkaan kaikki hyvin eriasteisesti vuorovaikutuksellinen - vaikuttavat yhä suuremmassa määrin muodostavan, muuttavan ja muokkaavan meidän elämäämme ja meidän itseämme. Nämä ympäristöt asettavat mahdollisuuksien ehdot subjektivisuudelle antaen erilaisia mahdollisuuksia itsen rakentumiselle. Ne mahdollistavat myös yhä vahvemmin eräänlaiset institutionaaliset itset, jotka ovat pitkälti erilaisten ihmisten hyvinvoinnin lisäämisen ja heidän parantamiseen tähtäävien instituutioiden tuottamia.

Tällaisia instituutioita voisivat vaikkapa erilaiset psykoterapiat, AA-kerho, humanitaariset apujärjestöt, erilaiset uskonnolliset suuntaukset, väkivaltarikollisten uudelleen kouluttamiset, jne. Esim. psykoanalyttisesti suuntautuneessa terapiassa asiakas erittäin luultavasti huomaa itsen määrittävän

---

<sup>11</sup> Sven Krohn on käyttänyt käsitettä ydinminä, jonka koen olevan kuitenkin hieman eri asia kuin tässä esitetty näkemys. Näyttäisi näet siltä, että Gubrium ja Holstein (2000) puhuvat ihmisen kokemuksesta itsestään kaikkien sosiaalisten roolien takana, kun taas Krohn puhuisi ydinitestä tällaisen kaikkien roolien takana olevan ”perusroolin” takana. Palaan tähän vielä tarkemmin Pohdintaa –luvussa esitellessäni erään persoonallisuusteorian peruspiirteitä.

<sup>12</sup> Tässä me –sanassa tulee esiin tietoteoreettiset oletukset; että olisi olemassa minä ja sinä eli itse ja toiseus, jotka voivat muodostaa ”me”. Sekä että tuo ”sinä” olisit hyvin samankaltainen kuin ”minä”. Perustavanlaatuisia oletuksia, joille koko länsimainen tiede rakentuu. Siinä mielessä nämä postmodernit persoonallisuuskäsitykset eivät ole ”uutta” vaan vain looginen (tässä yhteydessä johdonmukainen) jatke ns. terveen järjen –tietoteoreettisille periaatteille.

<sup>13</sup> Ihmeiden oppikurssissa (2002) esitetään, että ”kaikelle näkemälleni olen antanut sen merkityksen, joka sillä minulle on”, joten ”kaikki, mitä näen ’ulkona’ on minussa itsessäni (merkityksinä)”. Tätä ajatellen voi miettiä kahtakin asiaa: ensinnäkin tuota kopeutta, jota Gubrium ja Holstein (2000) ”näkevät” joissain ideoissa ja ajatuksissa ja toisaalta sitten myös tätä ”me” väestöä. Voisi ajatella myös tällaisen ”me” väestön olettamisen olevan aika kopeaa tietoteoreettista dogmatismia. Vrt. ed. alaviite.

freudilaisin termein ja käsityksin psyykkisestä rakenteesta, kun taas ratkaisukeskeisessä terapiassa itse artikuloituu hyvin konkreettisin tämän hetken arkielämän ja rutiinien ongelmien yksinkertaisiin ratkaisuihin pyrkivien ideoiden ja termien kautta. (Gubrium & Holstein 2000)<sup>14</sup>

Moderni näkemys persoonallisesta itsestä olettaa, että vaikka se onkin sosiaalisesti määräytynyt, on sillä siitä huolimatta oma yksityinen, yhteiskunnasta erillinen olemisen tapansa persoonallisen kokemuksen tilassa. Näin ajatellen sosiaalinen elämä on erittäin tärkeätä kasvulle ja kehitykselle, mutta perimmältään se näyttää tyydytyksen ja ahdingon lähteenä. (Gubrium & Holstein 2000)

Postmodernissa maailmantulkinnassa itsen ja yhteiskunnan suhde on dramaattisesti erilainen. Sosiaalinen rakentuminen nousee etualalle ja persoonallinen itse epäkeskeytyy, hajautuu myriadeihin sosiaalisiin tapahtumain virtoihin. Persoonallinen itse ei kuitenkaan häviä, vaan se säilyy suosittuna oppina, jonka mukaan yksilöllinen agentti tai subjekti on olemassa meidän pintatason toimiemme sisällä tai takana. Postmodernissa kontekstissa persoonallisen identiteetin tuntu rakentuu sosiaalisemmassa yhteydessä kuin aiemmin. Nykyaikainen elämä tarjoaa lukemattomat määrät mahdollisuuksia itseilmaisulle. (Gubrium & Holstein 2000)

Tällä mahdollisuuksien vapaudella näyttää kuitenkin olevan hintansa siinä mielessä, että tietty vaihtoehto tuo mukanaan tiettyjä rajoituksia, eräänlaisia itsen määritelmiä, kuten em. psykodynaamisen ja lyhytterapian vertailusta kävi ilmi. Instituutiot eräällä tavalla tyranninomaisesti rajaavat ja määrittelevät mahdolliset itsen rakentamisen palikat häivyttäen itsen rakentamisen persoonallisen kontrollin ulkopuolelle. Gubrium & Holstein (2000) puhuvat silti meidän mahdollisuksistamme valita erilaisten mahdollisuuksien joukosta meille sopivien identiteetin rakentamiseksi<sup>15</sup>.

### ***Täydentävä joogafilosofissävytteinen malli***

Gubrium & Holstein (2000) tuovat esiin näkemyksensä Gergenin artikkelista ”The Saturated Self”, jonka ensimmäisessä luvussa heidän mukaansa Gergenin oma itse on piirretty. Ihmeiden oppikurssissa (IOK 2002) on tähän liittyen hieno toteamus: ”Se, mitä sinä näet toisissa, on sinussa itsesäsi.” Tämä on erittäin johdonmukaista kurssin muun opetuksen kanssa, sillä sen mukaan ”havainto on aina projekti” ja tämä siksi, että ”kaikelle näkemälleni olen minä antanut sen merkityksen, joka sillä minulle on.” Tämä on erittäin järkevää ja nopeasti ymmärrettävissä.

(Gubrium & Holstein (2000) esitellessä Hochschildin ajatuksia käy ilmeiseksi, että hän on samansuuntaisilla linjoilla, kuin vaikkapa Alice Miller (1979) puhuessaan valeitseistä ja todellisesta, tunteisiin rakentuvasta itsestä. Tämä on ihan hieno ja monille ihmisille käytännöllinen ajattelutapa ainakin tiettyyn pisteeseen asti, mutta se on kuitenkin kapea-alainen, suppea ja, kuten Hochschildin omista sanoistakin käy ilmi, se ei johda pois (sosiaalisista) ongelmista. Miksi? Koska se on perimmältään pintapuolinen eikä mene tarpeeksi syvälle. Valeitset eli sosiaaliset roolit kätkevät taakseen ydintsen, mutta tämä ydinitse ei ehkä lienekään Millerin (1979) termein todellinen itse vaan sosiohistoriallinen konstruktio, joka koostuu kognitio-, motivaatio-, emootio- ja intentiotoiminnoista.

Tämä Millerin (1979) todellinen (tunne)itse on vielä rooli, joka rakentuu tunteiden meressä vellomiseen ja sen vuoksi kaksinaisuuteen ja tietämättömyyteen; näin orientoituessa elää vielä ilo-suru, ylämäki-alamäki –akselilla huomaamatta, että se on juuri tuo väärä minä-käsitys (self), joka kaiken tämän kärsimyksen aiheuttaa. Tämän tulee antaa purkautua pois eikä suojella sitä. Suojelu juuri ylläpitää illuusiota ja identifikaatiota siihen. Kaikkien näiden takana on Todellinen Itse. Ihmeiden

<sup>14</sup> Sivujaatuksena tulee mieleen, että Gubrium & Holstein (2000) taitavat olla lyhytterapian kannalta.

<sup>15</sup> Jos persoonallinen itse on sosiaalinen konstruktio, mitä tarkoittaa persoonallinen kontrolli? Mitä tällöin tarkoittaa itsetietoisuus?

oppikurssissa todetaan, että: ”Todellinen ei tarvitse suojelua, sillä vain todellinen on olemassa, ja mikä on olemassa, ei voi olla olematon.” Toisaalta ”vain epätodellinen tarvitsee suojelua.” (vrt. tässä yhteydessä defenssimekanismit, kuten vääristäminen, kieltäminen, tukahduttaminen, jne.)

Kaikki tuo edellä huomioon otettuna, kuten artikkelissa käy ilmi, ihmiset tietävät sosiaalisten tilanteiden vaikuttavan heidän tunteisiinsa ja toimintoihinsa, mutta silti hämäästi tunnistavat ja tiedostavat heidän todellisen itsensä olevan kaiken tällaisen ulottumattomissa. Mikä eteen? Kysymys on kuolemasta. Hindulaisuudessa puhutaan kahdesti syntyneistä, kristillisessä mystiikassa puolestaan sielun pimeästä yöstä ja ”ylhäältä uudestaan syntymisestä”. Tuon autenttisen minä –käsityksen eli väärän minuuskäsityksen tulee kuolla, jotta Todellinen Itse voisi tulla esiin tiedostetusti. Tämän jälkeen tuo aiempi autenttinen minä toimii vain työkaluna kaikki tunteet, ajatukset, ideat, tahtomukset jne. mahdollisimman hyvin hyväksyen, mutta peloitta ja ilman turhia ”kauniit ja rohkeat” –sosiaalisia näennäisongelmia. Identifikaatio on siirtynyt olemisen määrittelemättömään kokemukseen. Tällöin avautuu yhä suuremmassa määrin, että tämä oleva ja tiedostava minä –olento on perimmältään täysin erillään sosiohistoriallisesta psykofysiikasta.

Mutta tulee huomioida, että tämän tilan kuvittelemisen ja luuleminen yleensä johtavat ajatusten ja erityisesti tunteiden tukahduttamiseen, joten sekin voi olla eräs pakokeino. Pakokeino mistä? Pakokeino kuoleman pelosta. Sillä tuo väärä minuus –käsitys on rakentunut peloista ja suojelun tarpeesta ja se pelkää kadota. Mutta juuri tämä ”katoaminen” on se, mikä pitää tapahtua. Katoaminen tarkoittaa, että identifikaatio irtoaa tuosta ”autenttinen minä” –luulosta ja asettuu olevainen tietoisuusolento -tilaan. Tämä on itseoivallus; ja se joko pysyy samana tai syvenee.

Tämä on mystiikassa puhuttu mystisen yhteyden perustaso. Se tarkoittaa zen-terminologiassa, että ”minä olen Se” tai hindulaisessa kielenkäytössä ”minä olen se, mikä on”, joka tarkoittaa, että elämä tässä ruumiissa on samaa elämää (elämänvoimaa) kuin kaikissa elollisissa olennoissa. Tämä on suurta ykseyttä. Tämä on ihmisen tarkoitus perimmältään; tulla omissa elämäntilanteissaan ja juurikin niiden kautta oppimalla tulemaan tuntemaan oma Todellinen Itsensä ja palata siksi, mikä jo aina on. Näin ajatellen sosiaalisilla suhteilla ja itsemäärittelyillä on erittäin keskeinen sija.

Suhteessa konstruktivistisiin näkemyksiin tässä esittämäni malli vaikuttaa modernilta, mutta se on sitä vain pintaluennan tasolla. Tämä siksi, että moderni käsitys olettaa ydintensä koostuvan jossain määrin jotenkin ajatuksista, tunteista, muistoista jne., kun tämä malli puolestaan pitää kaikkea tuollaista sosiohistorillisena käyttövälineenä, johon samaistuessa tietoisuus-olento on niin sanotusti väärän minuus –käsityksen vallassa. Näin ajatellen esittämäni malli on hyvin linjassa konstruktivistisen mallin kanssa ollen vain sitä hieman laajempi.

Toki jokaisella on omat tiensä ja tarpeensa, joten kukaan – erityisesti terapeutti – ei liene oikea esittämään omia näkemyksiään potilaan/asiakkaan kysymyksiin ellei hän sitten kerro omasta elämästään ja omista kokemuksistaan. Tällöin voisi ajatella, että terapeutti toimisi asiakastilanteessa myös ”ihminen ihmiselle” –ulottuvuudessa. Sillä mystinen yhteys – ja olevainen tietoisuusolento –kokemukset antavat oikein ilmentyessään nöyryyden ja ymmärryksen, että todellinen itse on perimmältään vain katselija, joka on psykofyysisessä ihmisessä läsnä. Psykofyysinen ihminen puolestaan on inhimillinen olento puutteinen ja virheinen.

Tässä voi nähdä kaksi vaihtoehtoa moraalien alkuperästä, jotka eivät ole toisen poissulkevia vaan täydentäviä: A) olevainen tietoisuusolento vain näkee ja on tietoinen psykofysiikan toiminnoista, jotka ovat perimän ja ympäristön tulosta. Näin ollen myös kaikki morali ja etiikka on kulttuurista alkuperää. Kysymykseksi jää enää, että mikä sitten on tämä tietoisuus ja mistä kulttuuri on saanut alkunsa? Esim. neurobiologinen tietoisuuden selityshän on tietoteoreettisista rajoituksistaan johtuen

ihan kiva näkemys ja selitys asiain kuluista aivan kuten tuulen liikettä voidaan kuvata ja selittää puhumalla ja mittaamalla puiden oksien liikehdintää. B) Olevainen tietoisuusolento on osa jotain inhimillisten aistien tavoittamatonta olemisen tapaa, josta alun perin moraaliset ja eettiset näkemykset, tunteet ovat ilmentyneet psykofysiikan tasolle tai ulottuvuuteen. Näin ajatellen hengen maailma ja Jumala ovatkin jo hyvin lähellä.

## **Minän ja identiteetin rajat ja mahdollisuudet postmodernina aikakautena**

Yhdenmukaisten, koherenttien ja merkityksellisten suhteiden rappeutumisen myötä rajatun ja yhte-näisen persoonan perustat murtuvat. Gergenin (2000) mukaan tiede on nykyään ottanut kirkon paik-an ihmisen itseyden määrittelyssä. Psykiatrian ja psykologian mahdollistama uusia sairauksia, kuten vaikkapa masennus, on tullut tietoisuuteen. Gergen ei kuitenkaan ota kantaa siihen, kuinka paljon esim. masennusta on aiemmin ilmennyt sen muotoisena kuin se nykyisin näyttääytyy ja/tai kuinka paljon se lieneekään modernin ja postmodernin aikakauden tuotetta?

Tähän liittyen materialistis-reduktiivisen medikalisaation myötä ymmärrys ja näkemys demoneista eräänä mielellisten sairauksien syitä hahmottavana lähestymistapana on kadonnut kauas pois. Voisi ajatella, että suuri osa ihmiskunnasta edelleen hahmottaa asioita henkimaailman toiminnot huomi-onottava. Tuomita tällainen yksioikoisesti tietämättömyytenä, kehittymättömyytenä ja sivistymät-tömyytenä lienee aikamoista ylimielisyyttä ja etnosentrismiä. Nimittäin sairauksissa ja tuskissa voi-si ajatella olevan kyseessä samansuuntaisia subjektiivisia kokemuksia, jotka vain on merkityksellis-tetty eri kulttuuriympäristöissä eri tavoin. Itse asiassa nykyaikainen lääketieteellinen sairaus selitys ei useinkaan näytä poissulkevan demoni-ajattelua. Tämä siksi, että lääketieteellinen selitys näyttää pääsääntöisesti olevan mekaaninen syy-seuraus –suhde kuvaus materialistisella, mekanistisella ta-solla, kun demonien ja muiden henkiolentojen taas ajatellaan operoivan näkymättömillä, henkisillä tasoilla niiden toimintojen seurauksien sitten olevan newtonilaisen maailmankaikkeuden eräänlaisia syitä.

Joka tapauksessa kulttuurinen auktoriteetti ja totuuden määritelmät ovat vahvasti muutoksessa. Gergen (2000) puhuukin monista totuuksista ja uskon menettämisestä. Miltei mihin asiaan tahansa löytyy suuret määrät hyvinkin erilaisia ja keskenään kilpailevia väitteitä. Näin on asianlaita myös itsen määrittelyn suhteen. Esitetään kilpailevia väitteitä omalla erillisalueella hyvinkin vahvoine todistusaineistoinen alitajuisten prosessien keskeisyydestä, lapsuuden ehdollistumisesta, geneetti-sestä determinaatista ja informaation prosessoinnista. Tämä on omiaan kasvattamaan sekaannusta ja epäluottamusta. Mistä ihmeestä totuus voi löytyä?

Idea transsendentaalisesta yksilön näkökulman ylittävästä totuudesta tulee epäilyttäväksi. Relati-vismi näyttää mielekkäältä ja vahvat totuusväitteet puolestaan rajoittuneilta ja ahdasmielisiltä. (Gergen 2000) Gergen puhui edellä hienosti ja osuvasti, mutta eikö juuri idea transsendentaalisesta, kunkin yksilöolennon väistämättä rajoittuneen näkökulman ylittävästä totuudesta vaikuta kaikkein mielekkäimmältä? Jo määritelmänsä mukaisesti tällä tämä tarkoittaisi, että kellään yksilöllä ei kui-tenkaan olisi pääsyä tähän transsendentaaliseen totuuteen ainakaan millään nykyään tieteellisen ajattelun saralla tunnetulla tavalla? Relativismi olisi siten kunkin ajattelu- ja siitä johtuvan havainto-eli ilmiömaailman väistämätön ominaisuus. Näin ajatellen ei tulisi kuitenkaan sekoittaa tasoja. Transsendenttinen totuus täydellisenä näyttää saavuttamattomalta omassa olemisen tavassaan, kun taas relatiiviset järjen ja mielen "totuudet" ovat aina läsnä.

Voisikin ajatella, että tällaisena relativistisena aikakautena eräs mielekäs lähestymistapa olisi erään-lainen sisäisen koherenssi periaate; ei ole niinkään väliä, millaisista asioista (ajatuksista, tunteista,

asenteista, tahtomuksista, jne.) yksilöksi havaitun olennon sisäinen tila koostuu, kunhan se on sisäisessä koherenssissa ja yksilö on siten sisäisen rauhan tilassa, jonka voisi ajatella automaattisesti johtavan rauhan tilaan myös toisten ja ulkomaailman kanssa. Tällöin keskeinen kysymys onkin, että onko sinulla sisäinen rauha vai eikö ole?

Kasvavaan ymmärrykseen moninaisista ja rakennetuista todellisuuksista kytkeytyy kyynisyyden lisääntyminen. Jos jokaisella on oma totuutensa, mikä on kunkin totuuden perusta? Gergen (2000) näyttää ajattelevan perinteisen luonnontieteellisesti siinä mielessä, että hän puhuu objektiivisista faktoista ja luotettavasta rationaliteetista tällaisten totuusväitteiden perustana. Mutta jo tällaisten käsityksienhän voi ajatella olevan hyvinkin "tyhjään" rakentuneita siinä mielessä, että niissä oletetaan havaitseminen, jonkinlainen havaitseva subjekti, se mitä voidaan havaita eli objekti, näitä yhdistävä objektiivinen "totuus" jne. Toisin sanoen näin ajatellen on uskonvaraisesti pitäyditty tietynlaisissa tietoteoreettisissa lähtökohdissa. Nykymuotoinen länsimainen tiede on eräänlainen uskomusjärjestelmä, joka olettaa lähtökohdissaan noita edellä esitettyjä tiettyjä asioita annetuksi aksiomiksi.

Gergen (2000) puhuu myös siitä, kuinka esimerkiksi yleinen mielipide vaikuttaa uutisten esittämisen tyyliin ja kaupalliset intressit vaikuttavat kauppojen hyllyillä oleviin valikoimiin. Samoin on myös itse-käsitysten laita. Syytetyt kriminaalit voivat hankkia asiantuntijalausuntoja "mielenhäiriöistä", lääkeyhtiöt osoittavat kiinnostusta heidän tuotteitaan suosiviin psykiatrisiin diagnooseihin ja älykkyyden geneettistä määräytymistä painottavat ovat poikkeuksetta erikoisoikeutettuja valkoisia tutkijoita. Näin ajatellen, mihin auktoriteettiin voi luottaa itseä koskevissa kysymyksissä? (Gergen 2000) Eräs vastaus voisi olla, että kaiken tämän älyllisesti ja rationaalisesti suuntautuneen ajatusmassan sijasta voisi koettaa opetella meditaatiota ja koettaa kokemuksellisesti lähestyä asiaa. Ei kannata ylimielisyydessään tyrmätä vuosituhantista perinnettä, jota itsen, minuuden, identiteetin, ulkomaailman ja lopulta Jumalan etsimisessä ja tutkimisessa on tehty muissa kulttuuritraditioissa, kuten vaikkapa nyt klassisessa joogassa ja buddhalaisissa meditaatioissa.

Gergen (2000) puhuu moniäänisyydestä (polyvocality) tarkoittaen sillä moninaisten näkemysten, maailmanselitysten ja uskomusten kirjoa, joille ihmiset altistuvat moninaisissa kanssakäymissuhteissaan. Nämä toimivat sitten eräänlaisina yksilön oman itse- ja maailmankuvan rakentumiseen vaikuttavina tekijöinä, ja näin itsekeskeisyydestä siirrytään tavallaan moniarvoisuuteen (polyvocality), jossa yksilö kykenee käsittämään/omaamaan monia enemmän tai vähemmän toisten kanssa ristiriidassa olevia näkemyksiä, arvoja, mielipiteitä ja tunnelmia/tunteita. Gergen jatkaa, että "katsottaessa sisään" tietoisuuteen sieltä ei löydy koherenssia vaan moninaisten näkemysten kakofoninen kuoro. Sisäisyydestä ei löydy yhtenäistä peruspistettä.

Olen Gergenin kanssa pitkälle samaa mieltä, mutta kuten näyttäisi usein olevan, niin näen muissa olennoissa hyvin paljon sitä, mitä on minussa itsessäni. Projisoin siis ulkoiseen havaintoon sisäisiä tilojani. Näin ajatellen jos Gergen ei ole löytänyt olemuksestaan peruspistettä ei se tarkoita sitä, ettei sellaista olisi mahdollista löytää. Näyttäisi siltä, että Gergen on tutkimuksissaan pitäytynyt vain älyllisen, järjen ja uskomusten alueelle. Oman kokemukseni mukaan vain niihin tukeutuen ja niissä pitäytyen ei peruspistettä voi löytyäkään, sillä jo lähtökohtaisesti järki ja äly totuuden etsinnässä eivät perimmältään ole loppuun asti vieviä työkaluja.

Miksikö? Sen vuoksi, että ne ovat rajallisia ja niiden toiminta-ala on loppujen lopuksi aika suppea. Esitänkin, että Gergen sekoittaa tasoja keskenään. Nimittäin kanssakäyminen, neuvottelemine ja kontaktissa oleminen ovat hyviä ja hedelmällisiä toimintatapoja, kun puhutaan ulkonaisen maailman ja siihen kytkeytyvän sisäisen maailman pintapuolesta. Tulee pitää myös mielessä, että jo tällainen suhdeverkosto-orientaatio edellyttää joko naïvia tai tieteellistä realismia tai muita vastaa-

via "terveen järjen"-uskomusjärjestelmiä tietoteoreettisina perustoinaan. Toisaalta myös voi ajatella, että suhteiden pintapuolistuessa niiden laatu heikkenee. Tämän huomaa vain tarpeeksi syvälle kytkeytynyt ja herkkä olento. Kuinka suuri osa ihmisten välisestä kanssakäymisestä todella merkitsee heille jotain?

Joka tapauksessa näyttää siltä, että Gergen (2000) päätyy sisäisyyden kaiken perustana hylätessään 180 astetta väärään suuntaan perimmäisen totuudellisuuden etsinnässään. Se nimittäin ei löydy "ulkoa" vaan juurikin "sisältä"; ja sitten paljastuukin, että ei ole mitään "ulkoa" ja "sisällä" vaan on oikeastaan lopultakin kyse samasta asiasta. (ks. esim. Siivola 199? ja 1996) Tämä on eri tasolla tai ulottuvuudessa kuin suhdeverkosto-orientoituminen. Sisäisyyden tutkimisen metodina järki ei johda kuin meren pintavaahtoon. Jotta pääsisi eteenpäin, tulee alkaa meditoita.

Se on näin. Näetkö sinä sen? Ellet näe, tuskin sinulla on todellista sisäistä rauhaa, vaikka niin tahotoisi uskotellakin. Tämän voisi ajatella olevan eräänlainen esimerkki juurikin tuollaisesta polyvokaalisuudesta, jossa paradoksit ovat arkipäivää. Monet näistä paradokseista vain näyttävät olevan juurikin tuollaisia tasojen toisiinsa sekoittamisia. Eräs tällainen tasojen sekoittaminen näyttäisi olevan käynnistä materialistista evoluutioteoriaa ja luomisnäkemyistä puoltavien näkemysten kannattajien välillä. Vaikuttaa karkealla tasolla aika yksinkertaiselta yhdistää nämä toisiinsa, jos niin haluaa, tyyliin Jumala toimii luonnonilmiöiden välityksellä. Luonnonilmiöitä voi lähestyä luonnontieteellisin menetelmin, mutta Jumalaa oikeastaan vain rukouksen, luottamuksen ja hiljentymisen, meditaation kautta.

Myös Gubrium & Holstein (2000) puhuivat moniarvoisuudesta, itsen rakentamisen projektin valintamahdollisuuksista. Tällaisella mahdollisuuksien vapaudella näyttää kuitenkin olevan hintansa siinä mielessä, että tietty vaihtoehto tuo mukanaan tiettyjä itsen määritelmiä. Instituutiot eräällä tavalla tyranninomaisesti rajaavat ja määrittelevät mahdolliset itsen rakentamisen palikat häivyttäen tämän rakentamisen persoonallisen kontrollin ulkopuolelle. Gubrium & Holstein (2000) puhuvat silti Gergenin (2000) tapaan meidän mahdollisuksistamme valita erilaisten mahdollisuuksien joukosta meille sopivien identiteetin rakentamiseksi.

Tässä lienee kuitenkin pientä sekaannusta. Nimittäin jos persoonallinen itse on sosiaalinen konstruktio, mitä silloin tarkoittaa persoonallinen kontrolli? Mitä tällöin tarkoittaa itsetietoisuus ja toiminnan ohjaus? Siis kuka tai mikä kontrolloi ja ohjaa toimintaa, tekee valintoja?

Gergen (2003) puhuu myös plastisiteetista, jolla hän tarkoittaa ihmisen kykyä omaksua uusia ja erilaisia toiminta- ja käyttäytymismalleja aina tarpeen mukaan vaikkapa työ- ja asuinpaikkojen vaihtuessa. Muutokset voivat ulottua tällaisen kameleonttimaisen ihmisolemuksen kohtuullisen syville tasoillekin saakka.

Näyttäisi siltä, että Gergenin (2000) kuvaamassa uudenlaisessa ihmisenä olemisessa on eräänä erittäin oivallisena puolena sosiohistoriallisen persoonan ja myös ruumiin ymmärtäminen hyvin pitkälle ympäristön tuotteena ja erittäin muutoskykyisenä. Myös sisäisen itsen vähittäinen hajoaminen edesauttaa ihmisten Todellisen Korkeamman Itsen etsintää. Tämän Itsen voi ajatella olevan meissä Se, Joka on kaikesta tästä tietoinen. Nimittäin vaikka ajatukset, tunteet, uskomukset ja ruumis muuttuvatkin koko ajan, on silti se jokin, mikä kaikki nuo muutokset tiedostaa. Voisikin ajatella, että tämä on se Todellinen Itse, joka pakenee kaikkia määritelmiä, sillä mikä tahansa määritelmä on aina jo järjen tason haltuunottoyritys ja pyrkimys rakentaa teoria perimmältään kokemuksellisesta olemisen tavasta. Puhuessaan meditaatiosta Krishnamurti (1972) toteaa hienosti kaikkien inhimilliseen toimintaan liittyen: "Kun te nyt tulette kokemaan jotakin, te rakennatte siitä teorian. Jos tämä teoria miellyttää teitä, te tulette propagoimaan sen hyväksi."

Vaikka Gergen (2000) esittääkin, että teknologisen yhteiskunnan nopeatahtisessa elämäntyyliässä sisäisen elämän pohtiminen on ylellisyyttä ja jopa ajanhukkaa, esitän aivan toista. Tulisikin juuri pysähtyä ja alkaa pohtia sisäistä elämäänsä; kääntää vanha sanonta "älä vain istu siinä, vaan tee jotain" muotoon "älä vain tee jotain, vaan istu siinä." Esitän, että juuri yhteyden katkeaminen sisäiseen elämään on suurelta osalta aikaansaanut massiiviset mielialahäiriöt teollistuneiden maiden populaatioissa, ja sitä kautta kasvaneen tarpeen erilaisista ammattiauttajista.

Vahva usko sisäiseen itseen luo väistämättä toisen, josta me olemme ikuisesti erossa (Gergen 2000). Tämä pitää paikkansa vain siltä osin, kuin on kyse sosiohistoriallisesta ja ruumiillisesta, erillisestä minä-olen-se-ja-se-henkilö-tuolta-ja-sieltä –uskomuksesta. Jos ajatellaan, että todellinen sisäinen itse on Jumala elämänä "meissä" "meinä", ei erillisyyks ole mitenkään mahdollista muutoin kuin mielen ja sitä kautta havainnon tasolla.

Tässä perimmäisessä Itsessä jokainen elävä olento on ikuisesti ykseys ja yhdessä. Juuri Gergenin (2000) puhuma länsimainen itse-käsitys on synnä ihmisen ymmärtämiseen täydelleen erilliseksi ja sitä myöten myös Jumalan ymmärtämisen täydelleen erilliseksi. Toki kristillisessä mystiikassa (esim. Avilan Pyhä Teresa, Ristin Pyhä Johannes, jne.) unio mystica on oivallettu. Jälleen kerran ei tule sekoittaa tasoja ja sitä kautta heittää lasta pesuveden mukana pois; alempi itse (sosiohistoriallinen minuus –käsitys) on eri tasolla kuin Todellinen Itse. Ensin mainittu on jälkimmäisen työkalu. Tämä ei sano sinulle mitään, ellei sinulla ole jonkinlaista omakohtaista kokemusta tästä ja sitä kautta syntyneestä luottamuksesta Korkeimpaan. Ellei ole näin, tämä herättäne vain häiriötä sinun sisäisyydessäsi. Ne tulee puhdistaa. Tämä on sinun todellinen työsi täällä.

Gergenin (2000) mukaan itse-käsityksen varaan rakentuneiden laajojen kulttuuristen systeemien parista nousee väkevää vastarintaa rajatun ja eheän itsen puolustamiseksi. Hänen mukaansa esim. fundamentaalinen uskonnollisuus, new age –liikkeet ja romantisoitu meditaatio –innostus ovat eräitä tällaisia ilmiöitä. Tässä esittämäni kommentit ja hahmottelemani persoonallisuus-itse –mallit näyttäytynevät Gergenille juuri tuollaisina puolustamisyriyksiänsä ellei hän – tai kuka tahansa – katso hieman syvemmälle ja näe, että kysymys on hieman eri asiasta.

Mohandas Gandhi on todennut näin: "Sinun, Jumala, tulee enetä (minussa) ja minun (alempi minä tai itse) tulee vähetä. Niinpä omalta osaltani koetan vääntää Mohandas Gandhi –säätimen mahdollisimman lähelle nolla-lukemaa." Vain minän (alemman itsen) ollessa tyhjä voi siihen Korkeimmasta virrata joka hetkessä uutta ja spontaania rakkaus-yhteisyys –virtaa. Tämä on mystinen yhteys. Se ei aukene järjellä vaan kokemisella.

Gergen (2000) tuo esiin myös idean siitä, että perinteisen itsen vähitellen romuttuessa ja sen uudelleen ryhmytyksen mahdollisesti epäonnistuessa tulevaisuuden suunta voisi olla kohti keskinäisiin riippuvuussuhteisiin, yhdistettyihin merkitysten rakenteluihin, yhteistuumiin toimiviin entiteetteihin ja systeemiin prosesseihin suuntautuvaa relatiivisuutta. Gergenin visiot tulevaisuudesta vaikuttavat mielekkäiltä eräällä, nimittäin psykofyysisellä tasolla, mutta sitä laajemmilla tasoilla asiat eivät lienekään enää aivan niin yksiselitteisiä.

Kuten on tullut ilmeiseksi, kyse lienee paljolti erityisesti ihmiskuvista ja -käsityksistä. Jos olet materialisti, mihin ihmeeseen edes tarvitset syvempää elämää? Sinulle riittää silloin syöminen, parittelu, nukkuminen ja puolustautuminen. Näiden perustallehan voi kaikki yhteiskuntajärjestelmät nähdä rakentuneen. Jos taas olet tietoisesti matkalla kohti Jumalaa ja Hänen palvelemistaan, kaikki tällaiset teoreettiset sepustukset ovat sinulle oikeastaan aika yhdentekeviä. Jumala on tehnyt jo kaiken valmiiksi, ja kaikki on jo täydellistä aina jokaisessa olemisen nyt-hetkessä.



## Arkielämän havainnot postmodernista minuudesta ja identiteettistä

Kasvavasti liikkuvat populaatiot: vanhemmat ovat päivät työssä poissa kotoa ja lapset koulussa, päivähoitossa jne., ja lopulta myös iltaharrastukset hajottavat yhteistä perheen aikaa. Sukulaiset ja naapurusto eivät ole niin kiinteässä suhteessa toisiinsa kuin aiemmin. Ihmiset muuttavat useammin paikoista toisiin. (Gergen 2000)

Laajemmat suhteet: "merkityksellisen toisen" haalistuminen satunnaisten tuttavuuksien myötä, joiden kanssa saatetaan vaihtaa mielipiteitä ja olla satunnaisesti yhteydessä työn, vapaa-ajan matkustelun, elektronisen kommunikaation, internetin chat-huoneiden ja erilaisten keskustelukanavien tjms. kautta. Ihmisten tuttavuusverkoston maantieteellinen hajautuminen voi olla hyvinkin suurta.

Vahvojen siteiden väheneminen: suuret välimatkat ja kasvanut pinnallisempien suhteiden määrä vähentää kutakin suhdetta kohtaan käytettyä aikaa. Tämä johtaa vahvojen, omistautumisen kuvamiin suhteiden vähenemiseen. Pieni määrä syviä suhteita korvautuu laajalla skaalalla paljon pinnallisempia kytköksiä. Spontaanin osallistuminen mahdollistama ilon tunne korvautuu usein velvollisuudentuntuisella taakanomaisuudella. Kaikki tämä omalta osaltaan edesauttaa häviämättömän minuuden tunteen rakentumattomuutta ja vahvistumattomuutta. Tuskin kukaan tuntee meitä syvämmmin, joten vain harvoihin voi luottaa ja panostaa, ja vain harvojen kanssa voi todella jakaa sisäisyyttään.

## Pohdintaa

Pervin & John (1997, 485-487) puhuvat lyhyesti eräänlaisesta etnopsykologisesta ongelmasta, nimittäin eri kulttuurisysteemejä omaavien ihmishahmojen erilaisista tavoista ymmärtää ja hahmottaa vaikkapa nyt sitten käsitteen 'itse' viittauskohde. Mutta näinä huiman globalisaation aikoina, jolloin eri kulttuurien käsitykset ovat ihmisten kautta väkevämmin toistensa kanssa tekemisissä, voisi ajatella etteivät länsimaisen psykologian edustajat voi enää pitäytyä vain omissa teorioissaan ajatellen niiden olevan käyttökelpoisia länsimaisen ihmisen kanssa toimittaessa. Enenevissä määrin ihmisillä on mahdollisuuksia rakentaa käsitteistöjään ja ymmärryksiään postmodernilla tavalla poimien osia sieltä-täältä, jolloin esimerkiksi Suomessa pienessä hämäläisessä Nokian teollisuuskaupungissa tavalliseen duunariperheeseen syntynyt ja kasvanut henkilö tällä hetkellä selittääkin itse-käsityksiään miltei tyystin intialaisperäisiä transsendenttinen itse –ideoita mukailleen.

Esittämäni joogafilosofisen persoonallisuusmallin hahmotelman suuntana on eklektinen, ristiriitaisia asioita sisällyttävä ja yhteen sovittava tunne-ajattelu –apparaatisto, jonka on tarkoitus saavuttaa sisäisen koherenssin tila. Tämä luonnistuu mm. siten, että on kontakteissa hyvin monien mielellään erilaisia näkemyksiä kannattavien henkilöiden kanssa, tutustuu erilaisiin ajattelu-tuntemis –järjestelmiin, kasvattaa kehotietoisuuttaan ja tunnetietoisuuttaan sekä harrastaa hiljentymistä, mutta loppujen lopuksi tärkeintä on vähitellen syvenevä Korkeimmalle antautuminen; elämän kaikenkattavaan kantavuuteen luottaminen. Vain tämä lopulta johtaa sisäiseen koherenssiin.

Baumeister & Murave (1996) puhuivat: itsestä kaikkien arvojen perustana – kyllä, kun kyse on Korkeammasta Itsestä, jonka kautta Jumala toimii ”meissä” ”meinä”. Itsekeskeisyyden ja itseensä-käpertymisen kritisointi on Baumeisterilla & Muravell (1996) hyvä asia, mutta jälleen he lienevät vain osittain oikeassa johtuen lähtökohtaisesta ihmiskäsityksestä ja siitä seuraavasta tasojen sekoittamisesta. Vääränlainen itseensä eli alempaan minäänsä keskittyminen johtanee vain hajottaviin tuloksiin, mutta oikeanlainen itsensä kanssa kilvoittelu, kohti todellisen itsen ymmärrystä kurottava suuntautuminen sekä lopulta sen realisoiminen päinvastoin johtavan rakentavaan suuntaan. Jo eri

uskontotraditioissa ilmenevien kilvoitteluperinteiden eräänä keskeisinä asioina ovat suhteet muihin ihmisiin ja ympäröivään havaintomaailmaan.

Tässä mielessä uskonnollisten traditioiden osoittamat polut ovat mielekkäitä apuvälineitä, mutta saattavat lopulta kääntyä negatiivisiksi, ellei oman tahdon mahdollisimman täydellistä antamista Korkeimman käyttöön tapahdu. Tietenkin tällaisessa suuntautumisessa on suuria vaaroja, kuten historia ja nykypäiväkin osoittavat. Ajatellaan vaikkapa nyt Muhammedin kuvista ilmaantunutta komediaa sekä yleistä uskonnollista, mutta myös mitä tahansa muunlaista, vaikkapa materialistis-reduktiivista fundamentaalisuutta.

Ihmiskunnan suurten opettajien kokemukset ja heidän julistamansa oppi saattavat nykyään olla hyvinkin kaukana järkeen ja tunteeseen perustuvien uskonnollisten järjestelmien ilmentämistä muodoista. Tähän liittyen tulee mieleen Srila Prabhupadan Bhagavata Puranan<sup>16</sup> käänöksessä esittämä näkemys, että syöminen, nukkuminen, parittelemine ja puolustautuminen ovat ominaisia eläimille. Ihmiseksi voidaan olentoa kutsua vasta, kun hänellä on käsitys Korkeimmasta olennosta, Jumalasta.

Esim. Baumeister & Murave sekä Gergen varmastikin tulkitsisivat tässä esittämäni joogafilosofien persoonallisuusmallin sisäisen itsen puolustamis- ja oikeutusyrityksenä. Mikäli näin, se heille sallitakoon. Kukaan voi omilla elämäntilanteissaan koettaa parhaansa mukaan elää todeksi omia uskomuksiaan. Tässä käytäntö-koettelee-uskomukset -mielessä konstruktivistinen yhteisyys-malli on erittäin mielekäs; ja se lienee myös lähellä yhdysvaltalaisista pragmatismi-filosofiaa.

Miksi kaikki tämä identiteetti-kriisit? Eräs näkökulma: Jumala ohjaa vähitellen Hänen lapsiaan eli todelliselta olemukseltaan Hänen kaltaisinaan, mutta määrältään paljon pienempiä olentoja, takaisin Itsensä oivaltamisen ja Jumalan antaumuksellisen palvelemisen tilaan pois väärästä minuus – käsityksestä joka on kauan ollut vallalla. Elämän mielekkyys rakentuu näin ajatellen täydellisestä Jumalalle antautumisesta ja Hänen palvelemisestaan, joka hyvin usein käytännössä tapahtuu kanssaihmisistä ja eläimistä sekä luontoa palvelemalla. Tässä on rauhan tila. Sitä sinä haet. Näe se.

Mielenhäiriöiden biologisen, sosiaalisen ja henkisen (so. demonologisen) luonteen sekä tieteen ja henkisyyden (henkisyys Jumalaan luottamisena ja eräänlaisena uskomisena) yhdistymisen mielekkäällä tavalla vaikkapa phrenologian ja miltei minkä vain mielessä rakentuneen teorian kanssa voisi ajatella olevan eräänlaista teoreettisen tason koherenttiutta.

"Jumala on vain ihmisten keksintöä. En usko Häneen.", saattaa monikin todeta. Ja näin onkin hyvä. On erittäin hyvä kieltää tai paremminkin huomata mielessään nikkaroimansa mielikuivitus-jumalansa epätodellisuus. Tämä ei kuitenkaan mitenkään vaikuta todelliseen Jumalaan, Joka ilmenee veden makuna, kukan tuoksuna, aurinkona, sen valona ja lämpönä. Hän ilmenee sinussa sinuna, minussa minuna, tuona puuna tuossa ulkona, sängyssäni nukkuvana kissana, tuona sänkynä, tänä näppäimistönä ja ruutuna...aivan kaikkena. Jumalassa me elämme, liikumme ja olemme. Jumala elää "meissä" "meinä." Tämä on paraneminen. Kaikki on siinä, sillä ei ole mitään mikä ei olisi Jumalaa. Hyvä ja paha vai? Ne ovat mielen leikkiä, kuten kaikki muukin.

Kaikki tässä käsitellyt artikkelit ja niiden kirjoittajat avasivat omilta osiltaan mainiosti näkökulmia persoonallisuuteen. Kaikkia niitä kuitenkin vaivaa eräs puute, joka on tieteellinen. Tämä puute on tieteellisen tietoteorian (ns. terveen järjen periaate) ja varaan rakennettujen spekulatioryppäiden eli teorioiden rajoittuneisuus ja suppeus. Tämä samainen puute kyllä vaivaa kaikkea länsimaisen tieteen toimintaa, että siinä mielessä personologialla ei ole mitään hätää.

---

<sup>16</sup> Bhagavata Purana on sanskritiksi kirjoitettu Intialainen filosofinen, teologinen, psykologinen, eettis-moraalinen ja mytologinen runoelma, jonka kirjoittaminen nykyiseen muotoonsa on ajoitettu n. ajanlaskumme alkuvuosisadoille.

Rudolf Steinerilla (Ihmisen ja kosmoksen ajatusvoimat -teoksessa) on hieno esimerkki siitä, miten käy, jos suutari rakentaa maailmanselityksen vain oman työnsä pohjalta; siinä maailma on saapas, jossa yö johtuu saappaan likaantumisesta ja päivä sen kiillottumisesta jne. Millaisten virikkeiden perustalle me rakennamme maailmankuvamme? Peruskysymykset lienevät edelleen: kuka/mikä minä olen/on?, missä minä olen?, miksi olen?, mihin olen menossa?, keitä nuo ”toiset” ovat? Näitä kysymyksiä ei konstruktivismi näytä voivan poistaa, vaikka se jättääkin ne paljolti huomiotta.

Eräs persoonallisuusteoria: näen mystisen yhteyden, unio mystica, kuten sitä länsimaisessa esoteriassa kutsutaan tai yoga, kuten sitä intialaisperäisessä mystiikassa kutsutaan, olevan tämän kirjoittajalle mielekkäin tapa jäsentää olemista ja maailmaa. Tämä hahmottamistapa on erittäin yksinkertainen; ehkä jopa liian yksinkertainen monimutkaisuutta rakentavalle ihmismielelle, kuten se vaikuttaisi tällä hetkellä avautuvan eli ilmentyvän minulle. Kyse on klassisesta kolmijaosta henki, sielu ja ruumis.

Ruumis on tässä ajattelussa fyysisten komponenttien muodostama kokonaisuus, johon sielu eli psyyke kytkeytyy erottamattomasti. Ruumis tulee ”maasta” ja maaksi se jälleen palaa takaisin, kun sen käyttöaika on kulunut loppuun. Psyyke on kokoelma emotio-, intentio-, kognitio- ja motivaatiotoimintoja, niiltä osin kuin niiden kytkeytyminen fyysiseen konstituutioon vaikuttaa mielekkäältä. Henki on se, mikä tämän kaiken havaitsee; mikä on tietoinen tästä kaikesta. Sitä voi ajatella vaikka eräänlaisena metakognitiona siinä mielessä, että se on tietoisuutta tietämisestä, tuntemista, muistamisesta ja oikeastaan kaikesta psykofyysisestä tiedostetusta toiminnasta.

Ajatukset, tunteet ja ruumis muuttuvat alati, mutta se jokin jatkuvuus, mikä tästä kaikesta on tietoinen, on tämän Hengen ilmaus. Tämä Henki on Todellinen Itse kaikkien määritelmien tuolla puolen. Persoonan sitten voisi ajatella koostuvan ensinnäkin tästä Hengen mahdollistamasta tietoisuuskäytöstä, mutta paljon vahvemmin sosiohistoriallisesta psykofyysisestä kokonaisuudesta.

Kuitenkin, mikäli yksilössä ilmenee määrittelyjä ”olen tuollainen ja sellainen, persoonani on tällainen ja tuollainen” on tämä tässä ajattelu- ja kokemistavassa eräänlaista väärää minuus –käsitystä. Tässä mielessä tämä käsitys on hyvin linjassa konstruktivististen ja postmodernien persoonallisuuskäsitteiden kanssa. Nämä jälkimmäiset tosin näyttävät olevan linjassa ns. buddhalaisten ja zenbuddhalaisten näkemysten kanssa perustavanlaatuisesta minättömyydestä eli siis siitä, että mitään keskuspersoonaa ei ole, vaan eräs keskeinen ongelmanlähde on juurikin tällaisen keskusminuuden olettamisessa.


Tässä esittämäni näkemys omaa keskeisenä ytimenään juuri tällaisen käsityksen. Se vain jatkaa vielä siten, että kaiken tuollaisen väärän minuuskäsityksen takana on vielä ”todellinen minä” tai ” –itse”, eli henki, on kaikkien tällaisten määritelmien tuolla puolen; se on vain koettavissa kunkin omassa kokemuksessa<sup>17</sup>.

Kaikkien määritelmien tuolla puolen se on kahdesta syystä. Ensinnäkin ihan kokemuksellisesti siten, että koettaessa määritellä tätä määrittelemätöntä olemista, ajautuu se heti ajattelu-tunne –kokemisen piiriin juurikin yrittämällä määrittää. Toisekseen hieman ristiriitaisesti subjektiivinen (mitä se sitten ikinä tarkasti ottaen tarkoittaa?) kokemus osoittaa, että tämä määrittelemätön minuuskokemus (minuusolevaisuus) on pikemminkin jotain transsendentaalista kuin aisti- ja perin-

---

<sup>17</sup> Kokemus tässä yhteydessä on sinällään tietenkin hieman hämärä käsite; mitä sillä tarkoitetaan, jos transsendentti on kaiken aistimiskyvyn tuolla puolen, koska kaikki aistiminen tapahtuisi psykofysiikassa. Mutta olisiko se sittenkään näin?. Vertaa tässä yhteydessä myös itse-aktualisaation -käsite, joka **Maslowilla** on korkeimpana tarpeiden hiarkiassa. Tällaisen tilan saavuttaneet ihmiset saattavat kokea ns. huippu-kokemuksia, joissa itsen (self) tunne katoaa.

teiseen emootiomaailmaan kuuluva. Transsendenttisen kokemuksen mahdollisuus – mahdottomuus lienee oikeastaan eniten järjelyn eli loogisen tason ongelma. Alla on vielä pieni taulukko tähän liittyen.



<b>Metafora</b>	<b>Määritelmällinen ja vertaileva</b>	<b>3-jako</b>
0) Taivas, ilma,	Todellinen Itse kaikkien mielensisäisten määritelmien tuolla puolen. Elävät olennot eläviksi tekevä tietoisuus-voima. Meditaatio ja rukous.	Henki (sielu)
1) Meren pinta-vahto; pilvet	Sosiaalinen konstruktionismi, behaviorismi, luonnontiede, kognitiiviset- ja lyhyt terapiat, ”vale-itse” (Alice Miller),	Psykye ja ruumis
2) Pintavesi vaahdon alla	Psykoanalyysi ja sen johdannaiset (, kuten luonneanalyttinen vegetoterapia, analyttinen trilogia), meditaatio, kehomeditaatio, todellinen ”tunne-itse” (Alice Miller),	Psykye ja ruumis
3) Syvät vedet	Jotkin psykoanalyttis-keholliset menetelmät, meditaatio, kehomeditaatio. Kohti kaikkien mielensisäisten määritelmien tuolla puolen realisoituvaa Todellista Itseä, joka löytyy kaikkein syvimmältä ja samalla, paradoksaalisesti kaikkein korkeimmalta eli A:sta. Siksi nuoli.	Psykye ja ruumis → kohti Hengen realisointia

**Taulukko 10.** Joogafilosofien ihmiskäsityksen mukainen kolmijako sekä metaforisella että määritelmällis-vertailevalla tasolla kuvattuna. Itsetuntemus ja samalla terapia- eli paranemisprosessi etenee kohdasta 1) kohti 2) ja 3) kautta kohti ylintä kategoriaa, 0), Todellisen Itsen, Henki-Sielun realisaatiota, joka samalla se on paraneminen.

## Arviointi

Opintokokonaisuus näyttää olevan hienosti rakennettu sitä silmällä pitäen, että konstruktionistinen itse-käsitys tulisi opiskelijalle mahdollisimman selväksi. Näkemysten kytkeminen arkielämän havaintoihin vahvistanee opiskelijan teoreettista ymmärrystä ja erittäin luultavasti myös suuntautumista konstruktionisen ajattelutavan omaksumisessa. Liekö tämä eräänlainen ”piilo-OPS”?

Tein liian tarkkaa työtä, josta seurasi liian pitkä työ. Pahoittelut tästä sinulle, lukija. Ulkoasussa on huomauttamista: oikean reunan marginaali ei ole säädetyn levyinen eikä rivivälinä ole käytetty määritettyä 1,5. Tämä siksi, ettei työ olisi laajentunut yli 50-sivuiseksi. Myös viittaustekniikassa on paikoin korjattavaa; monin paikoin olen kappaleen loppuun pisteen jälkeen sijoittanut viittauksen, mikä on vastoin ohjeita. Anteeksi. Asioiden käsitteleminen on kuitenkin kohtuullisen laajaa. Hiontaa ja tiivistämistä olisi voinut vielä tehdä; nostaa esiin oleellimmat asiat ja karsia rankasti myös omaa pohdintaa. Toisaalta nyt tekemälläni tavalla menetellen oppijakson anti on integroitunut vahvemmin kognitiivisiin systeemeihini. Niinpä opintojen johtoajatukseksi oleva käsitteellisen ja teoreettisen tieteellisen tiedon sekä opiskelijan oman ajattelun ja kokemusten yhdistyminen opiskelussa ovat mielestäni onnistuneet kohtuullisen hyvin.

Lopuksi pikku tarina kaikesta tässäkin paperissa esiin tulevasta kognitiivisesta leikittelystä ja ilotellusta: Lippu liehui tuulessa kahden henkilön tullessa paikalle. Toinen heistä sanoi, että lippu liikkuu tuulessa. Toinen puolestaan vastasi, että ei lippu liiku, vaan tuuli liikkuu. Sitten he väkäsivät asiasta. Paikalle tuli kolmas, joka totesi, että ei lippu eikä tuuli liiku – mieli liikkuu. –Zen-tarina.

### LÄHTEET:

Baudrillard, Jean (1983). *Simulations*. New York: Semiotext(e).

Baudrillard, Jean (1988). *Cool Memories*. New York: Verso.

Baumeister, R.F. & Muraven, M. (1996). Identity as adaptation to social, cultural, and historical context. *Journal of Adolescence*, 19 (5), 405-416.

Berman, Marshall (1992). “Why Modernism Still Matters?” Teoksessa *Modernity and Identity* Scott Lash & Jonathan Friedman (toim.). Oxford, UK: Blackwell. Ss. 33-58.

- Gergen, K.J. (2000). The self in the age of information. *Washington Quarterly*, 23 (1), 201-214.
- Gubrium, J.F. & Holstein, J.A. (2000). The self in a world of going concerns. *Symbolic interaction*, 23 (2), 95-115.
- Hawkins, David R (2003). *I – Reality and Subjectivity*. Arizona: Veritas Publishing.
- Ihmeiden oppikurssi (IOK) (2002). Sisältää kolme kirjaa, joihin viitataan nimen perässä olevalla lyhenteellä: Teksti (T), Oppilaan työkirja (OT) ja Opettajan käsikirja (OK). Alkuperäisteos *A Course in Miracles* (1975). Suom. Pirkko Pelkonen. Juva: Era Nova Publishing Oy.
- Katzko, M.W. (2003). Unity versus multiplicity: A conceptual analysis of the term "self" and its use in personality theories. *Journal of Personality*, 71 (1), 83-114.
- Krishnamurti, Jiddu (1972). *Erillisyyden päättyminen*. Suom. Mirjam Karpio, Elsa Puolanne ja työryhmä. Porvoo: WSOY.
- Lammenranta, Markus (1997). *Tietoteoria*. Tampere: Gaudeamus.
- Miller, Alice (1979). *Lahjakkaan lapsen tragedia ja todellisen itseyden etsintä*. Juva: WSOY.
- Mischel, W. (1993?). *Introduction to personality*. New York, NY: Holt, rinehart & Winston.
- Näreaho, Leo (2002). *Rebirth and Personal Identity. A Philosophical Study on Indian Themes*. Helsinki: Luther-Agricola-Society
- Näreaho, Leo (2004). *Mieli, aivot ja filosofia*. Helsinki: Helsinki University Press
- Peterson, Christoper (1988). *Personality*. USA: Harcourt Brace Jovanovich, Publishers.
- Pervin, L.A. & John, O.P. (1997). *Personality. Theory and research*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- PTJS. Patañjalin joogasutra. Saatavilla on monia käännöksiä esim. Arvo Tavin kirja, jonka julkaisijana on Suomen joogaliitto sekä I.K. Taimnin *Jooga tiede*.
- Shotter, J. (1997). The social construction of our inner selves. *Journal of Constructivist Psychology*, 10 (1), 7-24.
- Siivola, Markku (199?). Sinä ja minä. [http://www.saunalahti.fi/~msiivola/runoja/sina\\_ja\\_mina.html](http://www.saunalahti.fi/~msiivola/runoja/sina_ja_mina.html). Luettu 11.01.2004.
- Siivola, Markku (1996). Subjektin ja objektin samuus. Viimeinen luku teoksessa *Tienviittoja etsijän tiellä* (esitelmä). <http://www.saunalahti.fi/~msiivola/omia/viittoja.html>. Luettu 11.01.2004
- Tolle, Eckhart (1999). *The Power of Now*. London: Hodder & Stoughton.
- Volosinov, V.N. (1973). *Marxism and the philosophy of language*. Cambridge, MA: Harvard University Press.