

Kaksi teoriaa tiedostamattomasta, D N Uznadzen teorian ja psykoanalyysin vertailu

Melkein valmis luonnos päivitetty 18.03.2007 Mikko Ahola

Imuroitavissa myös mp3 äänitiedostoina osoitteesta:

<http://tiedostamaton.net/mp3/>

Tiivistelmä

Tietoinen ajattelu on ihmiselle kehittynyt uusi psyykkisen toiminnan taso, mutta Uznadzen mukaan eläimelle tyypillinen varhaisempi toiminnan taso, impulsiivinen taso ei ole kadonnut kehityksen myötä, vaan jatkaa toimintaansa ihmisellä lyhentyneessä muodossa. Psyykkinen toimintaa tällä impulsiivisella tasolla muistuttaa primaariprosesseja. Impulsiivisella tasolla toimintaa organisoi tiedostamaton viritys (set) tarpeen ja tilanteen synnyttämä valmiustila toimia määrättyyn suuntaan tilanteessa. Viritys käsitteenä muistuttaa paljon skeeman käsitettä. Viritysten ja tietoisien ajattelun suhde toisiinsa on monimutkainen: Tietoisella ajattelulla on tietty itsenäisyys ja riippumattomuus, mutta toisaalta viritys vaikuttaa valikoivasti tietoisien ajattelun lähtökohtiin, määrää sille kehityksen, jossa toimia. Toisaalta tietoisien ajattelun tasolla voidaan viritys myös objektivoida, ja vapautua näin virituksen asettamista rajoista. Mutta virituksen objektivaatio ei aina onnistu. Samanlainen raja kuin dynaamisen tiedostamattoman raja nousee esteeksi. Kirjoittaja kehittää mallin, jolla tämä dynaamisuuden raja Uznadzen teoriassa selitetään sillä, että impulsiivinen taso noudattaa mielihyväperiaatetta. Tietoisuuden esitetään voivan kontrolloida impulsiivista tasoa epäsuorasti hallitsemalla tilanteen piirteiden havaitsemista. Uznadzen teoria esittää, että tiedostamaton psyykkinen toiminta voi ihmisellä olla

samantapaista yritys-ja-erehdys-orientaatioon perustuvaan toimintaa kuin eläimillä, mutta tiedostamattomassa ei voisi olla tietoiselle ajattelulle tyypillisiä prosesseja, kuten loogista päättelyä tai sisäistä puhetta.

Sisällys

1.1 Johdanto

1.2. Viritys

1.3Uznadzen teorian pääpiirteet

2.1 Tietoinen ajattelu

2.2 Ulkoisesta tilanteesta irrottautuminen, toistaminen ja objektivaatio.

2.3 Puhe ja mielikuvitus

2.4.Mihin muisti perustuu?

2.5 Observointi – ajattelulähtöinen havainnointi

2.6 Tahto

3. Uznadzen käsite viritys

3.2 Tietoinen ja tiedostamaton tehtävä

4. Näkökohtia ja ongelmia

4.1 Tiedostamattoman ja tietoisuuden eri määritelmiä

4.2. Kaksi erilaista muistia – kiinnittynyt viritys

4.2.1. Kiinnittynyt viritys

4.2.2. Kiinnittyneet viritykset syvärakenteita?

- 4.2.3. Viritys ei ole dispositio
- 4.2.4. Impulssi vai edustus vaarallisesta tilanteesta
- 4.3. Vapaat assosiaatiot
- 4.4. Asmolovin hierarkkinen luokittelu
- 4.5 Ei-dynaaminen tiedostamaton
 - 4.5.1. Toimintojen automatisoituminen, lyhentyminen ja sisäistyminen
 - 4.5.2. Yritys-ja-erehdys-orientaatio
- 4.6 Rene A Spiz ja konesteettinen havaitseminen
- 4.7. Tunteiden herääminen kahdella eri tasolla
- 5. Uznadzen teorian jatkokehittelyä
 - 5.1 Dynaamisen tiedostamattoman ilmiöiden selittäminen Uznadzen mallin avulla
 - 5.2 Mielihyväperiaate viritysten tasolla
 - 5.3. Impulsiivisen tason hallinta piirteitä kontrolloimalla
- 6. Johtopäätökset – piilotajunta ilman mystiikkaa

1. Johdanto

1900-luvun alussa kokeelliset psykologit törmäsivät viritykseen (set, attitude, Einstellung, detemining tendency) ilmiönä ja alkoivat tutkia sitä. Eräs tällainen tapaus oli, kun psykologi Rodosavlevits tutki, miten koehenkilö oppisi yhdistämään tavuparit toisiinsa, mutta 46 esityskerrankaan jälkeenkö koehenkilö ei ollut oppinut yhdistämään tavupareja. Syyksi selvisi se, että koehenkilö ei ollut lainkaan ymmärtänyt, että hänen tehtävänänsä (Aufgabe) oli opetella yhdistämään tavuparit. Kun hän sitten ymmärsi tehtävän, hän muisti tavuparit kuuden esityskerran jälkeen. Kokeelliset psykologit alkoivat

havaitsemaan, että ihminen jokaisessa tilanteessa suoritti jotain tehtävää, ja se, mitä tehtävää ihminen kulloinkin suorittaa, määrittää sen, miten yksittäiset psyykkiset prosessit rakentuvat ja organisoituvat. 1900-luvun alussa herännyt virityksen tutkiminen, tutkijoina mm. Marbe ja Ach, lähti tästä tehtävän (Aufgabe), yksilön kokonaisvaltaisen valmiustilan, vaikutuksen selvittämisestä, ja Saksassa opiskellut Uznadze ottikin virityksen teoriansa peruskäsitteeksi ja kokeellisten tutkimusten kohteeksi.

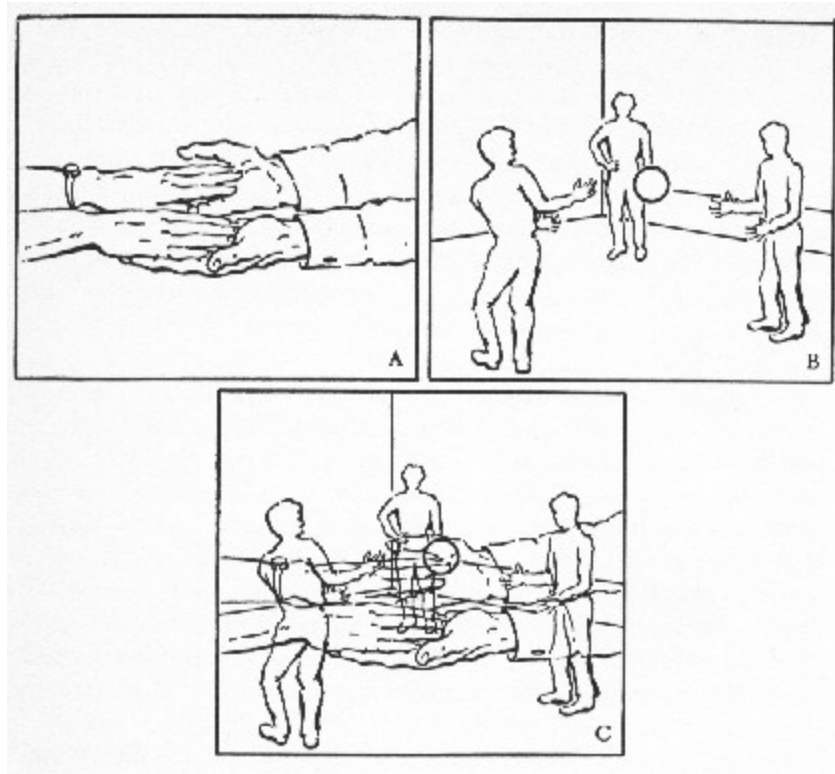
Intuitiivisesti on selvää, että nimenomaan se tehtävä, jota parhaillaan olemme suorittamasta vaikuttaa ratkaisevasti psyykkisiin prosesseihimme. Näin myös eläimellä. Eläimen psyykkisen toiminnan määrittelee se, onko se tietyllä hetkellä syömässä, vai pakeneeko se saalistajaa, vai etsiikö se ruokaa tai vettä. Pavlovin koiratkin kadottivat ehdollistetut refleksinsä kun laboratorioon tuli uusi ihminen ja koirien tehtäväksi nousi uuden ihmisen tutkiminen nuuskimalla Meerloo (1953). Vaikka 1900-luvun alun kokeelliset psykologit määrittelivät tehtävän (Aufgabe) kokeissaan nimenomaan tietoisesti annettuna tehtävänä, Uznadzen teoria tulkitsi virityksen pohjimmiltaan tarpeen ja tilanteen herättämän valmiustilana toimia valikoivasti tietyllä tavalla tarpeen tyydyttämiseksi. Psykologiassa hyväksytään nykyään ajatus, että toiminta on päämäärään pyrkivää toimintaa (goal-directed-activity). Uznadze painottaa sitä, että nimenomaan viritys on se tekijä, joka sitoo heränneen tarpeen ja toiminnan päämäärän, eli tarpeen tyydytyksen toisiinsa. Ja Uznadzen teoriassa viritys päämäärään pyrkivän toiminnan rakenteen kantajana on perusluonteeltaan tiedostamaton. (Tähän samaan asiaan viitataan skeemateorioissa sillä, että laajimmat skeemat ovat tiedostamattomia, ja tarveteorioissa sillä, että tarpeiden heräämistä pidetään tiedostamattomana prosessina).

1900-luvun alun jälkeen into viritysten tutkimiseen psykologiassa kuitenkin lopahti, ja viritys unohdettiin psykologian peruskäsitteenä. Uznadzen koulukunta oli pitkän aikaa ainoita, joka keskittyi sen tutkimiseen. Uudestaan viritykseen liittyvät ilmiöt tulivat psykologian tutkimuskenttään vasta myöhemmin, kun kognitiivisessa psykologiassa otettiin käyttöön skeeman käsite. Virityksen keskeinen

ilmenemismuoto on sen valikoiva vaikutus. Ympäristöstä psyykkiseen toimintaan vaikuttavat vain tietyt valikoituvat piirteet. Tämä tulee esille esimerkiksi Neisserin selvitellessä valikoivan havaitsemisen ongelmaa, esimerkiksi valikoivan kuuntelemisen ongelmaa. Tämä ongelma tulee esiin tunnetusti ns. cocktail-party-ilmiössä, eli siinä havainnossa, että ollessasi huoneessa, joka on täynnä keskenään keskustelevia ihmisiä, voit keskittyä kuuntelemaan aina yhtä keskustelua kerrallaan. Voit vaihtaa seuraamaasi keskustelua tahtosi mukaan, jolloin muut keskustelut jäävät taustahälyksi.

Kokeellisissa tutkimuksissa koehenkilölle usein esitetään kahta puhujaa kerrallaan, joista koehenkilö pystyy seuraamaan kerrallaan vain toista. Koetulosten analyysin mukaan se puhe jota ei seurata, jää psyykkiseen prosessoinnin ulkopuolelle, ja siitä ei esimerkiksi muisteta mitään kokeen jälkeen. Se kumpaa puhujaa koehenkilö seuraa, taas riippuu koehenkilölle annetusta tehtävästä, (Aufgabe).

Skeeman käsite sisältää samanlaisen ennakoivan valmiustilan joka vaikuttaa valikoivasti informaation poimimiseen ympäristöstä. Ja koska tämä valikoivuus jättää osan informaatiosta psyykkisen toiminnan ulkopuolelle, voisi sen ajatella voivan selittää sen, miksi esimerkiksi torjunnassa ja kieltämisessä osa tarjolla olevasta informaatiosta ei tule ihmisen tietoisuuden sisällöksi. Asia on kuitenkin monimutkaisempi.



Kuva 1. Neisser ja Becklen (1975) osoitti että valikoiva kuunteleminen eli cocktail party ilmiö voidaan toteuttaa myös visuaalisesti esittämällä kaksi videokuvaa päällekkäin samalla ruudulla. Samalla tavoin kuin valikoivassa kuuntelussa kuuntelija seuraa vain yhtä puhetta, niin valikoivassa katselemisessa katselija seuraa vain toista videokuvaa.



Kuva 2. Vaihduntakuvioiden kuva voidaan tulkita kahdella tavalla. Yllä oleva kuva voidaan nähdä

ankkana tai kaniinina. Eräessä georgialaisten kokeessa tutkittiin, miten palkkio vaikuttaa siihen, kumpi vaihtoehtoisista havainnoista valikoituu. Koehenkilönä oli koululaisia ja palkkiona lippu jalkapallootteluun. Kontrolliryhmästä, jolle ei luvattu mitään palkkiota oikean eläimen näkemisestä, näki kaniinin 27 %. Ryhmästä, jolle kaniinin näkeminen merkitsi palkkiota, kaniinin näki 74,6 %.

Ajatukseen tehtävän valikoivasta vaikutuksesta sisältyy myös se, että turha informaatio, kulloiseenkin tehtävään liittymätön informaatio jätetään poimimasta ympäristöstä. Jos informaatio ei liity tehtävän suorittamiseen, sen psyykkisestä prosessoinnista on enemmän haittaa kuin hyötyä organismille.

Esimerkiksi eläimen, joka on pakenemassa saalistajaa, ei kannata rekisteröidä mahdollisia ravinnon lähteitä samalla, kun se keskittyy mahdollisimman tehokkaiden pakoreittien löytämiseen.

Yksi ihmisen tärkeimmistä toiminnan motiiveista on pelon ja ahdistuksen tunteiden vähentäminen.

Epämiellyttävä pelko virittää meidät muovaamaan toimintaamme siten, että vältämme tilanteen vaarat.

Uznadze kuvaa tapausta, jossa pelko on luonut paranoidisen virityksen: "...Annamme seuraavassa yhden esimerkin monista tapauksista, joista olemme kiinnostuneet. Potilas, jolla on vainon ajatus tutkii huolellisesti seinää hänen sänkynsä vieressä, ja sanoo näkevänsä siinä selvästi epäilyttäviä viivoja. Hän alkaa tarkastelemaan viivoja, ja huomaa niissä hienon hienoja kaareutumia, jotka ovat syntyneet vahingossa. Näistä havainnoistaan potilas päättelee, että hänen vainoojansa ovat piilottaneet aikapommin hänen sänkynsä viereiseen seinään tarkoituksenaan räjäyttää se hänen ollessaan unessa. "

On selvää, että tässä tapauksessa potilas suorittaa sarjan tarkkaavaisia havaintoja yhdessä niihin

liittyvien ajatusten kanssa, vetääkseen johtopäätökset hänen vihollistensa vihamielisistä aikomuksista.

Tästä voidaan päätellä, että potilas on tilanteessa suorittanut objektivaation, muuten hänen

ajatusprosessinsa eivät olisi mahdollisia.Olisi suuri psykologinen virhe olettaa, että potilaan

ajatuksissa olisi jo alun perin ollut jonkinlainen määrätty idea, jokin tarkennettu käsitys niistä

mahdollisista menetelmistä, joilla häntä voidaan vainota. Näin ei ole; meidän täytyy hyväksyä ainoastaan, että viritys vainoon on olemassa. Ja näin, kun hän ajattelee seinää, virityksen vaikutuksesta häntä vastaan suunnattu vainon ajatus ilmaantuu konkreettisesti muodossa: hän näki viivat seinässä, jotka hän tulkitsi vihjeiksi siitä, että aikapommi on sijoitettu seinään. Näin ollen voimme vetää johtopäätöksen, että potilas on kokonaan kiinnittynyt virityksensä vallasta; hän ei voi karata sen vaikutuksesta hetkellisestikään, löytääkseen todelliset, täydelliset objektivaatiot. Näin ollen, hänen ajatuksellisia operaatioitaan edeltänyt tila ei ole todellinen objektivaation tuottama tila, vaan tila, josta puuttuvat täysin pysyvät mentaaliset ideat, mutta joka ei ole missään nimessä vapaa hänellä olevasta kiinnittyneestä virityksestä. Sen sijaan, että potilas keskeyttäisi oman virityksensä toiminnan tilapäisesti, ja tarkistaisi toimintaansa, potilas pysyy virityksensä vaikutuspiirissä ja ei näin pysty toteuttamaan todellista objektivaatiota (Uznadze 1966, 241-242).

Tässä Uznadzen esimerkissä potilaan tehtävä määrittää ja valikoi hänen havaintojensa ja ajatustensa sisällön. Potilaan tietoisena tehtävänä on jonkinlainen: ”Minun täytyy suojautua vainoojieni hyökkäystä vastaan”. Tietoinen päämäärä ja viritys eivät useinkaan ole sama asia, ja tässäkin tapauksessa varsinainen paranoidisen ihmisen viritys on tietoisuuden ulkopuolella ja sitä voidaan vain olettamusten avulla konstruoida, esimerkiksi olettaen, että potilaan tehtävänä on ”minuuden ytimen suojaaminen hajoamisen tunteelta”.

Uznadze keskittyi virityksen käsitteen teoreettiseen ja kokeelliseen tutkimiseen tieteellisessä työssään. Vaikka ajatus virityksen keskeisestä vaikutuksesta ihmisen ja eläimen psyykkiseen toimintaan on periaatteessa yksinkertainen ja selkeä, niin ongelmaksi muodostuu se, että ihmisen psyykinen toiminta ei vaikuta noudattavan virityksen periaatteita.

Ongelmaksi nousee se, että ihmisen psyykkistä toimintaa hallitsee tietoinen ajattelu, ja tietoinen ajattelu

ei noudata viritysten sääntöjä.

Esimerkiksi virityksen kokeellisessa tutkimuksissa koeasetelmien ongelmana oli aina se, että tietoisien ajattelun väliintulo oli eliminoitava. Jos koehenkilö tietoisien ajattelun tasolla tiedosti koeasetelmassa tutkitun virityksen, eli objektivoi sen, virityksen vaikutus katosi. Uznadzen tulikin ratkaista tämä tietoisien ajattelun ja viritysten ongelma, eli mikä on näiden kahden suhde. Virityksen ja tietoisien ajattelun suhde on käytännössä hyvin monimutkainen suhde, mutta Uznadzella on mielenkiintoinen ratkaisumalli tähän ongelmaan.

Tietoinen loogis-kielellinen ajattelu muodostaa Uznadzen mukaan ihmiselle uuden psyykkisen toiminnan tason, joka ei enää noudata viritysten tason psyykkisiä lainalaisuuksia. Tietoinen ajattelu muodostaa uuden systeemin, jossa ihmiselle kehittyneet uudentasoiset psyykkiset kyvyt mahdollistavat todellisuuden heijastamisen aivan uudella psyykkisellä tasolla. Uznadzen teoria sisältää selkeän ja tiiviin mallin siitä, miten tietoinen ajattelu poikkeaa ominaisuuksiltaan eläimelle tyypillisestä psyykkisestä toiminnasta, joka tapahtuu vain viritysten varassa, toisiaan seuraavien viritysten ketjuna. Uznadzen teoria kuvaa sitä, miten ihmisellä rinnakkain vaikuttavat varhaisemmat, eläimelle tyypilliset psyykkiset prosessit, ja saman aikaisesti kehittyneemmät vain ihmiselle ominaiset ajattelun prosessit. Uznadzen teoriassa keskeistä antia on kuvaus siitä, mikä on näiden kahden eri tasoisen psyykkisen toiminnan suhde toisiinsa. Keskeisessä asemassa tässä on Uznadzen käsite objektivaatio, eli tapahtuma, jossa toiminta pelkkien viritysten tasolla keskeytetään, ja ihminen siirtyy suunnittelemaan toimintaansa ja tarkastelemaan tilannetta tietoisien ajattelun tasolla.

Objektivaatio ja siirtyminen tietoisien ajattelun tasolle rikkoo tarpeen ja tilanteen synnyttämän virityksen vaikutuksen, ja vapauttaa ihmisen impulsiivisesta tarpeiden synnyttämien viritysten noudattamisesta. Ihminen suunnittelee toimintaansa tahdonalaisesti vapaasti liikkuvan ajattelun kautta ja toteuttaa sen tahdonalaisesti. Kuitenkin tietyin ehdoin viritykset määrittelevät myös tietoisien

ajattelun sisältöä, eli ajattelummekin on osaltaan viritysten määrittämää. Viritykset vaikuttavat tietoiseen ajatteluun lähinnä valikoivalla vaikutuksellaan. Viritykset eivät vääristä loogisen ajattelun sääntöjä tai abstrakteja tiedon rakenteita, mutta ne vaikuttavat siihen, mitä kysymyksiä looginen ajattelumme alkaa ratkomaan, mitkä asiat nousevat tietoisuuden sisällöksi.

Freudin tiedostamaton oli nimenomaan dynaaminen tiedostamaton, eli osa psyykkisestä aktiivisuudesta pysyi tiedostamattomana nimenomaan sen takia, että niiden nouseminen tietoisuuden sisällöksi olisi lisännyt yksilön ahdistusta. Uznadzen teoriassa ei tällaiseen ahdistukseen keskeiseen asemaan viitata. Jotta Freudin kuvaamia tiedostamattoman ilmiöitä voitaisiin selittää Uznadzen teorian kannalta, niin ahdistus ja sen välttäminen tulisi nähdä samanalaisena virityksen herättäjänä, kuin tarve. Ahdistus herättäisi virityksen pakoon tai estäisi virinneen toiminnan tilanteessa, jossa toiminta olisi vaarallista.

Freudin teoriassa keskeisessä asemassa on signaaliahdistus, jonka herääminen työntää psyykkiset sisällöt tiedostamattomaan. Uznadzen teorian mukaan ahdistus ei vaikuta suoraan yksittäiseen psyykkiseen prosessiin, vaan vaikuttaa koko subjettiin, eli kääntää koko subjektin kokonaisvaltaisen valmiustilan toiseen suuntaan. Organismilla on kunakin hetkenä vain yksi kokonaisvaltainen tunnetila ja tunteen ohjaava vaikutus suuntaa koko psykofyysistä organismin valmiustilaa eli viritystä. Herännyt pelko vaihtaa subjektin tehtävää. Tehtävä: ”Hae tarpeen tyydytystä ja nautintoa” vaihtuu tehtäväksi ”Pakene vaaraa tilanteessa”. Koska viritys vaikuttaa nimenomaan valikoivan vaikutuksensa kautta, niin ahdistus tilanteessa muuttaa ensin viritystä, joka johtaa uusien sisältöjen valikoitumiseen tietoisuuden sisällöksi. Tällä tavoin voidaan viritysteorian kautta selittää Freudin teorian keskeisin kulmakivi, eli torjunnan ilmiö.

Freudin tiedostamaton oli nimenomaan dynaaminen tiedostamaton, eli psyykkiset sisällöt pysyvät

tiedostamattomina sen takia, että niiden tiedostaminen aiheuttaisi ahdistuksen lisääntymistä. Freud ei kuitenkaan kuvannut tarkemmin sitä psykologista mekanismia, joka työntää ja pitää ahdistavat sisällöt tiedostamattomina. Viritys on psykologinen ilmiö, joka vaikuttaa valikoivasti siihen, mitä psyykkisiä sisältöjä valikoituu tietoisuuteen ja mitä jää sen ulkopuolelle. Siksi on syytä selvittää, miten Uznadzen teorian tiedostamattomista virityksistä kautta psykoanalyysin kuvaamia ilmiöitä voitaisiin selittää.

1.2. Viritys

Neuvosto-Georgiassa vaikuttaneen D N Uznadzen teoria tiedostamattomista virityksistä ei ole länsimaissa kovin tunnettu. Uznadzen teoria ei ole kiinnostava ainoastaan siksi, että se on toinen tiedostamattomia psyykkisiä toimintoja käsittelevä psykologinen teoria, mutta myös sen takia, että Uznadzen käsite viritys, (venäjäksi ustanovka, englanniksi set, attitude ranskaksi; Einstellung saksaksi) muistuttaa hyvin paljon kognitiivisessa psykologiassa käytettyä skeeman käsitettä. Skeeman käsitettä taas käytetään paljon kognitiivisessa psykoterapiassa ja kognitiivinen psykoterapia on noussut psykoanalyysin rinnalle psykoterapeuttisena hoitomuotona. Uznadze määrittelee virityksen koko organismin kokonaisvaltaiseksi valmiustilaksi toimia valikoidulla tavalla tilanteessa tietynä hetkenä. Uznadzen määritelmä on kokonaisvaltaisempi, holistisempi, kuin kognitiivisen skeeman määritelmä, ja nimenomaan tämä kokonaisvaltaisuus tavallaan hieman yllättäen lähentää Uznadzen teoriaa enemmän psykoanalyysiin kuin kognitiiviseen terapiaan.

Toinen mielenkiintoinen piirre Uznadzen teoriassa on se, että se jakaa psyykkiset prosessit tietosiin ja tiedostamattomiin. Uznadzella tämä jako on samalla hyvin käytännöllinen ja antaa periaatteessa havaita itse tämä jako itse jokapäiväisessä käyttäytymisessä. Kun pääsee sisälle Uznadze psykologiaan on tämä jako suhteellisen helppo havaita. Uznadzen jako poikkeaa Freudin jaosta tietoiseen ja tiedostamattomaan. Jako tehdään toisesta abstraktista näkökulmasta lähtien. Uznadzen psykologia on

itse asiassa hyvin arkipäiväistä terveen järjen psykologiaa. Freudin teorian lähtökohdat ovat kliinisessä käytännössä, Uznadzen elämäntehtävänä taas oli aloittaa Neuvosto-Gruusiassa psykologian yliopistollinen tutkimus ja koulutus, ja Uznadzen lähtökohdat ovat yleisessä ja kokeellisessa psykologiassa, ja kasvatuksen psykologisessa tutkimuksessa. Vaikka Uznadze oppilaineen teki runsaastikin tutkimuksia kliinisellä potilasaineistolla eivät näiden kliinisten aineistojen tulokset välttämättä ole kovinkaan vakuuttavia. Uznadze käytti näissä psykiatrisilla potilailla tekemissään kokeissaan eniten tunnettua menetelmäänsä joka perustui pallojen koon ja painojen vertailuihin eli hyvin kokeellisen psykologiasta lainattua menetelmää.

Ainoastaan muutamat Uznadzen kirjoituksista on julkaistu englanniksi tai saksaksi. Hänen tärkein teoksensa ”Psychology of Set on julkaistu englanniksi vuonna 1966. Oma Uznadzen luentani perustuu venäjänkielisiin käännöksiin; henkilökohtaisesti en osaa georgian kieltä.

1.2 Uznadzen teorian pääpiirteet

Uznadzen teorian pääpiirteet keittyivät 1920-luvulla vallinneen psykologian kriisin perusteella Uznadzen tarkastellessaan laajemmin psykologian metodologisia periaatteita ja klassisen psykologian olettamuksia. Yksi Uznadzen ratkaisuista oli jakaa ihmiselle kehittyneet korkeammat psyykkisen toiminnan muodot omalle suhteellisen itsenäiselle tasolle: tietoisesta ajattelun tasolle. Tietoinen ajattelu ja kieli on kehittynyt ihmiskunnalle ja muodostaa uuden tason verrattuna eläinten psykologiseen käyttäytymiseen., Uznadzen omaperäinen ratkaisu oli, että eläimille tyypillinen aikaisempi psyykkinen kehitystaso ei kuitenkaan ole hävinnyt ihmiseltä, vaan se jatkaa olemassaoloaan, joskin lyhentyneessä ja vaikeammin havaittavassa muodossa. Tämä varhaisempi eläimelle tyypillinen taso ja tietoisesta ajattelun taso toimivat ihmisessä yhtäaikaisesti. Eläinten toiminnan tasoa nimitetään impulsiiviseksi tasoksi tai viritysten tasoksi ja korkeampaa tasoa nimitetään

tietoisen ajattelun tasoksi tai objektivaation tasoksi. Viritysten tasolla toiminta tapahtuu viritysten jatkuvana ketjuna, jossa viritykset seuraavat toisiaan enemmän tai vähemmän tiedostamattomasti. Vaikka Uznadzenkin mukaan ihminen toimii viime kädessä yhtenä kokonaisuutena, niin nämä kaksi tasoa ovat kuitenkin suhteellisesti riippumattomia toisistaan. Nämä kaksi tasoa sisältävät erilaiset mallit jokahetkisestä ulkoisesta maailmasta, ja nämä mallit voivat olla ristiriidassa keskenään. Tämä jako kahdelle tasolle on erikoinen piirre Uznadzen teoriassa, ja tämä jako koskee lähes kaikkea psyykkistä toimintaa ja ilmenee eri psykologisissa ilmiöissä. Esimerkiksi ihmisen muisti toimii eri lailla tietoisen ajattelun tasolla: Tietoisella tasolla me palautamme mieleen aikaisemmat tapahtumat tietoisten ja tahdonalaisten mielikuvien avulla, mutta samaan aikaan meillä on ei-tahdonalainen muisti, niin kuin eläimillä. Samoin havaintomme ja tarkkaavaisuutemme ja etenkin valikoiva tarkkaavaisuus voi olla impulsiivisen tason ohjaamaa, tai se voi olla ajatustemme ja loogisen tietomme kautta ohjautuvaa. Uznadzen psykologia muodostaa oman paradigmansa, sillä se jatkuvasti jakaa psyykkiset prosessit näille kahdelle tasolle. Ihmisen psyykinen toiminta on käytännössä äärimmäisen monimutkainen ilmentymä, ja uznadzelaisen psykologi aloittaa monimutkaisten ilmiöiden lähestymisen kysymällä: Mikä tästä aktiviteetista tapahtuu viritysten tasolla, ja mikä tietoisen ajattelun tasolla. Tämä uznadzelainen teoreettinen lähestymistapa jakaa psyykkiset toiminnat kahtia ei ole kuitenkaan sama, kuin Freudin jako tietoiseen ja tiedostamattomaan. Uznadzelainen jako muistuttaa enemmän Freudin jakoa primaari ja sekundääriprosesseihin, mutta ei ole sama primaari- ja sekundääriprosessien jaottelun kanssa. Tästä voi mainita esimerkkinä, että Uznadzen mukaan ei ole olemassa sellaista kehittyntä tiedostamatonta toimintaa, joka käyttäisi esimerkiksi sisäisen puheen kaltaista prosessia hyväkseen, vaan tiedostamattomien viritysten toiminta on aina tietystä mielessä primitiivistä ja alkeellista. Tiedostamattomalla tasolla ei esiinny samanlaisia psyykkisiä prosesseja, jotka ovat tyypillisiä reflektiiviselle ajattelulle.

Uznadzen ja hänen oppilaidensa mukaan tunteet ja tarpeet heräävät impulsiivisella tasolla. Uznadze ei anna mitään eksaktia selitystä miksi tunteet heräävät impulsiivisella tasolla. Ilmeisesti syynä tähän johtopäätökseen ovat käytännön kokemukset.

Viritysteorian mukaan viritys syntyy kahdesta tekijästä, tilanteesta ja tarpeesta. Toiminta on Uznadzen mukaan aina tavoitteeseen kohdistavaa ja tiedostamaton viritys on tämän tavoitteellisuuden kantaja. Tällainen käsitys virityksestä muistuttaa kognitiivisen terapian niitä käsitteitä, joissa oletetaan erityisen emotionaalisen tai motivationaalisen skeeman olemassaoloa. Freudin teoriassa kaikki toiminta saa alkunsa eli energiansa tiedostamattomasta idistä nousevista impulsseista. Uznadzen teorian mukaan kaikki toiminta perustuu tavoitteille ja kaikki toiminta on motivoitunutta. Kaikki toiminta on tarpeiden tyydytykseen pyrkivää. Mutta Uznadzen teoriassa Freudista poiketen tarvetta ei välitä yksittäinen impulssi vaan subjektin kokonaisvaltainen tila. Tämä on huomattava ero mitä myöhemmin tarkastelemme.

Freudin Dynaamisuuden periaate tarkoittaa sitä, että on vaikeaa tai mahdotonta tehdä tietoiseksi niitä sisältöjä, joiden tiedostaminen aiheuttaisi ahdistuksen lisääntymistä. Uznadzen teoriassa tätä samaa kysymystä on lähestytty objektivaation kautta. Uznadzen teorian mukaan voimme keskeyttää impulsiivisen aktiivisuutemme ja tilanne voidaan ottaa tietoisena ajattelun kohteeksi. Tietoisena ajattelun avulla voimme tarkastella ja tilannetta ja omia sisäisiä tuntejamme. Tämä tarkoittaa sitä, että voimme tietoisena ajattelun kautta tarkkailla ja tunnistaa näitä samoja piirteitä tilanteessa, mitä käytämme impulsiivisessa käyttäytymisessämme. Ja voimme tätä kautta tahdonalaisesti muuttaa käyttäytymistämme ja kontrolloida sitä käyttäen hyväksi tahtoaamme ohjataksemme toimiamme. Mutta myös Uznadze tunnusti ja huomasi, että objektivaltioilla on rajansa, emmekä voi objektivoida jokaista puolta käyttäytymisestämme. Tällaisia rajoja tulee hänen mukaansa vastaan mm. psyykkisissä

sairauksissa ja kyvyssämme irrottautua omasta ideologisesta ajattelutavastamme. Uznadze sinänsä ei kuvannut tätä mekanismia, miksi objektivaatio epäonnistuu, hän ainoastaan tunnusti ja huomasi että se ajoittain ei onnistu. Kuitenkaan ei tarvitse tehdä kovin montaa askelta, kehittääksemme Uznadzen teoriaa niin, että voisimme selittää nämä objektivaation epäonnistumiset ja selittää myös dynaamisen tiedostamattoman ilmiöitä.

Kaksi psyykkisen toiminnan tasoa merkitsee myös sitä, että ulkoisesta maailmasta on samalla kertaa kaksi edustusta, representaatiota psyykkisessä sisäisessä maailmassa. Tietoisen ajattelun tasolla oleva malli maailmasta rakentuu eri tavalla, kuin impulsiivisella tasolla. Tietoisella tasolla ulkoisen maailman edustus rakentuu hyödyntäen loogisesti ja abstraktisti havaittavia lainalaisuuksia. Tämä mahdollistaa toiminnan suunnittelun huomattavasti tehokkaammin verrattuna eläinten impulsiivisen tason toimintaan. Tietoinen ajattelu voi tilanteesta riippuen olla abstraktimpaa tai konkreettisempaa, mutta se on aikuisella aina abstraktiin tietoon perustuvan maailmankuvan läpikäynti. Uznadzen mukaan tietoinen ajattelu noudattaa objektin lakia, eli ajattelumme loogisuus ja tietojemme rakenne johtuu siitä, että ulkoinen maailma on looginen ja siellä vaikuttavat lainalaisuudet, jotka ajattelumme sisäistää, – eli siirtää omiksi lainalaisuuksikseen. Impulsiivinen taso puolestaan heijastaa subjektin lakia, eli lähtee meidän tarpeistamme ja tunteistamme, subjektiivisuudestamme. Impulsiivisella tasolla ulkoisen maailman representaatio on konkreettinen, kiinni toiminnassamme ja on alkeellisempi, primitiivisempi kuin tietoisen ajattelun taso, joka hahmottaa maailman monimutkaisemmin. Käytännössä voi ajatella, että impulsiivinen taso on ”hyvin alkeellinen” taso, eli se ilmenee aikuisella usein järjenvastaisen yksinkertaistavina ilmentyminä, joita tietoisen ajattelun kautta joudutaan jatkuvasti kompensoimaan. Tiedämme kokemuksesta, että etenkin tunteet alkeellistavat kuvaamme maailmasta ja mm. niputtavat loogisesti erillisiä asioita yhteen. Uznadzen koulukunnassa tunteiden nähdään nousevan ja toimivan juuri impulsiivisella tasolla, ja siksi meille tutut tunteen ja järjen yhteentörmäykset ovat samaa

impulsiivisen tason ja tietoisesta ajattelun tason ristiriitaisuutta.

Tietoisesta ajattelun tasolla hahmotettavat maailman lainalaisuudet ja syy-yhteydet tuovat ihmiselle myös uudenlaisen velvollisuuden toimia vastuullisesti ihmisyhteisössä huomioon ottaen sen moraaliset vaatimukset.

2. Tietoinen ajattelu

Tietoinen ajattelumme ei ole kovin vanha ilmiö. On arvioitu, että ihmisajalla kieli kehittyi 100 000 – 40 000 vuotta sitten. 40 000 vuoden takaa on luolamaalauksia, ja luolamaalauksien voidaan olettaa olevan todiste samantyyppisen mielikuvituksen olemassaolosta, kuin miellä nykyihmisillä on: mielikuvat voivat mielessämme vapaasti liikkua ajassa ja paikassa sisäisen puheen ohjaamina. Ei ole selvää, kuinka suuri osa tietoisuuden kehityksestä on biologista evoluutiota vai kulttuurievoluutiota. Joka tapauksessa kulttuurihistoriallinen kehitys on ollut nopeaa noista päivistä lähtien, ja mahdollistanut teknologioiden nopean kehityksen ja ihmisajin menestyksen. Saman aikaan on ilmeistä, että motivaationalisessa järjestelmässämme ja tunnejärjestelmissämme ei ole tapahtunut suuria biologisia muutoksia. Voidaan katsoa, että eläimille tyypilliset motivationaaliset järjestelmät ovat säilyneet, ja vaikuttavat nyt monimutkaisella tavalla ihmisen uusien henkisten kykyjen kanssa aiheuttaen konflikteja, joita eläinten suoraviivainen emotionaalinen vaikutus ei sisällä. Uznadzen teoreettinen malli, jossa eläinten tason toiminta säilyy viritysten toimintana rinnakkain uusien psyykkisten tasojen kanssa, antaa mahdollisuuden uudella tavalla hahmottaa tiedostamattomien tunteiden ja tarpeiden ja kehittyneiden tietoisien prosessien synnyttämiä ristiriitoja.

Uznadzen malli tietoisesta ajattelusta voi olla liian yksikertainen, jos tarkastelemme uutta

tutkimustietoa, jota on kerätty kognitiivisen psykologian alalta ajattelun kehityksestä, mutta Uznadzen malli tarjoaa heuristisen näkemyksen eläimen tason ja ihmiselle kehittyneen uuden psyykkisen tason erojen ymmärtämiseen. Kieli, looginen ajattelu, mielikuvitus, tietoinen muisti, tahdonalainen tarkkaavaisuus ja tahdonalaisesti ohjattu havaitseminen ovat selitetty Uznadzen tiiviissä mallissa, joka on alun perin julkaistu kirjan Psychology of Set liitteessä Basic Principles of theory of set.

Uznadzen mallin pääpiirre on ihmisen psykologisten prosessien irtautuminen välittömästä ulkoisesta todellisuudesta ja niiden siirtyminen liikkuman vapaasti ajassa ja paikassa. Toinen pääpiirre on objektivaatio.

2. Ulkoisesta tilanteesta irrottautuminen, toistaminen ja objektivaatio.

Kiven heittäminen tai primitiivisen keihään heittäminen oli kieltämättä hyödyllinen taito ihmisen esihistorian aikana. Jopa simpanssit heittävät kiviä, mutta niiden kivien heittäminen ei ole tehokasta koska ne eivät aktiivisesti harjoittele kivien heittämistä. Tehokas heittäminen edellyttää taitoa ja tämä taito voidaan hankkia vain toistamalla. Tällainen perusmetsästäystaitojen harjoittelu on yhteinen piirre kaikissa ihmisen primitiivisissä kulttuureissa. Nykyisin on olemassa teorioita, joiden mukaan tämänkaltaiset harjoitukset olivat tärkeitä älykkyyden kehittymiselle esihistorialliselle ihmiselle. Toistava harjoittelu on irtautumista välittömästä ulkoisesta tilanteesta. Osumisen tarkoitus ei ole osua saaliiseen, vaan parantaa taitoa. Itse asiassa toistava käyttäytyminen ilman mitään syytä sopii huonosti eläimen elämään. Eläin ei voi tietää mitä käyttäytymistä sen pitäisi toistaa. Sen takia toistamisen täytyy olla osa monimutkaisempaa järjestelmää, joka kontrolloi, niin kuin sisäinen puhe tekee, ympäristöstä irtautunutta toimintaa.

Uznadze kuvaa toistamista psykologisemmasta näkökulmasta, jokapäiväisestä mentaalista kokemuksestamme. ”Tämä on havaittavissa yksinkertaisimmassa muodossaan heräämistilassa. Juuri silloin kun sillä hetkellä kun siirrymme unesta valvetilaan. Oletan, että kuulen seinäkellon lyövän huoneessa, jossa olen nukkumassa. Kellon lyönnit herättävät minut, ja kuulen nämä lyönnit. Kuitenkin nyt kun olen valveilla, haluan tietää paljonko kello on. Tuntu siltä, kuin tietoisuudessani kuulisin uudestaan nämä samat kellon lyönnit toistettuna. Nämä samat kellon lyönnit, jotka herättivät minut. Tuntuu siltä, että voin kuulla ne uudestaan niin selvästi, että voin laskea ne. Ja näin voin tietää tarkan ajan.

Tämä tosiasia, että teen tämän havainnon, on riittävä osoittamaan, että kellojen lyönnit tapahtuvat itse asiassa kahdesti. Ne on toistettu. Tämän tapauksen seurauksena ja monien muiden samanlaisten tapausten seurauksena, voimme vetää johtopäätöksen: Valvetilamme mentaaliseen elämän erityisestä piirteestä. Voimme nähdä sen tosiasian, että mentaaliset prosessit tässä tapauksessa kellon lyöntien tarkastelu mielessämme, tapahtuu aikajakumolla. Yksi toisen jälkeen. Jos kuitenkin pystymme tarkistamaan lyönnit, eli vaikuttaa siltä, että kello lyönnit toistuvat toisen kerran ja voimme todella laskea lyönnit. (Uznadze 1966, 228)

Tavallinen syy siihen miksi toistamme jotakin on siinä, että käyttäytyminen viritysten tasolla on pysähtynyt jonkin esteen takia. Toiminta on pysähtynyt ja koska se on törmännyt odottamattomaan esteeseen. Sen sijaan, että se jatkaisi yhtenäistä liikettä eteenpäin, se pysähtyy esteeseen, mutta ei niin, että toiminta loppuisi kokonaan, vaan olennaista on pyrkimys elää uudelleen se hetki, jota tarkistetaan. Tämä tilanteen eläminen, tämä tarkistus, sen tarkoituksena ei ole pysähtyä täysin, olla kokematta mitään, vaan paremminkin yrittää kokea sama tilanne uudelleen, joka juuri tapahtui. Tämä erityinen toistava tapauksen uudelleen eläminen tai kokeminen on subjektin erityinen tila tässä tapauksessa.

Voimme vetää sen johtopäätöksen, että kun keskitymme johonkin aktiivisesti subjekti itse asiassa suorittaa juuri tällaisen tarkastuksen mitä hän on juuri kokenut. (Uznadze 1966, 228)

Tällainen tarkastus ja toistaminen on yhteydessä objektivaatioon. Objektivaatio on pysähdys, seisahtuminen impulsiivisen tason jatkuvassa toimintojen virrassa. Se on hetki, jolloin alamme tietoisena ajattelun kautta heijastamaan ulkoista tilannetta. Objektivaatiossa nousemme impulsiiviselta tasolta tietoiselle tasolle ja irrotamme itsemme suorasta suhteesta ulkoisen tilanteeseen. Me alamme tunnistamaan ulkoisen maailman objektina, meistä erillisenä todellisuutena, jota voimme toistaa. Objektivaatio on solmukohta, kaikki tietoisena ajattelun toiminnat alkavat objektivaatiosta. Uznadzen teoriassa siirtyminen eläimen psyykkisen toiminnan tasolta, impulsiiviselta tasolta, tyypilliselle ihmisen toiminnan tasolle on määritelty hyvin konkreettisesti ja tämä siirtyminen voidaan havaita jokapäiväisessä toiminnassamme itsetarkkailun kautta. Objektivoinnin kautta ihminen saa tietoisuuden itsestään, minätietoisuuden. “yksilö tajuaa ulkoisen maailman olevan hänestä irrallinen objekti, hän myös saa samalla tietoisuuden itsestään subjektina. Kun koemme pysähdysten ja äsken koetun tapahtuman toistamisen ja tarkistamisen mielessämme “...me koemme todellisuuden objektina erillisenä meistä itsestämme, jonakin objektiivisena. Eli me suoritamme objektivaatiotapahtuman, tapahtuman, joka mahdollistaa meidät kokemaan jotakin erityisenä objektina. Tämä on äärimmäisen tärkeä puoli ihmisen toiminnassa.

2. Puhe ja mielikuviutus

Kun pysäytämme toimintamme objektivaatiossa, ja irrotamme ulkoisesta todellisuudesta ja alamme toistamaan tapahtumia mielessämme, silloin käytämme mielikuviutusta. Tapahtumien sisäinen toistaminen on mielikuvien käyttöä juuri äsken koetuista tapahtumista.

Nykytutkimus on osoittanut, että myös eläimillä on mielikuvien käyttöä. Esimerkiksi apinat ja sudet kykenevät omalla elinalueellaan käyttämään suorinta reittiä, vaikka ne eivät olisi koskaan aiemmin liikkuneet kyseisessä osassa elinpiiriään. Mutta mielikuvien olemassaolon lisäksi on kysymys siitä, miten mielikuvia kontrolloidaan. Eläimellä ei voi valvetilassa olla vapaasti liikkuvia mielikuvia. Mielikuvat eivät voi nousta spontaanisti ja satunnaisesti mieleen, kuten unissamme, vaan täytyy olla kontrollijärjestelmä mikä määrittää milloin ja mikä mielikuva nousee tietoisuuteen. Sisäinen puhe on osa tätä järjestelmää, joka ohjaa ajatuksiamme ja mielikuviamme. Mutta eläimillä ei ole tällaista kontrollijärjestelmää, ja siksi niillä ei voi olla varsinaista tietoista ajattelua. On oletettavaa, että kehittyneillä eläimillä on alkeellista mielikuvitusta, mutta eläimen mielikuvat ovat sidottu senhetkiseen ulkoiseen tilanteeseen. Uznadzen mallissa myös muisti on yksi mielikuvituksen muoto. Jos ajattelemme eläintä, meillä ei ole perusteita olettaa, että sen muisti sisältäisi kuviteltuja ajatuksia. On tietenkin selvää, että eläimeltäkään ei mennyt katoa ilman jälkiä, mennyt jatkaa olemassaoloaan myös eläimen nykyisyydessä. ”Mutta kun puhumme muistista, kun sanomme, että muistamme jotain, tämä ei tarkoita ainoastaan sitä, että meillä on jokin mennyt tietoisuuden sisältö nykyisyydessä, mutta myös sitä, että olemme tietoisia siitä, että tämä tapahtui menneisyydessä, ja tietynä ajankohtana menneisyydessä. Eläimellä ei ole tällaista tietoisuutta, eikä sitä voisi olla. Eläin ei kykene toistoon, se ei tunnista tapahtuman identiteettiä, eläimellä ei voi olla todellisia muistiajatuksia.” (Uznadze 1966, 254 – 236) Ihmisen kohdalla on toisin. Muisti on ihmisen tärkeimpiä kykyjä, yksi perustavista psykologisista ehdoista kulttuurin synnylle ja kehitykselle.

2. Mihin muisti perustuu?

Muistin keskeinen piirre on se, että muistin sisältöä ei koeta mielessämme alkuperäisinä tapahtumina,

vaan jonain, joka on jo tapahtunut ja jota vain toistetaan,. Tämä on se peruspiirre mitä ilman muistia ei voi olla. Näin ollen on selvää, että mieleemme sisällön päälähde on objektivaatio, joka mahdollistaa kohteen identiteetin tunnistamisen, ja myös tietoisien toistamisen, joka on tärkeässä osassa muistimme toiminnassa. Tieteessä on jo pitkään ollut selvillä se tosiasia, että muistaminen ei ole pelkästään tietyn materiaalin toistamista, vaan tietoista toistamista. Näin ollen, muisti, käsitteen varsinaisessa merkityksessä syntyy vain objektivaation perusteella. Joten on selvää, että muisti on vain ihmiselle tyypillinen laji. Tämä edellä kuvattu tietoisien ajattelun tason muisti ei ole ainoa muistin ja oppimisen muoto Uznadzen teoriassa. Viritysten tasolla muisti ja oppiminen tapahtuu eri muodossa. Viritykset kiinnittyvä. Ihmisen psyykkisessä toiminnassa on siis kaksi eri periaatteilla toimivaa muistia.

2.5 Observointi – ajattelulähtöinen havainnointi

Ajattelulähtöinen havainnointi, observointi, on erikoinen havaintotoiminnan muoto tietoisien ajattelun tasolla. Myös viritysten tasolla ja eläimillä tapahtuu tietenkin havaitsemista, mutta tällöin havaintoprosessi on täysin määräytynyt virityksistä. Observointi taas ohjautuu tietoisista ajatuksista. Observoinnissa etsimme ympäristöstä informaatiota, joka liittyy sen hetkisiin tietoisiin ajatuksiin. Havainnollistaakseni observaation ja viritysten tason havaitsemisen eroja, otan esimerkin vaihdantakuviosta, joka on hieman tavanomaista vaikeampi. Vaihdantakuvio on yksi esimerkki viritysten (havaintoskeeman) valikoivasta vaikutuksesta, ja kaksiselitteisiä kuvia on käytetty georgialaisten tutkimuksissa. Tyypillisesti voimme tehdä kaksi eri havaintoa vaihdantakuviosta esimerkiksi kuva, jossa voi nähdä sekä maljakon, että kahdet kasvot, tai kuvasta jossa voi nähdä sekä vanhan tai nuoren naisen . Kun nämä havainnot vaihtuvat, voidaan siihen viitata havaintoskeemojen vaihtumisena. Joskus vaihdantakuviot ovat vaikeita, emmekä huomaa lainakaan, että kyseessä on vaihdantakuvio. Mutta jos meille kerrotaan mahdollisuudesta nähdä vaihtoehtoinen hahmo kuvassa, alamme etsiä sitä tahdonalaisesti. Tämä etsintä ohjautuu meidän tiedoistamme, tietoisista ajatuksista

lähtien. Se on observaatiota.

Nykypsykologia on osoittanut, kuinka tärkeä vaikutus valikoivuudella on havaintoihimme. Kun Uznadze jakaa havainnoinnin impulsiiviselle tasolle ja tietoisien ajattelun tasolle, tämä valikoivuus selkiytyy. Meillä on impulsiivisia virityksiä, jotka vaikuttavat havaintojemme valikoivuuteen. Jos olemme nälkäisiä, impulsiivisella tasolla nälkä valikoi meitä etsimään ruokaan liittyviä vihjeitä ympäristöstä, etsimään ruokaa. Jano valikoi meitä etsimään juomaa. Ahdistus valikoi meitä etsimään vaaran ja turvallisuuden merkkejä. Mutta impulsiiviset viritykset eivät ole ainoa tekijä, joka vaikuttaa havaintojemme valikoivuuteen. Tietoisien ajattelun taso keskeyttää viritysten impulsiivisen valikoivuuden, ja ihmisen havainnot ja niiden valikoivuus on sekoitus havaintoja, joista osa ohjautuu tietoisesta ajattelusta, ja osa impulsiivista virityksistä.

2. Tahto

Uznadze selitys tahdolle on hyvin yksinkertainen. Ihmisen tahto on prosessi, jossa impulsiivinen viritysten tason toiminta keskeytetään, uusi käyttäytymissuunnitelma tehdään tietoisien ajattelun tasolla, ja tämä uusi suunnitelma "käännetään" impulsiiviselle tasolle ja toteutetaan. Tämä malli voi tuntua liian yksinkertaiselta, mutta Uznadze käsittelee tahdon ongelmaa myös vaikeampien ristiriitojen kannalta, kuten tupakoinnin lopettamisen yhteydessä.

Uznadzen käsitys tahdosta poikkeaa Achin näkemyksestä tahdosta. Ach samaistaa tahdon ja tietoisien tehtävän (Aufgabe). Uznadzella tietoinen tehtävä ja tarpeen pohjalta heräävä viritys ei ole sama asia, vaan Uznadzen teorian mukaan virtys syntyy ihmisen todellisten tarpeiden ja tilanteen kohdatessa, ja tämä tarpeiden viriäminen on impulsiivinen tapahtuma. Mutta toisaalta Uznadzen mukaan ihminen voi

objektivoimalla tilanteen ja tietoisien ajattelun kautta vaikuttaa omiin virityksiinsä. Ihminen ei siis ole tarpeidensa ja impulsiivisesti heräävien viritysten vanki, niin kuin eläimet. Uznadzen kuvaus tahdon toiminnasta sisältää jonkinlaisen ajatuksen psyykkisestä työstä, jota tehdään tietoisella tasolla ja jolla pystytään muuttamaan viritystä. Tahto on tapahtuma, jossa luodaan uusi viritys tietoisien ajattelun kautta. Ja jos toiminnan kuluessa viritys menettää voimansa, joudutaan tahdon käyttö uusimaan tietoisien ajattelun tasolla ja tämä voidaan joutua toistamaan useita kertoja toiminnan aikana.

Tahdon käsitteessä tulee esille Uznadzen tekemä jako impulsiiviseen ja objektivaation tason toimintaan. Osa käyttäytymisestämme syntyy täysin impulsiivisen tason toiminnan seurauksena, osa taas siten, että suunnittelemme käyttäytymisemme tietoisien ajattelun kautta. Esimerkiksi jos olemme tupakoitsijoita, tupakan tarve herättää virityksen polttaa savuke ja toteutamme tämän tämän virityksen automaattisena toimintasarjana, joka useimmiten sujuu itsestään lähes automaattisesti ilman esteitä. Objektivaation kautta tietoisien ajattelun tason avulla voidaan kuitenkin synnyttää uusi viritys – olen polttamatta, jolloin tämä uusi viritys korvaa virityksen polttaa savuke. Uznadzen mukaan tämä uusi viritys, viritys olla polttamatta, voi välillä kadota, jolloin se joudutaan luomaan uudelleen.

3. Uznadzen käsite viritys

Psykologian historiassa on samasta ilmiöstä kuin viritys käytetty yli 40 erilaista käsitettä. Yksi niistä oli Narziss Achin käsite määräävä tendenssi determining tendency. Ach edusti Würzburgin koulukuntaa, joka tutki assosiaatioita introspektiivisin menetelmin. Kokeellisissa asetelmissä tutkijat kuitenkin törmäsivät tehtävän vaikutukseen, kuten tämän kirjoituksen alussa annettussa esimerkissä, jossa koehenkilö ei oppinut yhdistämään tavupareja, koska ei ollut ymmärtänyt kokeenjohtajan antamaa tehtävää.

Külpe kirjoitti tehtävän vaikutuksesta: ”*Mitään psykologista koetta ei voida kuvitella ilman tehtävää. Tehtävää pitää sen takia ajatella yhtä tärkeänä kokeen osana kuin koevälineistöä tai kokeessa käytettävää ärsykettä. Psykologisessa kokeessa annetun tehtävän muuttaminen.. ...on yhtä vähintään tärkeää kuin muutos koetilanteen ulkoisissa tekijöissä...*

Tätä tehtävää ja sen vaikutusta mentaalisiin tapahtumiin ei voi selittää assosiaatiopsykologian (teoreettisin) välinein. Paremminkin, Ach (1905) pystyi osoittamaan, että voimakkaatkin assosiaatiot voidaan voittaa niille vastakkaisen tehtävän avulla. (Külpe 1912) Tällaiset ilmiöt johtivat Achin tutkimaan tehtävän, Aufgabe, merkitystä psyykkisessä toiminnassa, ja Ach toteuttikin laajemman tutkimussuunnan tästä aiheesta. Ach esimerkiksi näki, että tehtävä, määrävä tendenssi, on psykologisilta vaikutuksiltaan vastakkainen assosiatiiviselle tendenssille, ja hän yritti mitata näiden kahden tendenssin suhteellista voimakkuutta toisiinsa verrattuna. Hänen kokeissaan tarvittiin noin 120 tavuparien assosiatiivista opettelukertaa, ennen kuin assosiaatio reagoi tavuun opitulla assosiaatioparilla alkoi häiritsemään tehtävänä annettua reagoititapaa, esimerkiksi reagoi tavuun toistamaa se kirjaimet takaperin luettuna. Uznadze (2000) tulkitsi näitä Achin kokeita siten, että assosiatiivinen tendenssi aiheutti virheitä tehtävästä syntyneelle määrävälle tendenssille vain määrätyissä olosuhteissa, eli kun koeasetelmassa koehenkilön tarkkaavaisuus herpaantui.

Useat nykyiset psykologiset teoriat olettavat, että psykologinen toiminta on pohjimmiltaan tavoitteeseen pyrkivää toimintaa. Tavoitteellisuuden idea on myös länsimaisessa psykologiassa 1960-luvulta lähtien korvannut asteittain käsitykset assosiaatioista ja operantista ehdollistumisesta. Psykologisten prosessien oletetaan perustuvan “sisäisiin edustuksiin” representaatioihin, kuin

atomaarisiin assosiaatioihin. Tavoitteellinen toiminta tarkoittaa, että toiminnalla on jokin tehtävä, Aufgabe. Yritämme joka hetki saavuttaa jotain tavoitetta, päämäärää. (Uznadzen teoriassa tällainen päämäärä on tarpeen tyydytys, ja tavoite on usein tiedostamaton.) Me joka hetki toteutamme jotain tehtävää. On loogista olettaa, että tällä tehtävällä on tärkeä, jopa ratkaiseva vaikutus psyykkisiin prosesseihimme. Jos toiminnallamme tavoittelemme jotain päämäärää, on selvää, että tämä päämäärä vaikuttaa oleellisesti psyykkisiin prosesseihimme. Tämä perustotuus unohtuu usein, koska psykologiset prosessit ovat hyvin monimutkaisia ja monitasoisia. Monissa tapauksissa on tarkoituksenmukaista jättää tämä perusteema tarkastelun ulkopuolelle ja keskittyä toisille tasoille, alisysteemeihin ja aliprosesseihin, kuten erityisiin muistin mekanismeihin, visuaalisen tiedon koodaukseen, jne.

Syy, miksi Uznadze otti toiminnan päämäärän ja organismin valmiustilan tavoitella tätä päämäärää lähtökohdakseen oli metodologinen. Uznadze katsoi, että tätä organismin kokonaisvaltaista tilaa ei voida konstruoida osista kokonaisuuteen päin, vaan kokonaisuudesta osiin päin. “On selvää, että subjekti itse, ei ne mielen yksittäiset osat, on aktiivisessa vuorovaikutuksessa ulkoisen maailman kanssa; ja tämä tosiasia on lähtökohta. Psykologian tieteenä ei tule lähteä yksittäisestä mentaalista prosessista, vaan käsitteestä subjektina kokonaisuutena, subjektista, joka toiminnassaan joutuu hakemaan apua yksittäiseltä psyykkiseltä prosessilta Uznadze(1966 s.199)”.

Tämä viritys on subjektin “modus” jokaisen konkreettisena hetkenä hänen toiminnassaan, viritys on kokonaisvaltainen tila, joka perusteeltaan poikkeaa kaikista muista psyykkisistä voimista ja kyvyistä Uznadze 1966 s.205)”

Operationaalisesti viritys ilmenee siten, että laajempi, kokonaisvaltainen tila vaikuttaa määräävästi pienempiin yksittäisiin psyykkisiin ilmiöihin. Sama ajatus on myös kognitiivisen psykologian skeemateorioissa, joissa laajempi skeema määrää ja valikoi, miten yksittäiset piirteet käsitellään.

Konkretisoidakseni hieman millaisia ilmiöitä pidettiin 1900-luvun alussa virityksen (set) ilmentyminä

mainitsen kaksi kuvailuesimerkkiä: Kauriinmetsästäjä on metsällä odottaen näkevänsä kauriin, ja on jo tähtäämässä aseellaan nähdessään lehtien liikkuvan ja liikkuvan hahmon tulevan esille kasvillisuuden takaa. Hän on jo hetkellisesti näkevinään kauriin, kun hän huomaakin tytön ilmestyvän pensaiden takaa. Pysyvämmästä, kiinnittyneestä virityksestä on esimerkki kahdesta miehestä kävelyllä vuoristossa, jossa toinen miehistä huomaa tien vieressä erityisen kiven, ja hän pysähtyy ja alkaa tutkia sen ominaispiirteitä. Kiven, joka muilta ohikulkijoilta olisi jäänyt lähes huomaamattomaksi. Huomaamisen selitys on siinä, että mies on geologi, ja tämä selittää hänen valikoivan havainnointinsa erikoisen kiven suhteen.

Viritys käännetään joskus sanalla attitude, mutta sosiaalipsykologian käsitteellä asenne on oma historiansa, eikä viritystä kannata suoraan rinnastaa asenteen käsitteeseen.

Uznadzen näkemyksen mukaan tiedostamaton viritys vaikuttaa valikoivasti ja ohjaavasti toimintaamme ja ajatteluamme, Viritys on tiedostamaton ilman torjuntaa tai muuta mekanismia, joka aktiivisesti peittäisi sen tietoisuudesta. Viritys on alun perin tiedostamaton. Mutta voimme tulla tietoiseksi kunkin virityksen pääominaisuuksista objektivaation ja tietoisien ajattelun toiminnan kautta.

Herää väistämättä kysymys, miksi me emme objektivoi tiedostamattomia virityksiä ja tätä kautta vältä niiden valikoivaa ja joskus vääristävää vaikutusta ajattelumme?

“Joten, usein tapahtuu, että meillä ei ole käsitystä toimintaamme ohjaavan motiivin todellisesta luonteesta – ne jäävät piiloon. Kuitenkin, usein myös tapahtuu, että meidän täytyy selittää motiivimme itsellemme. Tässä, meitä auttaa ajattelu, sillä vain ajattelu voi auttaa meitä. Kuitenkin, ennen kuin voimme aloittaa ajattelun, meidän täytyy objektivoida olemassa

oleva viritys ja täten tehdä mahdolliseksi objektivaatio, ilman mitä, kuten näimme paranoidisen potilaan tapauksessa, todellinen ajattelu ei ole mahdollista(Uznadze 1966, 242-243).” Uznadzen lähtökohdista tiedostamattomat viritykset täyttävät tehtävänsä ilman tietoista ajattelua. Ne eivät automaattisesti nouse ajatustemme sisällöksi. Vaikka ne usein ovat ajatustemme kohteena, oletusarvoisesti ne eivät ole. Tiedostamattomia virityksiä ei torjuta tiedostamattomaan, vaan ne ovat valmiiksi tiedostamattomia.

Määritelmänsä mukaan viritys on koko subjektin yhtenäinen valmiustila tiettyyn

toimintaan. Tällainen tila ei sinänsä voi olla edustettuna tietoisuudessa tietynä hetkenä.

Mutta tämä ei merkitse sitä, eteemmekö voisi tarkastella tilan eri puolia ja ominaisuuksia ajattelun avulla. Emme tietoisesta ajattelun kautta pääse käsiksi koko kehon ja mielen yhteisen valmiustilan kaikkiin puoliin, mutta voimme määritellä sen pääominaisuudet. Voimme tarkastella tunteitamme ja tarpeitamme tietoisesta tarkkailun avulla. Mutta tässä törmäämme myös psyykkisen ja kohollisuuden rajaan, psykologisen ja fysiologisen rajalinjaan. Törmäämme myös ns. *syvän tiedostamattoman* rajaan, eli siihen tiedostamattoman rajaan, joka koskaan ei voi tulla tietoiseksi.

Freudin Dynaamiseen tiedostamattomaan ei ole helppo tunkeutua tietoisesta ajattelun

avulla, koska tuomalla dynaamisesti tiedostamatonta aineistoa tietoisuuteen, nostaisi tämä

ahdistuksen tasoa tai masennuksen syvyyttä, tämän takia dynaamisesti tiedostamattoman

aineksen tiedostaminen estyy, ja tarvitaan erityisjärjestelyitä, käytännössä psykoanalyysiä, sen

saattamiseksi tietoiseksi. Tämä dynaamisen tiedostamattoman periaate on Freudin teorian kulmakivi.

Uznadzen teoriassa dynaaminen tiedostamaton on vain sivuosassa. Uznadze viittaa siihen “potilas ei ole kykenevä todelliseen ja täyteen objektivaatioon (Uznadze 1966, 240-242).” Uznadze ei kuitenkaan kuvaa tai analysoi tarkemmin, miksi tähän täyteen objektivaatioon ei päästä. Miksi viritystä ei voida täydellisesti tiedostaa. Hän osoittaa objektivaation rajallisuuden, mutta ei rakenna teoriaa rajallisuuden

syistä. Joten Uznadze ei teoriassaan painotu lainkaan siihen kysymykseen, joka Freudille oli nimenomaan tärkein kysymys. Tämä eriävyys teorioissa tekee niiden vertailusta kuitenkin mielenkiintoisen. Esitän myöhemmin mallin, jolla Freudin dynaamisen tiedostamattoman periaatteet voidaan selittää lähtien Uznadzen mallista.

On muistettava, että Uznadze näki impulsiivisen tason, viritysten tason ihmisen toiminnan perustasona. Vaikka tietoinen ajattelu tekee meistä ihmisiä, ja mahdollistaa kaikki ihmisille tyypilliset elämän muodot, ihmisille ja eläimille yhteinen taso pysyy meidän toimintamme perustana. Tietoinen ajattelumme on vain alajärjestelmä perustasoon verrattuna. Tunteiden ja tarpeiden toiminnassa toiminta tapahtuu valtaosin viritysten tasolla. Tarpeet ja tunteet toimivat eläimillä ja pienillä lapsilla, huolimatta siitä, että niillä ei ole kehittyntä tietoista ajattelua. Yksi todiste tästä ovat aleksityymiset ihmiset, joilla tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen on erittäin puutteellista. Kuitenkin tunteet vaikuttavat ja toimivat myös näillä ihmisillä. Aleksityyminen ihminen on ositus siitä, että meidän ei välttämättä tarvitse tietoisesta ajattelun tasolla tarkastella tunteitamme, joskin aleksityymian tapauksessa tunteet ilmentyvät sitten fyysisinä oireina.

Psykoanalyttisessä teoriassa puheen ja tietoisesta ajattelun kehittymine on nähty käännekohtana lapsen kehityksessä. Symboliset prosessit muuttavat huomattavasti psyykkisten energioiden säätelyä ja sanat ja kieli nähdään voimakkaana välineenä viettienergian säätelyssä. Toisaalta on tunnettua eristämisen ja älyllistämisen minän

puolustuskeinot, jotka osoittavat kuinka riippumattomia tunteet ja ajattelu toisistaan ovat.

3.x Tietoinen ja tiedostamaton tehtävä

Korostan sitä seikkaa, että tietoinen tehtävä ei ole sama asia kuin viritys Uznadzen mukaan tietoinen tehtävä, niin kuin Aufgabe “opi tämä luettelo tavuja ulkoa” ei ole varsinainen viritys. Varsinainen viritys on sidottu tarpeeseen tilanteessa. On tietenkin huomattavasti vaikeampi selittää, mikä se varsinainen tarve tilanteessa on, joka saa koehenkilön täyttämään kokeenjohtajan pyynnön opetella tavuluettelo ulkoa. Tämä on samalla vaikea kysymys ihmisen toiminnan todellisista motiiveista ja ihmisen todellisista tarpeista. Tämä sama kysymys on myös tilanteessa, jossa asiakas puhuu psykoterapiassa terapeutilleen. Mikä on se varsinainen tarve, joka saa asiakkaan puhumaan. Mikä on hänen todellinen tehtävänsä, todellinen toiminnan tavoite? Onko hänen tavoitteensa vietellä terapeutti, vai saada heteellistä helpotusta masennuksen aiheuttamaan tuskaan? Vai onko hänen tavoitteensa pitää terapeutti tyytyväisenä, ja täyttää tunti puheella, ja välttää terapeutin pettymys siitä, että oikeastaan asiakas ei haluaisi kertoa terapeutille mistään. Koska asiakkaat melkein aina ovat ahdistuneita, niin voi olettaa helpotuksen hakemisen olevan keskeinen tavoite. Tavoite voi myös vaihtua useita kertoja terapiatunnin aikana. Tunnin ensi minuuteilla voi vallita erilainen viritys kuin tunnin lopussa, jossa eron lähestyminen voi herättää toisia tarpeita. Terapeutti voi tutkiskella näitä asiakkaan piileviä motiiveja sillä perusteella, mitä potilaan esittämäksi valikoituu tunnin aikana.

x.1 Äärimmäinen top-down-viritys

Uznadzen ja psykoanalyysin vertailussa kiinnostus kohdistuu tarpeesta ja tilanteesta nousevaan viritykseen. Psykoanalyysihän kuvaa nimenomaan sitä, miten tarpeet (vietti-impulssit) vaikuttavat dynaamisesti psyykkisiin sisältöihin. Empiirisen aineiston osalta tässä tulee Uznadzen teorian kannalta ongelma, sillä georgialaiset testasivat viritysteoriaa onnistuneesti lähinnä koeasetelmissa, joissa tarve ei

ollut muuttujana. Viritys oli kokeellisessa psykologiassa tutkittu ilmiö jo Uznadzen kehittäessä teoriasa, mutta viritukseen (set) liittyvät empiiriset kokeet oli tehty lähinnä havaintopsykologian alueella. Myös nykyisin tehdään hyvin samanlaisia havaintopsykologisia kokeita, tutkittaessa miten erilaiset ylhäältä-alas, top-down skeemat vaikuttavat havaitsemiseen ja samanlainen top-down skeemojen vaikutus on dokumentoitu myös muiden kognitioiden, kuten ajattelun tutkimuksessa. Uznadzen teoriassa top-down asetelma on laajennettu äärimilleen, niin että organismin tarpeen ja ulkoisen tilanteen luoma viritys ohjaa koko subjektin toimintaa: kyse on siis kaikkein korkeimmasta ylätasosta, top-down tasosta, jota ylemmäksi ei voi enää mennä, joka sitten vaikuttaa valikoivasti ja suuntaavasti kaikkiin psyykkisiin toimintoihin, ei vain havaitsemiseen, vaan myös ajatteluun, mielikuvitukseen, muistitoimintoihin, ym. Tällaisten tarpeista lähtevien korkeimman tason viritysten kokemusperäinen tutkiminen on huomattavasti vaikeampaa, kuin havaintoon liittyvien viritysten tutkiminen. Pääosin voidaan sanoa, että Uznadzen viritysteorian empiirinen perusta on havaintopsykologisissa kokeissa, joiden tulokset on yleistetty tukemaan Uznadzen teoreettisia näkemyksiä

x.2 Primaari viritys ja dispositio

Tshartisvili (19xx) huomauttaa, että käsitettä viritys on käytetty kahdessa perusteeltaan erilaisessa merkityksessä. Kiinnittynyt viritys: habituelle Einstellung (Marbe), attitude (Allport), Einstellung, set (Luchins), voidaan katsoa muodostavan yhden kategorian, joihin kuuluu myös Uznadzen kiinnittynyt viritys. Tätä ryhmää voidaan kuvata seuraavasti: 1) ne ovat valmiita systeemejä jotka ovat kehittyneet aikaisemmassa käyttäytymisessä, 2) ne ovat dispositioita (dispositio=taipumus, valmius, tapa reagoida tietyllä tavalla), 3) ne laukeavat

automaattisesti tilanteissa, jotka muistuttavat tilanteita, joissa ne ovat syntyneet ja 4) kiinnittyneet ne ohjaavat tilanteissa tietoisuutta ja toimintoja, niin että uudet tilanteen yksityiskohdat jäävät huomiotta. Uznadzen mukaan assimilaatio on se tekijä joka uudessa tilanteessa tuo virityksen esille.

Uznadzen teoriassa viritys ei kuitenkaan ole tällainen kiinnittynyt viritys, opittu dispositio. Uznadzen viritys käsitettä voidaan kuvata termillä primaari viritys vastakohtana kiinnittyneelle viritykselle. primääriä viritystä voidaan luonnehtia seuraavasti: 1) se luodaan joka kerta ennen toimintaa uudessa tilanteessa ja se syntyi tarpeen ja tilanteen yhteisvaikutuksesta 2) se organisoii kaikki psykofyysiset voimat, sisäsyntyiset ja hankitut, 3) joita sovelletaan tilanteessa tarkoituksenmukaisen tarpeen tyydytykseen johtavan toiminnan aikaansaamiseksi, 4) ja joka häviää toiminnan toteuduttua ja tarpeen tyydytyksen jälkeen jäämättä dispositioksi.

Narziss Achin tahtokokeissa käytetty determinoiva tendenssi on esimerkki tällaisesta primaarista virityksestä, joka luodaan koetilanteesta ja katoaa sen jälkeen jäämättä dispositioksi.

x.3 Objektivaation vaikutus virityksiin

Kun havainnoista siirrytään tutkimaan virityksen ilmenemistä monimutkaisempia psyykkisiä prosesseja, kuten ajattelua, sisältäviä toimintoja, niin kokeellinen tutkimus muuttuu vaikeammaksi ja monitulkintaisemmiksi. Yhdessä georgialaisten koeasetelmassa käytetään sitä ilmiötä, että henkilö, joka

on tottunut lukemaan tekstejä sekä latinalaisella että kyrillisellä kirjainjärjestelmillä voi lukea samat kirjaimet ja sanat kahdella vaihtoehtoisella tavalla, kyrillisinä tai latinalaisina. Hänellä voi olla joko viritys kyrillisiin kirjaimiin tai viritys latinalaisiin kirjaimiin. Kun koehenkilölle Z Hodzavan kokeissa esitettiin joukko neutraaleja kirjaimia (kirjaimia, jotka ovat yhteisiä venäläisessä ja länsimaisessa kirjoitusjärjestelmissä), joiden keskuudessa oli vaikkapa vain yksi pelkästään latinalainen kirjain, (sanokaamme h), niin koehenkilölle kiinnittyi viritys latinalaisen tekstin lukemiseen yleensä. Näin ollen koehenkilöt lukivat jo venäjänkieliset, neutraaleja kirjaimia täynnä olevat sanat latinalaisten kirjainten lauseyhteyksinä., vaikka niillä ei ollutkaan merkitystä latinalaisittain kirjoitetussa kielessä . Esim. Sana почва luettiin sanaksi норба (norba). Tämä koeasetelma on kuitenkin erittäin herkkä objektivaatiolle, eli koehenkilö huomaa tietoisien ajattelun kautta, että hän käyttää väärää viritystä, väärää kirjoitusjärjestelmää. Hän pysäyttää virheellisen virityksen toiminnan ja siirtyy lukemaan paremmin tilanteeseen sopivan virityksen kautta.

Achin ja muiden saksalaisten kokeissa virtys (determining tendency) luotiin koetilanteessa tietoisesti annetun tehtävän (Aufgabe) kautta. Tietoisesti annettu tehtävä taas sopi huonosti Uznadzen teoriaan, jossa viritys on perusluonteeltaan tiedostamaton ilmiö ja Uznadzen perushavainto oli, että jos viritys objektivoitiin tietoisella tasolla, viritys menetti vaikutuksensa. Georgialaisten koeasetelmille olikin tyypillistä, että koehenkilö ei saanut tiedostaa omaa viritystään, eikä koehenkilö tiennyt, mitä kokeessa yritettiin saada selville. Esimerkki tästä on Eliavan koe, jossa tutkittiin virityksen assimiloivaa vaikutusta tekstiä luettaessa. Eliavan kokeessa koehenkilöille annettiin luettavaksi kirjoitus, jonka alkuosa käsitteli aatelisperheen teloitusta Ranskan vallankumouksessa. Lauseen ”kääntäkää nopeasti sivua” jälkeen teksti kuitenkin vaihtui, ja väliin oli lisätty kappale toisesta kirjasta, joka kertoi apinoiden elämästä. Osa koehenkilöistä kuitenkin assimiloivat eli liitti apinoista kertovan tekstin kertomukseen aatelisten teloittamisesta, tulkitse tekstin osana aloitettua kertomusta, eikä huomannut tekstin vaihtumista. Tekstin alun lukeminen loi virityksen, valmiustilan sijoittaa luettu teksti tiettyyn

kertomukseen ja tämä vaikutti siten, että täysin eri asiasta kertova teksti tulkittiin osaksi kertomusta. Jos koehenkilö kuitenkin objektivoi tekstin muuttumisen, huomasi tekstin vaihtumisen, valmiustila hajosi, ja teksti tulkittiin omana kokonaisuutenaan.

Virityksen empiiriselle tutkimiselle on siis oleellista, että tutkittavat yksilöt eivät objektivoi, eli eivät tietoisien ajattelun tasolla huomaa oman virityksensä vaikutusta, koska he voisivat tietoisien ajattelun kautta korjata virityksen aiheuttavan vaikutuksen omaan käyttäytymiseen. Kokeellisissa asetelmissa tämä on sikäli hankalaa, että kokeenjohtajan tulee luoda koehenkilölle tietty viritys ilman että koehenkilö huomaa millainen viritys hänelle kokeessa syntyy. Tämä on hankalaa, mutta mahdollista, etenkin menetelmillä, joissa ihmisen toiminta muotoutuu muistuttaen yritys-ja-erehdys-menetelmällä oppimista.

Perusmenetelmä virityksen kokeelliseksi tutkimiseksi on seuraava: Ensin koehenkilölle jollain keinoin luodaan viritys joka ilmenee ennakoivana valmiustilana tiettyyn toimintaan. Tämä viritys on luotava siten, että koehenkilö ei tietoisien ajattelun tasolla tiedosta, millaisen virityksen kokeenjohtaja on hänelle halunnut luoda, jotta koehenkilö ei objektivoi tehtävää. Tämän jälkeen koehenkilölle esitetään testattavaksi kriittinen materiaali. Kriittinen materiaali voi olla monitulkintaista tai vähintään kahdella tavalla tulkittavaa, ja luotu viritys vaikuttaa siten, että kriittinen materiaali tulkitaan virityksen mukaisesti. Viritys voi myös aiheuttaa selviä virheitä kriittisen materiaalin tulkinnassa. Esimerkiksi eräässä koeasetelmassa koehenkilöille näytettiin ensin takistoskoopilla kuvia eläimistä, ja kriittisessä kokeessa takistoskoopilla näytettiin kuva vyöstä, jonka viritysröyhmän koehenkilöt näkivät kontrolliryhmää useammin käärmeenä.

X. 4. Eniten käytetty menetelmä: *Uznadzen koe*

x. 4.1. Tarpeesta heräävä viritys

Georgialaiset yrittivät ratkaista omalaatuisella ratkaisulla sitä ristiriitaa, että viritysteoria lähti nimenomaan tarpeesta, mutta kuitenkin empiirinen tutkimus oli havaintopsykologista. Tämä ratkaisuyritys lähti siitä, että koska viritys on koko subjektin, koko persoonallisuuden valmiustila, niin virityksen ominaisuuksien yksilöllä pitäisi heijastaa yksilön persoonallisuuden ominaisuuksia. Tätä lähdettiin selvittämään siten, että virityskokeita alettiin tekemään differentiaalipsykologisesti yrittäen määrittää sitä, miten erilaiset persoonallisuustyypit ja psykiatrisesti diagnosoidut potilaat poikkesivat toisistaan viritysten yksilöllisten ominaisuuksien suhteen. Käyttäen yksinkertaista havaintopsykologista käsissä vertailtavien pallojen koon ja tilavuuden harhojen koeasetelmaa georgialaiset tutkivat hyvin monia eri ihmisryhmiä ja potilasryhmiä määritellen näille tyypillisiä virityksen ominaisuuksia. Osa näistä tutkimuksista on raportoitu Uznadzen teoksessa *Psychology of set*.

Uznadzen perusmenetelmä virityksen ominaisuuksien tutkimiseksi on seuraava: Koehenkilölle luodaan tarve suorittaa tehtävä pyytämällä häntä vertailemaan kahta hänelle käsiin annettua palloa, ja sanomaan, kumpi niistä on suurempi. Pallot annetaan hänelle vertailtavaksi useita (yleensä 10 – 15) kertaa. Nämä ovat virityksen herättävät toistokerrat. Testausvaiheessa, esimerkiksi 16. kerralla koehenkilölle annetaan samankokoiset pallot, jolloin yleensä tulee esille, että koehenkilö havaitsee toisen palloista suurempana tai pienempänä. Virityksen herättävät toistokerrat ovat aiheuttaneet koehenkilölle tilan, joka aiheuttaa pallojen koon illusoorian havaitsemisen. Usein koe tehdään myös samankokoisilla, mutta eri painoisilla palloilla. Koe voidaan tehdä myös visuaalisesti esittämällä takistoskoopin avulla eri kokoisia ympyröitä, ja harhan leviämistä aistinpiiristä toiseen voidaan tutkia käyttämällä virityksen herättävissä toistoissa eri kokoisia renkaita ja tekemällä kriittiset kokeet takistoskoopin avulla näyttämällä samankokoisia ympyröitä.

x. 4. 2. Virityksen differentiaalipsykologia

Kyseistä koemenetelmää käytettäessä esiintyy huomattavia yksilöllisiä vaihteluita, ja nämä vaihtelut ovat olleet georgialaisten mielenkiinnon kohteena. Virityksen vaihtelun perusominaisuudet

1. Muodostumisen herkkyys: Kokeissa toisille muodostui viritys jo 1-2 toiston jälkeen, toisilla vasta parinkymmenen toiston jälkeen.

2. virityksen staattisuus-dynaamisuus Havaitseminen ei. saavuta adekvaatin havaitsemisen vaihetta - staattinen viritys. Dynaamisesta virityksestä on kysymys silloin kurti havainto ennemmin tai myöhemmin muuttuu adekvaatiksi.

3. virityksen plastisuus vs. jäykkyys plastinen: ei jyrkkää siirtymistä vaiheesta toiseen jäykkä: siirtyessään vaiheesta toiseen hyppää jonkin tai joidenkin vaiheiden yli, esim. dynaamisessa tapauksessa suoraan kontrastisesta havainnosta adekvaattiin.

4. virityksen siirtyminen

Viritys voi siirtyä sekä modaliteetista toiseen tai elimestä toiseen (esim. kädestä toiseen jne). Voimakas irradiaatio.

Viritys voi myös olla siirtymättä, jolloin se siis on "lokaalinen".

5. virityksen generalisaatio, yleistvyvyys

Tässäkin on suuria yksilöllisiä eroja. Yleistvyvyys on suurta, jos viritys tulee esille myös suhteessa alkuperäisestä huomattavasti eroavaan objektiin.

6. konstanttisuus (muuttumattomuus) vs. muuntuvuus

Kysymyksessä on toimintaviritystyyppin pysyminen samana tai vaihtelen), samalla yksilöllä eri koekeerjoilla.

7. stabiilisuus-labiilisuus

Viritys on sitä stabiilimpi mitä kauemmin se säilyy ilman kriittisten objektien vaikutusta. Kokeissa on

tullut äärimmäisyytenä esille virityksen säilyminen 2-3 kk muodostamisen jälkeen.

Jos viritys säilyy kauan ja muuttumattomana, se on konstanttis-stabiili jos se säilyy kauan mutta muuntuu, se on varioiva-stabiili. Vastaavasi viritys voi olla konstanttis-labiili tai varioiva-labiili.

Yleisenä tutkimustulosten linjana oli, että psyykkinen häiriintyneisyys korreloi staattisen virityksen sammumistyyppin kanssa.

Itse en katso, että näillä kokeilla olisi todistettu ne teoreettiset näkemykset, jotka koskevat tarpeita virityksen herättäjinä ja tarpeen herättämää viritystä äärimmäisenä ylhäältä-alas tekijänä. Kokeissa havaitut muutokset havaintoihin liittyvissä virityksissä eri psykiatrisilla potilasryhmillä voivat selittyä hyvin jollain väliin tulevalla muuttujalla, eivätkä välttämättä kuvaa sitä, että havaintoviritysten ominaisuudet heijastaisivat yksilöllä sillä hetkellä vallitsevan tarpeista nousseen, koko persoonallisuuden tilana olevan äärimmäisen ylhäältä-alas virityksen ominaisuuksia, kuten georgialaiset tulkitsevat.

Uznadze yritti luoda tarpeen vaikutuksesta virityksen kautta yleistä abstraktia mallia, jota voitaisiin soveltaa kaikkiin ihmisellä esiintyviin tarpeisiin. Uznadze ei alkanut selvittää mitä konkreettisia tarpeita ihmisellä on – mitkä tarpeet olisivat viritysten sisältöinä? Hän ajatteli, että tarpeesta lähtevällä virityksellä olisi yleiset ominaisuudet, virityksen staattisuus-dynaamisuus, plastisuus - jäykkyys, virityksen siirtyminen,yleistyvyys, konstanttisuus-muuntuvuus, stabiilisuus - labiilisuus heijastuisivat kaikissa tarpeista nousevissa virityksissä. Psykoanalyysi sen sijaan on suuntautunut toisin, ja oli kiinnostunut nimenomaan konkreettisten tarpeiden selvittämisestä. Siitä, mitä impulsseja idistä nousi aiheuttamaan konflikteja ihmisen psyykkisessä elämässä. On syytä olettaa, että esimerkiksi se, ”jähmettykö” yksilö sisäisessä psyykkisessä konfliktitilanteessa oman tarpeensa tai impulssinsa

vangiksi, riippuu tarpeen sisällöstä.

x. Teoriaan hyvin valaiseva koeastelma

Seuraavassa on esitetty hieman laajemmin yksi georgialaisten koe, koska siitä tulee erittäin valaisevalla tavalla esille Uznadzen teorian perusteesejä. Tässä kokeessa tulee kauniisti esille, miten psyykinen toiminta jakautuu kahdelle tasolle, ja miten sama kirkas havainto, rasiassa olevan kuvio, sen muoto ja väri, jakaantuu kahteen kanavaan, joista toinen käsitellään tietoisesti ajattelun tasolla, ja toinen käsitellään impulsiivisella tasolla ja menee suoraan toimintaan.

”Esikouluikäisillä lapsilla tekemämme kokeet ovat tämän ongelman kannalta kiinnostavia. Nämä kokeet osoittivat että lapset oppivat varsin mutkikkaan järjestelmän mukaan vaihtuvien *signaalimerkkien* perusteella etsimään makeisen rasiasta, jonka kannessa oli oikea kuvio, esim. suuren punaisen ympyrän ollessa rasiajoukon edessä rasiasta, jonka kannessa oli kaikkien suurin neliö, ja suuren vihreän kolmion ollessa rasiajoukon edessä rasiasta, jonka kannessa oli kaikkein pienin ympyrä. Kun lapsilta kysyttiin mihin rasiaan seuraavaksi panemme makeisen, he mainitsivat sen rasiassa värin, jossa makeinen tässä konkreettisissa tapauksissa oli ollut.

Nämä kokeet osoittivat varsin selvästi kahden mekanismin olemassaolon koehenkilöinä olleiden lasten aktiviteetissa. Ensimmäinen mekanismi oli yleisten momenttien väitteen hidas kiinnittyminen heidän toimintaansa tavalla, joka varsin paljon muistuttaa niin sanottua *yrityksen ja erehdyksen menetelmää*. Virheiden laskenta osoitti samalla, että ensisijaisesti kiinnittyi säännönmukaisesti rasiassa paikka rivissä, huolimatta toistuvista muistutuksesta siitä, että makeisella täytetyn rasiassa sattumanvaraisen löytymisen jälkeen makeinen pannaan samankaltaiseen, (”jollakin tavalla samankaltaiseen”) rasiaan, ja lasten täytyy arvata millaiseen, etsivät koehenkilöt seuraavalla kerralla säännönmukaisesti makeista rasiasta,

joka sijaitsi samassa paikassa huolimatta rasioiden hämmästyttävästä erilaisuudesta (kyse oli kuvioista rasian kannessa, itse rasiat olivat aina valkoisia ja samansuuruisia ja -muotoisia). Kun ne toisinaan kysyimme: ”Oliko makeinen sitten viime kerralla tämän kaltaisessa rasiassa?” niin ei ihmeeksemme vastasivat: ”Kyllä, tällaisessa”. Tämä oli sitäkin hämmästyttävämpää, kun he ensimmäisellä kerralla olivat käyneet kaikkein kirkaskuvioisimman rasian kimppuun. Ensimmäisen reaktion synnyttänyt tekijä ei pysynyt tietoisessa muistissa. Heidän käytännön aktiviteettiinsa taas kiinnittyi juuri suhdejärjestelmä, tässä tapauksessa geneettisesti kaikkein varhaisimmin vaikuttavien avaruudellisten suhteiden järjestelmä.

Toinen mekanismi, tiedostamismekanismi, joka on voimakkaasti jäänyt jälkeen tarpeellisten suhteiden kiinnittymisestä aktiviteettiin ja kulkee ensi alkuun ikään kuin rinnan sen kanssa, suuntautui silmiinpistäviin konkreettisiin tunnusmerkkeihin, pääasiassa kuvioiden väriin. Jopa senkin jälkeen kun koehenkilöinä olleet lapset alkoivat löytää oikean makeisen sisältävän rasian, eivätkä tehneet juuri lainkaan virheitä tehtävää ratkaistessaan, niin kysymykseen, siitä minkälaiseen rasiaan makeinen tullaan asettamaan, he eivät vastanneet valitsemalla valinnan määräävän kuvion koon ja muodon, vaan sanoivat kuvion värin (sinisen, punaisen, keltaisen jne.) valiten sormellaan ryhmästä sen rasian, jossa makeinen edellisenä päivänä on ollut. Lasten käytännön aktiviteettiin kiinnittyi tällä tavalla määrättyjen suhteiden järjestelmä, (sanokaamme sellainen, että yhden merkin yhteydessä on kyse rasiasta, jossa on kaikkien suurin neliö, ja toisen merkin yhteydessä rasiasta, jossa on kaikkien pienin ympyrä, jne.), ja riippuen siitä mikä asemaa rasialla oli tässä järjestelmässä, lapset valitsivat sen mainiten tällöin ainoastaan kuvion värin. Heidän valintaansa määräsi todellisuudessa kuvion koko ja muotoa rasian kannessa, ja nimenomaan tämä seikka sai heidät kiinnittämään huomion oikean kuvion väriin, **vaikka väri ei ensinnäkään kuulunut asiaan**. Kuten jo aiemmin olemme todenneet, nämä tulokset toivat oireellisesti mieleen kokeet jokapäiväisten käsitteiden käytöstä, jolloin aikuiset koehenkilöt mainitsivat

koiran tunnusmerkkeinä toisistaan poikkeavien eri rotujen tunnusmerkkejä, eivätkä tällöin tieneet, miksi kaikki ovat *koiria*. Tai sitten he he määrittivät *ruohon* matalakasvuiseksi vihreäksi kasviksi, vaikka tämä eikä ylipäänsä mikään aistimellinen tunnusmerkki määrännyt heidän lainalaista *ruoho* sanan käyttöään.

Niiden tunnusmerkkien tiedostaminen, jotka todellisuudessa määräsivät tarvittavan rasian tunnistamisen, ei ainoastaan jäänyt voimakkaasti jälkeen oikean reaktion kiinnittymisestä, vaan oli samalla luonteeltaan varsin omanlaatuinen ja lainmukaisesti toistuva. Määräävät momentit, koko ja muoto, alkoivat vähitellen nousta heidän tietoisuutensa, ensi alkuun koeaineistolla leikkimisen itsekseen ja muiden kanssa, keskustelemisen aikana syntyvien assosiaatioitten muodossa, ja vasta myöhemmin, usein vasta meidän avullamme, he tajusivat todellisen määräävän merkityksen. Siihen, että lapset, vaikka he ratkaisivatkin tehtävän oikein, eivät siitä huolimatta tieneet, mikä heidän valintansa määräsi, ei viitannut ainoastaan se seikka, että he eivät kyenneet vastaamaan mihin rasiaan makeinen tullaan asettamaan, vaan myös se tosiasia, että yhtämittaiset virheettömät reaktiot saattoi keskeyttää jostakin ulkoisesta syystä, sanokaamme erittäin kirkkaan kuvion ilmestymisestä johtunut epäonnistuminen reaktiossa ja palaaminen aikaisempiin karkeisiin virheisiin. Kun lapset olivat tajunneet määräävät tunnusmerkit, otettiin käyttöön uusia signaalimerkkejä, ja viimeinen olimme rakentaneet kaksivaiheisen merkkijärjestelmän, jossa täydentävät merkit muuttivat perusmerkkien alkuperäisen signaalifunktion. Kuten kokeiden tulokset osoittivat, ei yksikään uusi merkkijärjestelmän monimutkaistaminen tällöin viime kädessä vaikeuttanut lasten työskentelyä, vaan päinvastoin edistivät järjestyneempien reaktioiden tuottamista, jolloin virheet olivat hyviä, ehtojen rakenteesta johtuvia.

Kokeet päättyivät siihen, että tämä kaksivaiheinen merkkijärjestelmä jäi kuin jäikin loppuun saakka tiedostamatta koehenkilöinä olleilta lapsilta. Mutta jos he vaivautuivat katsomaan merkkiriviin, niin he jo tiesivät, missä rasissa makeisen täytyy olla. Kuten jo aikaisemmin olemme

huomauttaneet, meillä ei ollut koehenkilöinä ainuttakaan lasta, joka ensin olisi oivaltanut minkä tunnusmerkin mukaan makeista täytyy etsiä rasiasta, ja sitten alkanut ratkaista oikein tehtävää. Tilanne oli jokaisella kerralla päinvastainen. On kuitenkin välttämätöntä huomauttaa lasten suurista typologisista eroista tässä suhteessa (Eräät lapset tajuavat verrattain nopeasti määräävät momentit, mutta toiset alkavat erittäin nopeasti työskennellä hyvin, ja yltävät vain vaivoin tajuamiseen välillä vasta kokeenjohtajan avustuksella.)

Yksi asia on kuitenkin käynyt selväksi näiden kokeiden perusteella. Koehenkilöinä toimivien lasten toiminnassa, käytännön aktiviteettiinsa heijastui ja kiinnittyi merkkisuhteiden mutkikas järjestelmä, ja tietoisuus erotti vasta myöhemmin, vasta tämän subjektin käytännössä jo heijastuneen järjestelmän perusteella vastaavat merkitykselliset momentit.

Tämä seikka tuo ilmi enemmän kuin analogian puheaktiviteetin tutkimuksesta saatujen tietojen kanssa. Ihmisen kielellisessä käytännössä kiinnittivät määrätyt yleiset objektiiviset suhteet, jotka myös määräävät sanan lainmukaisen käytön, tämän tai tuon konkreettisen ilmiön erottamisen tämän sanan avulla. Vasta tämän perusteella, sanan käytön perusteella tietoisuus saa selville, useinkin varsin vaivalloisesti kyseisen sanan todellisen merkityksen, toisin sanoen ne yleiset objektiiviset momentit, jotka suuntaavat erittäin tarkasti sanan käyttöä. Puheaktiviteetissa ilmenee varsin oireellisesti myös tähän prosessiin osallistuvien kohteiden aistimellinen tunnusmerkkiin osuus. Muun muassa se tosiasia, että yksi ja sama aistimellinen esineellinen sisältö vaikuttaa eri tavoin riippuen siitä, millaisten subjektin käytännössä kiinnittyneiden suhteiden järjestelmän tämä sisältö liittyy. Koehenkilö esimerkiksi vastaa, että orvokki ei tietenkään ole ruoho, koska se on kukka.

Kysymys on siitä, että todellisuudessa ihminen käyttää sanaa *ruoho* tarkoittaessa *kasvia, joka kasvaa vihreänä massana*. Juuri tämä on kyseisen sanan todellinen merkitys, joka määrää sen käytön. Tämän vuoksi orvokki, yksittäisenä kukkana, ei ole ruoho, mutta apila on ruoho, vaikka onkin myös kukka.

Kaktus ei ole ruoho, ja vaikka se jossain saattaisi olla ruohokin, niin ei meillä. Eivätkä kaikkien

hämmästyneimmät osaa vastata miten kaktus voi jossain olla ruoho, mutta ei meillä (18). Objektivisten suhteiden kiinnittyminen puhekäytännössä määrää myös subjektin suhtautumisen eri ilmiöihin ja mahdollistaa myös sosiaalisen kokemuksen kiinnittymisen kieleen, mikä on ihmisen ajattelu toiminnan välttämätön ehto.

Kaikki nämä tiedot muuttuvat erityisen ymmärrettäväksi Uznadzen viritysteorian kannalta. Virityshän edellyttää, hänen käsityksensä mukaan, ennen kaikkea kohteen lainalaisuuksien sen yleisten momenttien sellaista erityistä ennakoivaa heijastumista subjektin tilassa, joka määrää jokaisen elävän olennon aktiviteetin. Tietoisuus toteuttaa aktiviteettia vasta myöhemmin ”toisella tasolla”, osallistuessaan objektivointiin, toisin sanoen sisäiseen kohdesuuntautuneisuuteen, taaskin virityksessä ennakoita heijastuneen objektin lain perusteella. Tämä juuri onkin psyyken erityisluonne, sen erityinen lainalaisuus. Tämä ennakoita heijastunut objekti saa myös aikaan havaintoprosessin, kohteen aistimelliseen sisällön erottamisen, sehän antaa tietää itsestään myös muistin työskentelyn yhteydessä suunnaten etsintöjä oikealle tielle (muistakaamme vaikkapa Tsehovin novellia *Hevosen kaltainen sukunimi*.) Objektin laki ilmenee erityisen spesifinä ajatteluprosessissa, jossa ajatustehtävää ratkaistaessa ei voida ottaa ensimmäistä askelta, vastata ensimmäiseen kysymykseen, ellei ole ennakoitu prosessin yleistä suuntaa viimeistä askelta myöten. Tässä mielessä tämän teorian perusteeksi, että viritys on tehtävin ennakoiva ratkaisu, on teesi, joka selittää ennakoinnin psyyken erikoisominaisuutena.”

4. Näkökohtia ja ongelmia

4.1 Tiedostamattoman ja tietoisuuden eri määritelmiä

On hyvä selvittää mitä eri asioita tietoisella ja tiedostamattomalla psyykkisellä toiminnalla voidaan tarkoittaa.

1. Tiedostamaton tila unen aikana ja tietoisuuden tason vaihtelut meditaatioissa, transsissa ja huumeiden väärinkäytössä. Näitä tietoisuuden tilan vaihteluita ei tule sekoittaa tietoisuuden muihin ulottuvuuksiin. Unissamme käytämme kieltä ja suoritamme loogisia päätelmiä, mitkä ovat Uznadzen teorian mukaan tietoisien ajattelun tunnusmerkkejä. Uznadze ja hänen oppilaansa ovat jonkin verran pohdiskelleet unien ja viritysten suhdetta, mutta en esittele pohdintoja tässä esityksessä selkeyden vuoksi.
2. Tarkkaavaisuuden valokeila ja havaintotietoisuus. Tietoisuus voidaan käsittää myös havaintojen ja ajatusten kirkkaudeksi. Meille jokaiselle on tuttu se tosiseikka, että kullakin hetkellä tietyt asiat ovat kirkkaina mielessämme ja tarkkaavaisuutemme kohteita ja ne pian taas korvautuvat uusilla kirkkaan tietoisuuden sisällöillä – havainnolla, mielikuvalla, ajatuksella. Havaintotietoisuutta eli kirkkaita havaintoja esiintyy Uznadzen impulsiivisella tasolla. Samalla lailla voimme olettaa, että eläimillä esiintyy kirkkaita havaintoja. Havaintojen jaottelussa täytyy kuitenkin olla tarkkana, sillä jos havainto liittyy ajatteluun, esimerkiksi tahdonalaisesti alamme tarkastelemaan jotain kohdetta, tämä havainto luetaan jo tietoisien ajattelun tasolle kuuluvaksi. Se on observointia. Impulsiivisella tasolla ei esiinny irrallisia mielikuvia, vaan vapaana esiintyvä mielikuva kuuluu objektivaation tasolle.

Havaintotietoisuuden määrittelyssä on selvä ero Freudin ja Uznadzen välillä. Freud katsoi tietoisien havaintojen kuuluvan selkeästi egon alueelle, eli tietoisuuteen. Viritysteorian mukaan havaintoja voi olla sekä impulsiivisella, että objektivaation tasolla.

3. Tietoinen ajattelu. Tietoinen ajattelu on vain ihmiselle kehittynyt suhteellisen itsenäinen järjestelmä, joka käyttää korkeampia psyykkisiä prosesseja, kuten puhe, looginen päättely, tahto, ym. Tietoinen ajattelu on meille hyvin tuttu kokemuksen kautta, vaikeampi on tavoittaa sitä puolta psyykkisessä kokemuksessa, joka ei toimi kiinteästi tietoisien ajattelun yhteydessä.
4. Tietoisuus itsestä erillisenä subjektina. Objektivaltiossa ihminen kokee ulkopuolisen maailman

itsestään riippumattomana pysyvänä todellisuutena. Samalla objektivaatiossa tapahtuu subjektivaatio, eli itsen tunnistaminen objektiivisesta maailmasta erillisinä olentona.

5. Dynaaminen tiedostamaton. Freudin kuvaama tiedostamaton, joka keskeinen psykoanalyttisessä teoriassa.

6. Toistetun toiminnan automatisoituminen ja sisäistäminen. Kun toimintaa toistetaan saanalaisena, niin se automatisoituu ja katoaa tietoisuudesta. Tämä on tärkeä tekijä erilaisia taitoja ja kykyjä opeteltaessa, mutta kaikki toistetut toiminnot sisäistyvät ja lyhenevät tyypillisesti.

7. Dissosiaatio. Dissosiatiivinen muistinmenetys, depersonalisaatiohäiriö, Dissosiatiivinen identiteettihäiriö, somatomorfinen dissosiaatio, dissosiaatio hypnoosin aikana. Dissosiaatiolla voi olla toisenlainen mekanismi kuin muilla tiedostamattoman muodoilla. Ja dissosiaation teoria on vielä epätarkka.

8. Intuitio ja implisiitti tieto. Intuitio – tietäminen tietämättä miksi tietää, on ilmiö, jossa saamme tietoa nopeasti ympäristön asioista, tietämättä miten ja millä perustein tietomme tulee. Intuitiivista tietoa on esimerkiksi henkilöhavainnoissa: kokeellisesti on osoitettu, että muutaman kymmenen sekunnin video esitys opettajasta mahdollistaa luotettavasti sen arvioinnin, kuinka hyvän arvostelun opettaja laajemmissa opetuksen arvioissa saavuttaa. Intuitio ja implisiitti tieto, sisältävät ilmeisesti komponentteja eri tiedostamattoman muodosta, dynaamisesta tiedostamattomasta, lyhentyneistä ja automatisoituneista alun perin tietoisien ajattelun tason prosesseista, ja yrityksen-ja-erehdyksen menetelmällä muodostuneista impulsiiviset tason virityksistä.

4.2. Kaksi erilaista muistia – kiinnittynyt viritys

4.2.1. Kiinnittynyt viritys

Uznadzen näkemys oppimisesta viritysten tasolla, viritysten kiinnittymisenä, on kiinnostava.

Nykypsykologian mukaan ihmisellä on ilmeisesti monia eri tavoin kuvattavia muisteja, eli muistamista ja oppimista voi tapahtua ihmisellä (vähintään kahdella) eri tavoin ja eri tasoilla. Tietoisien ajattelun tason muistamisen rinnalla tutkitaan nykyisin mm. priming-oppimista, proseduaalista muistia, implisiittistä oppimista vastakohtana eksplisiitille, tietoiselle oppimiselle. Tavallinen kokemuksemme muistista on se, mitä Uznadze kuvaa muistiksi objektivaation tasolla, eli tietoisella tasolla irtoamme nykyhetkestä sisäisen puheen ja ajattelun avulla ja elämme uudelleen menneen tapahtuman kuitenkin saman aikaisesti tiedostaen, että muistettu kokemus ei tapahdu nyt vaan on tapahtunut aikaisemmin. Tällaisen tietoisien muistin toiminta on lähellä mielikuvituksen toimintaa. Kun tietoisien ajattelun tasolla muistamme jonkin tapahtuman - kun muistamme aikaisempia kokemuksia tietoisesti, me toistamme ne mielikuvissamme, mutta me olemme samalla tietoisia siitä, että ne eivät tapahdu ulkoisessa maailmassa, vaan meidän mielessämme. Tämä on selvä osoitus siitä, että erotamme objektiivisen ja subjektiivisen toisistaan.

Psykoanalyysissä ja traumapsykologiassa olettamuksena on usein tilanne, jossa aiempi traumaattinen kokemus aiheuttaa ahdistusta herättäviä vaikutuksia nykyhetkessä, vaikka tietoisesta trauman kokemuksesta ei pystytä muistamaan kokonaan tai edes osittain. Trauma, esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö lapsuudessa aiheuttaa oireita myöhemmin, vaikka tietoisella tasolla tapahtuma on unohtunut. Traumaattista kokemusta välittää siis jokin muu muistin muoto, kuin tietoisien tason muistamisemme, jota Uznadze nimittää varsinaiseksi muistamiseksi.

Uznadzen teoria olettaa, tietoisien muistamisen rinnalla meillä toimii toinen oppimisen muoto, jossa oppiminen tapahtuu suoraan viritysten tasolla. Viritys voi kiinnittyä, jos sitä toistetaan, tai toisinaan se voi kiinnittyä vain yhden kerran jälkeen.

Kiinnittynyt viritys oppimisen ja muistin muotona on ehkä hämmentävä ajatus modernin länsimaisen oppimisen psykologiaan omaksuneelle. Georgialainen koulukunta on kuitenkin psykologian perusratkaisultaan niin omintakeinen koulukunta, että se muodostaa oman paradigmansa. Uznadzen teorian luennassa joutuu jatkuvasti palaamaan psykologian peruskysymyksiin, kuten mitä oppiminen ja muisti on ja mihin ne perustuvat. Esimerkiksi nykypsykologiassa esitetään, että tarpeiden ja tunteiden oppiminen, eli tiettyjen voimakkaiden tunteiden tai tarpeiden liittäminen ulkoisiin tapahtumiin tapahtuu klassisen ehdollistamisen kautta. Kuitenkin Uznadzen viritysteoria oli historiallisesti vastakkaisveto brittiläisistä assosiativisteista lähteneelle atomaariselle perinteelle psykologiassa, ja virityksen periaate nimenomaan oli vastakkainen sille ajatukselle, että psyykkiset ilmiöt voitaisiin konstruoida yksittäisistä assosiaatioista kompleksisempiin psyykkisiin ilmiöihin päin, vaan päinvastoin: subjektin viritys, eli tarpeen ja tilanteen perustalta nouseva tehtävä määrittää yksittäiset atomaariset psyykkiset tapahtumat. Tätä samaa ajatusta voi soveltaa myös muistiin ja oppimiseen, jolloin mennyt kokemus ei välity assosiaatioiden muodostumisen kautta vaan subjektin laajempi kokonaistila kiinnittyy suoraan, eli viritys kiinnittyy.

Oppimisen kognitiivisessa psykologiassa on tunnettu jo Bartlettin tutkimuksista lähtien ajatus siitä, että laajat representaatiot kiinnittyvät muistiin. Samoin kognitiivisessa terapiassa on oletus skeemojen ja syväskeemojen oppimisesta ja niiden muovautumisesta oppimisen seurauksena. Tällaiset käsitykset tukevat Uznadzen ajatusta siitä, että viritykset, eli voivat kiinnittyä ja toimia mennyttä kokemusta välittävinä tekijöinä.

Uznadzen viritys on tarpeesta ja tilanteesta syntyvä tekijä, ja jos ajatellaan viritysten kiinnittyvän suoraan, niin kiinnittynyt viritys olisi ihmisellä tarpeita välittävä rakenne. Aikaisemmat kokemukset

tarpeiden tyydyttämisestä välittyisivät kiinnittyneiden viritysten kautta. Georgialaiset näkevät myös tunteiden heräävän viritysten kautta, joten kiinnittynyt laaja viritys olisi myös tunnekokemusten oppimisen välittäjä. Ja koska viritys on Uznadzen teorian mukaan tiedostamaton, niin saamme mallin, jossa ihmisen tarpeiden tyydytystä ja käyttäytymistä tilanteessa ohjaavat tiedostamattomat kiinnittyneiden viritysten pohjalta syntyvät viritykset.

Empiiristä tukea näille näkemyksille tarpeiden liittyvien viritysten suorasta kiinnittymisestä eivät georgialaisten tutkimukset kuitenkaan suoranaisesti anna. Näkemykset motivationaalis-emotionaalisista kiinnittyneistä virityksistä perustuvat teoreettisiin yleistyksiin, jotka on tehty lähinnä havaintopsykologian alaan kuuluvien kokeiden kautta.

Oletus siitä, että tarpeisiin ja tunteisiin liittyvät viritykset ovat tarpeiden ja tunteiden kantajia ja että kokemus välittyy niiden kautta, sopii yhteen sen kanssa, miten tunteet, esimerkiksi voimakkaat ahdistuksen oireet syntyvät ihmisellä. Psykoanalyysin toinen tärkeä puoli dynaamisen tiedostamattoman rinnalla on siinä, miten se kuvaa fobioiden synnyn siirtymien, tiivistymien ja symbolisten linkkien kautta. Tunteiden ja fobisten oireiden synty ei noudata sitä logiikkaa, jota tietoinen ajattelumme noudattaa, vaan sillä vaikuttaa olevan oma ”sumeampi logiikkansa”. Freudin pääteoksessa *Unien tulkinta*, on kuvattu unien logiikka. Tässä kirjoituksessa halutaan vetää selkeä raja unen aikaisen tiedostamattoman ja valvetilassa vaikuttavan tiedostamattoman välille, eikä käsitellä unen aikaista tiedostamatonta, mutta osa *Unien tulkinnassa* esitetystä tiedostamattoman tavasta käsitellä maailmaa on perusta valvetilan aikaisen tiedostamattoman ilmiöiden kuvaamiselle. Yksi keskeinen Freudin unissa kuvaama ilmiö on siirtymä, jolloin unessa arkielämän ihminen vaihtuu toiseksi ihmiseksi, eli arkielämässä yhden henkilön yhteydessä koetut tapahtumat, puheet ja tunteet koetaankin unessa toisen henkilön kanssa. Sama siirtymä-ilmö toimii kuitenkin myös valvetilan aikana:

esimerkiksi vaimo, jonka mies on pettänyt häntä siirtää mieheensä kohdistuvan raivon siihen naiseen, jonka kanssa mies on häntä pettänyt, ja välttää näin sen ristiriidan, että raivostuisi ihmiselle josta kokee olevansa riippuvainen. Toinen esimerkki tunteiden sumeasta logiikasta on tapaus, jossa vanhemman naisen masennuksen laukaisi hänen papukaijansa kuolema. Kyse ei tietenkään ole siitä, että lemmikin kuolema sinänsä järkyttäisi ihmisen maailmaa, vaan taustalla oli aiemmin tapahtunut puolison kuolema. Papukaijan kuolemasta oli vain samoja piirteitä, kyse ei ollut kielellis-loogisesta yhteydestä, ja se sai puolison kuolemasta johtuvan surun tunteen laukeamaan voimakkaana esiin. Kyse ei ole kielellis-loogisesta yhteydestä kahden tapauksen välillä, vaan siitä, että niissä oli samoja piirteitä. Samalla tavoin muidenkin tunteisiin liittyvien ilmiöiden syitä joudutaan etsimään tilanteessa esiintyvien piirteiden kautta. Esimerkiksi voidaan ottaa tapaus, jossa ahdistuskohtauksista kärsivä ihminen lähtee kotoaan autolla, ja ajaa kunnes tulee sillan kohdalle, jolloin hänellä laukeaa voimakas pelkoreaktio, ja hänen on pakko kääntyä takaisin ja palata kodin turvaan, jolloin ahdistus helpottaa. Tässä tapauksessa syy siltojen pelkoon ei ole konkreettinen sillalta putoamisen vaara, vaan varsinainen pelko on mitä ilmeisemmin pelko siitä, jotenkin putoaa sosiaalisesti tai romahtaa sosiaalisesti joko sen takia, että tekee virheliikkeen ja putoaa sillalta, tai menettää sosiaalisen tuen kun toisten ihmisten kannatteleva silta romahtaa alta. Putoamisen uhasta selvitään palaamalla kotiin ja välttämällä uhkaava tilanne. Symboliseen kohteeseen kohdistuva järjettömältä tuntuva pelko selittyy siis periaatteessa sillä, että fobian kohteessa ja todellisessa pelon kohteessa on samoja piirteitä, niin että pelko voi siirtyä symboliseen kohteeseen. Tämä piirteiden kautta siirtyminen viittaa siihen, että kysymyksessä ovat skeemat, sillä skeemoille on tyypillistä toimiminen piirteiden pohjalta ja taipumus assimiloida itseensä samanlaisia tilanteita. Freudin yhtenä havaintona oli, että penikseen kohdistuvat pelot voivat ilmentyä käärmeisiin kohdistuvana fobiana. Tässäkin on selvästi havaittavissa, miten samanlaisia piirteitä sisältävät kohteet voivat assimiloida toisiinsa. Mielenkiinnon vuoksi voisi kertoa tästä assimilaatiosta yhden georgialaisten kokeen: koehenkilön kanssa käytiin ensin tunteita herättävä keskustelu käärmeistä ja tämän jälkeen hänen nähtensä avattiin laatikko, jossa oli käärretty huivi, jolloin koehenkilö säikähti

tulkitessaan rasiassa olevan käärmeen.

Uznadze painottaa kirjoituksissaan elämän aikana kiinnittyneiden viritysten merkitystä esimerkiksi persoonallisuuden muotoutumiselle. Alussa mainitun esimerkin paranoidisen potilaan vainon ajatuksista Uznadze selitti nimenomaan kiinnittyneiden viritysten kautta. Vainoharhaisuutta helpommin elämyksellisesti ymmärrettävä esimerkki kiinnittyneiden viritysten vaikutuksesta on ideologia, jonka Uznadze katsoi johtuvan elämän aikana muodostuneista kiinnittyneistä virityksistä.

Tietoisien ajattelun tasolla toimivan muistin ja viritysten kiinnittymisenä tapahtuvan muistin suhde on sama, kuin tietoisien ajattelun ja viritysten taso suhde yleensä. Tietoisien ajattelun avulla me voimme tarkastella viritysten toimintaa, objektivoida sitä, mutta viritykset toteuttavat funktionsa riippumatta siitä, ovatko ne tietoisia vai eivät.

Psykoanalyysissä asiakkaat eivät useimmiten muista aluksi tietoisien ajattelun tasolla niitä olosuhteita, joissa lapsuuden traumat ovat syntyneet. Tämän nähdään aiheutuvan torjunnasta ja dissosiaatiosta, ja siitä, että lapsuuden muistot nostaisivat muistamisen hetkellä ahdistuksen tasoa. Muistin toimimattomuus voi ilmetä täydellisenä muistamattomuutena tiettyä ikää edeltävistä tapahtumista, tai se voi ilmetä kykenemättömyytenä muistaa tiettyjä yksittäisiä tärkeitä tapahtumia. Ahdistusta välttääkseen kieltäydymme menemästä kohti kivuliaita muistikuvia. Tämä muistamattomuus on ongelma, sillä psykoanalyysissä olisi tärkeää tietää, millaisissa tunteilla ja tarpeilla ladatuissa tilanteissa lapsi oppi menetelmänsä hallita omia tarpeitaan ja tunteitaan omilla ratkaisuillaan.

Muistamattomuuden ongelmaa on psykoanalyysissä lähestytty torjunnan käsitteen avulla.

Uznadzelainen ratkaisu valikoivaan muistamiseen on hieman toisenlainen. Peruslähtökohta on se, että

aiemmat kokemukset välittyvät tiedostamattomien viritysten kautta ja nykyinen käyttäytymisemme muotoutuu tilanteessa samanlaisten aikaisemmin kokemiemme tilanteiden kautta. (Näin etenkin tarpeiden ja tunteiden kautta samanlaisten tilanteiden). Tämä tapahtuu automaattisesti, viritysten seurattessa toisiaan ketjuna. Mutta voimme myös objektivoida toimintaamme ja tietoisuuden kautta tarkastella sitä, miksi käyttäydymme siten kuin käyttäydymme. Muistamme tietoisella tasolla samanlaiset tilanteet, ja tällä tavoin voimme ajatella miten kokemuksemme vaikuttavat tilanteessa.

Uznadzen mukaan objektiivisointi ei kuitenkaan ole aina tarpeellista, vaan herää vasta tilanteissa, joissa toimintamme kohtaa jonkin esteen tai ongelman. Uznadzen mukaan ei ole olemassa mitään automatiikkaa, joka johtaisi siihen, että toimiessamme meille nousisi mieleen tietoisia ajatuksia mielikuvia siitä, miten olemme aikaisemmin käyttäytyneet samanlaisissa tilanteissa. Tietoisein menneiden tapahtumien mielikuviin turvautuminen on erillinen aktiivinen tapahtuma, joka ei tapahdu itsestään.

Psykoanalyttisessä teoriassa on kuvattu minän puolustuskeinot, eristämisen ja älyllistämisen, joissa tietoisella ajattelun tasolla käsitellään yksilön tunteisiin liittyviä tapahtumia, kuitenkin siten, että ne eivät kytkeydy yksilön senhetkiseen tunnereaktioon. Viritysteorian kannalta tässä on kyse siitä, että tietoisella tason ajatukset ja mielikuvat eivät herätä automaattisesti tapahtumiin liittyvää viritystä. Jos kyseinen viritys ei ole aktiivinen, eivät tietoisella tason ajatukset herätä tunnereaktioita.

Psykoanalyttisen teorian kuvaamissa minän puolustuskeinoissa, eristämisessä ja älyllistämisessä tietoiset ajatuksemme toimivat suhteellisen riippumattomasti impulsseistamme ja tunteistamme. Ehkä vielä kuvaavampi tilanne on aleksitymiassa, jossa ihmisellä on vaikeuksia kuvata tunnetilojaan sanojen avulla. Uznadzen mukaan ihminen voi jokaisessa tilanteessa luoda toimintansa kahdella tavalla. Hän voi luottaa impulsiiviseen tasoonsa ja antaa tunteidensa ja tarpeidensa päättää mitä tilanteessa tehdään. Tai

hän voi tietoisesti ajattelun kautta suunnitella ja valita toimintansa. Ihminen voi vaihdella sitä, kumpaa tapaa hän käyttää tilanteiden mukaan. Jos ihminen panostaa massiivisesti toiminnan muotoutumiseen tietoisella tasolla ja valitsee toimintavaihtoehdot tietoisesti ajattelun kautta, hän käyttää eristämistä tai älyllistämistä massiivisena minän puolustuskeinona. Aleksitymia taas Uznadzen näkökannalta tarkoittaa ihmistä, joka ei pysty objektivoimaan omia tunteitaan, ja täten menettää mahdollisuuden tehokkaasti vaikuttaa niihin tietoisesti ajattelun kautta.

Aleksitymiassa viritysten tason ensisijaisuus tulee esille. Tunteet jatkavat toimintaansa siitä huolimatta, vaikka niitä ei sanallisesti edusteta tietoisella tasolla. Tällöin tunteet toimivat Uznadzen kuvauksen mukaan jatkuvana viritysten ketjuna viritysten seurattessa toistaan. Vaikka tunteita ei käsitellä tietoisella tasolla, ne jatkavat itsenäisesti omaa elämäänsä ja ilmentävät sitten itseään psykosomaattisina oireina.

On hyvin tunnettua psykoanalyttisesta kokemuksesta, että kielen oppiminen ja symboliprosessit muuttavat lapsen tunnemaailmaa merkittävästi. Uznadzelainen jako kahdelle tasolle voitaisiin tulkita liian yksinkertaiseksi ratkaisuksi käytännön kokemuksen näkökulmasta. Tiedostamattomien viritysten ja tietoisesti ajattelun tasojen vuorovaikutus on itse asiassa hyvin monimutkaista, josta esimerkkejä myöhemmin. Mutta voimme olettaa perustellusti, että meillä on "primitiivisiä rakenteita", jotka välittävät tunteiden vaikutuksia, niin kuin aleksitymian tapauksessa, ja toisaalta tietoinen ajattelu, joka pystyy rationaaliseen, tunteista ja tarpeista irralliseen ajatteluun. Uznadzelainen jako kahdelle tasolle kuvaa hetkellistä jakoa näille kahdelle tasolle.

Psykoterapian kannalta herää kysymys: Mitä kiinnittyneelle viritykselle tapahtuu terapian seurauksena?

Sama ongelma nousee esiin myös silloin, kun kysytään mihin paljastavan psykoterapian vaikutus

oikein perustuu. Freud ajatteli, että tiedostamattomien impulssien tekeminen tietoiseksi on vaikutuksen takana. Myöhemmät psykoanalytytikot taas ovat keskittyneet tiedostamattomiin rakenteisiin, ja näkevät muutosten näissä rakenteissa johtavan asiakkaan oireiden helpottumiseen ja rakenteiden muuttumiseen kehittyneemmiksi. Tällainen lähestymistapa olisi Uznadzen termein kiinnittyneiden viritysten uudelleen muotoilemista psykoterapian vaikutuksesta. Tulkinnan mukana tuoma uusi tiedostaminen olisi taas Uznadzen termein merkki siitä, että yksilö pystyy nyt uudella tavalla objektivoimaan oman tilanteensa. Hän pystyy objektivoimaan oman virityksensä **kriittisen piirteen**, ja näin kohdistamalla tarkkaavaisuutensa tilanteessa kriittiseen piirteeseen vaikuttamaan omaan viritysten tason toimintaansa.

Usein muutos oireissa tapahtuu yhden onnistuneen tulkinnan ja oivalluksen seurauksena.

Psykoterapiassa ehkä kiinnittyneiden viritysten uudelleen muotoutumisella ja tiedostamisella on molemmilla oma osuutensa. Esimerkiksi kleinilaisessa terapiassa tyypillinen vihan tunteiden kuukausia jatkuva ilmaisu ilman terapeutin taholta tulevaa tulkintaa, voi johtaa kiinnittyneen virityksen uudelleen muovautumiseen ilman tietoisien tason väliintuloa.

4.2.2. Kiinnittyneet viritykset syvärakenteita?

Voidaan kysyä, ovatko kiinnittyneet viritykset psyykkisiä ”syvärakenteita”, jotka määrittävät oleellisesti tunteitamme ja tarpeitamme. Pintarakenteita taas tässä ajattelussa olisivat tietoisien ajattelun tasolla syntyneitä kokonaisuuksia, esimerkiksi tiedon järjestymisestä syntyneitä kokonaisuuksia.

Uznadzen koulukunnan käsitysten mukaan tunteet heräävät impulsiivisella tasolla, ja täten olisi luontevaa ajatella, että ns. ”syvärakenteet”, joita psykoterapiassakin koetetaan tavoittaa, olisivat nimenomaan kiinnittyneitä virityksiä. Tällaisesta ”syvärakenteesta” voi ottaa esimerkiksi lohkomisen.

Lohkomisessa lapsella on kaksi representaatiota objektista, eli äidistä. Toinen on täysin hyvä, rakastettava. Toinen täysin paha, vihan kohde. Jos näitä objektirepresentaatioita käsiteltäisiin kiinnittyneinä virityksinä, niin hyvä-objekti representaatio olisi kiinnittynyt virtys tilanteessa, jossa tyydyttävä äiti ollaan valmiina kohtaamaan miellyttävässä tilanteessa. Paha-objekti olisi kiinnittynyt viritys tilanteesta, jossa viritys on kiinnittynyt frustraation aikana. Missä määrin on kyse kiinnittyneestä virityksestä, vai tietoisien ajattelun tason representaatioista on vaikea sanoa.

4.2.4. Impulssi vai edustus vaarallisesta tilanteesta

Viritys on ennakoiva valmiustila toimintaan ja siksi se sisältää odotuksen toiminnan tulevasta kulusta ja tilanteen kehityksestä. Toiminta on usein vaarallista, ja on luonnollista, että viritys sisältää myös odotuksen tilanteeseen sisältyvästä vaarasta. Eli viritys ei ole vain toiminnan positiivisen tavoitteen sisältämä odotus, vaan myös toiminnan vaarat, ja inhibitiot sisältävä odotus.

Jos ajatellaan, että viritys on tiedostamaton tarvetta toteuttava tekijä, tämä poikkeaa selvästi Freudin impulssimallista, jossa puhdas impulssi on psyykkisenä elementtinä. Jos puhdas impulssi korvataan tilannetta kokonaisuutena heijastavana representaationa, päästään erilaisiin ratkaisuihin kuin Freud. Freudin mukaan lapsi oppii tukahduttamaan omia seksuaalisia ilmaisujaan, kun vanhemmat suhtautuvat niihin kieltävästi ja rankaisevasti. Tämä vanhempien reaktioiden pelko on lapsella reaali pelkoa. Aikuisempana Freudin mukaan kehittyy erillinen systeemi, superego, joka sisäisesti korvaa vanhemmat pelon lähteenä ja hillitsee seksuaalisuuden esilletuloa. Egopsykologit ovat kyllä myöhemmin muokanneet superegon teoriaa. Viritysteoreettisesti asiaa voi tarkastella toisesta näkökulmasta. Kun

tilanne, jossa oma seksuaalisuus pyrkii ilmentymään ulkoisena käyttäytymisenä ja uhkaa aiheuttaa vanhempien reaktion toistuu riittävän usein, niin koko tilanne kiinnittyy viritykseen. Molemmat, sekä seksuaalinen viritys, että ulkoisen reaktion pelko sisältyvät representaatioon. Ei ole olemassa enää puhdasta seksuaalista impulssia. Jokainen tarve ihmisellä sitoutuu siihen viritykseen, jonka kautta sitä konkreettisesti toteutetaan. Tarve, impulssi toimintaan sisältää nyt sekä tarpeen positiivisen latauksen, että sitä rajoittavat estot negatiivisina pelon latauksina. Superego-vaikutus sisältyisi tällöin tavallaan suoraan impulssia kantavaan viritykseen.

4. Vapaat assosiaatiot

On väitetty, että psykoanalyysin keskeisimpiä termejä oleva vapaa assosiointi, free association, olisi väärä käänös saksan kielen sanasta Einfall. Saksan sana tarkoittaisi: se, joka tulee mieleen.

Nykypsykologiassa assosiaatiot eivät ole enää siinä merkityksessä, jossa ne olivat viime vuosisadan alussa. Nykyisin psykologia luottaa enemmän “sisäisiin malleihin” kuin atomaarisiin assosiaatioihin. Eli se, miksi sanasta ovi tulee mieleen katu, johtuu siitä, että ne ovat osa samaa sisäistä mallia, ulosmenemisen skeemaa.

Psykoanalyysissä vapaalla assosiaatiolla tarkoitetaan tilannetta, jossa tietoisuutemme sisältö ei määrity tietoisien jaottelun lakien mukaan: logiikan, tiedon rakenteiden tai narratiivisten sääntöjen mukaan.

Vapaa assosiaatio ottaa paikan hetkellä, jolloin tietoinen ajattelu taukoaa, ottaa uuden alun – alun tyhjästä nollapisteestä. Mutta mikä valikoi sen, mitä materiaalia tulee mieleemme tyhjänä hetkenä?

Ensimmäinen vastaus psykologian historiassa olivat assosiaatiot; uudet sisällöt määräytyisivät assosiaatioista. Ehkä englanninkielinen käänös “Einfall = free associations” oli seurausta tästä

näkemyksestä. Ensimmäiset viritysteoriat, jotka Ach ja Kurt Lewin kehittivät, nostivat assosiaation rinnalla tietoisuuden sisältöön toisen vaikuttavan voiman “määräävät tendenssit”. Lewinin lailla Uznadze näki tarpeiden olevan keskeinen tässä dynaamisessa valikoitumisprosessissa.

Freud näki IDistä nousevien impulssien olevan se tekijä, joka määrittä näitä assosiaatioita. Freud myös oletti, että assosiaatiot eivät suoraan nouse tietoisuuteemme, vaan erillinen sensori, torjunta estää suodattaa niiden nousemista egon valokeilaan. Impulssien noustessa tietoisuuteen tapahtuu myös siirtymiä ja kondensaatioita. Miksi jokin “vapaa assosiaatio” nousee tietyssä hetkenä asiakkaan mieleen, antaa psykoanalytikolle mahdollisuuden millaisia tiedostamattomia vaikutuksia tilanteeseen liittyy. On itse asiassa hyvin monia mahdollisuuksia sille, mitä minäkin hetkenä nousee mieleen, mutta miksi psyykkinen järjestelmämme valitsee niistä vain yhden. Vertaisin vapaiden assosiaatioiden valikoivuutta havaintojen valikoivuuteen. Kognitiiviset skeeman tutkijat ovat melko hyvin selittäneet, miten havaintoskeema valikoi havaintoinformaatiota. Eläinten elämässä, missä kaikki psyykkiset tapahtumat tapahtuvat impulsiivisella tasolla, on selvää, että eläimen tarpeet ohjaavat havaintojen valikoivuutta. Jos eläin on janoinen, se etsii merkkejä vedestä, jos nälkäinen, se etsii merkkejä ravinnosta. Samalla tavoin ihmisen elämässä tarpeet ohjaavat havaintojen valikoitumista, mutta ihmisellä vain viritysten tasolla. Ihmisen elämässä toimintamme on tietoisesta ajattelun ohjaamaa, ja tietoinen ajattelu rikkoo viritysten ja tarpeiden valikoivan vaikutuksen.

Selvennän tätä näkemystä esimerkillä. Psykoterapiassa voi olla tilanne, missä asiakkaan ahdistukset liittyvät hankaliin lakiongelmiin liikeasioissa. Selventääkseen tilannetta ahdistuksen taustalla, hän kertoo pääpiirteittäin lakiongelman rakenteen. Selittäessään tätä rakennetta hänen puheensa on määräytynyt lakitapauksen logiikan mukaan. Puhe noudattaa “objektin lakia”. Kun looginen ajattelu ohjaa ajatuksiamme, ei vapaalle assosiaatiolle ja virityksistä nousevalle valikoivuudelle ole tilaa. Vasta

kun ajatuksessa tulee taukoja, ja taukojen ja mikrotaucojen aikana virityksen tasolle tulee mahdollisuus valikoivuuteen ja “subjektin laki” pääsee vaikuttamaan tilanteessa.

4.4. Asmolovin hierarkkinen luokittelu

A G Asmolov, moskovalainen psykologi, edustaa Leontjevin koulukuntaa. Hän teki tästä näkökulmasta kartoituksen ja arvion Uznadzen koulukunnasta. Johtopäätöksissään Asmolov näkee virityksen stabiloivana rakenteena, joka pitää toiminnan suuntaa vakaana estäen toiminnan suunnan vaihtelun tuuliviirin lailla. Mielenkiintoiseksi Asmolovin analyysin tekee kuitenkin se jaottelu, jolla hän jakaa viritykset hierarkkisesti eri tasoille Leontjevin toiminnan teorian jaottelun mukaisesti.

Leontjevin tunnettu jaottelu on seuraava

1. toiminta

2. teko

3. operaatio

ja niitä vastaavat

1. motiivi

2. päämäärä

3. välineelliset ehdot

Leontjevin jaottelussa operaatiot ja teot ovat vaihdettavia. Saman päämäärän saavuttamiseksi voidaan käyttää eri operaatioita. Esimerkiksi ruuan syömiseen voi käyttää lusikkaa tai haarukkaa. Tai nälkä voidaan tyydyttää hedelmillä ja vihanneksilla tai hampurilaisella. Samaan tapaan voimme käyttää tietoista ajattelua valitsemaan, millä tavalla tyydyttää narsistisia tarpeita: osoittamalla menestystä

koulussa tai urheilussa, vai saamalla mainetta nuorisoriikollisuudella.

Tiedämme kokemuksesta, että on hyvin vaikeaa vaikuttaa suoraan tarpeisiimme ja tunteisiimme tietoisien ajattelun kautta. Jossain määrin käyttämällä mielikuvitusta, haaveilua ja muita keinoja voimme motivoida itseämme ja herättää ja sammuttaa varsinaisia tarpeita.

Sen sijaan on paljon helpompaa vaihtaa niitä operaatioita, joita käytämme tarpeittemme tyydyttämiseksi. Voimme roskaruuun tilalla syödä vähärasvaista proteiinipitoista ruokaa, jos haluamme laihtua.

Tietoisien ajattelun tason tehtävänä onkin löytää sopivat toimintavaihtoehdot tarpeiden toteuttamiseksi. Varsinaista tarvetta ja tarpeen synnyttämää viritystä ei tarvitse muuttaa, mutta eri toimintavaihtoehdoista valitaan ja suunnitellaan ne, joiden avulla tarve voidaan tyydyttää.

Freudilla oli vertaus egosta ja idistä ratsastajaa ja hevoseen. Id on Freudin mukaan hevonen, voimakas energian lähde, jonka hallitseminen tietoisuuden avulla ei ole aina helppoa, mutta mahdollista. Yksi keino tämän voimakkaan hevosen ohjailuun, on valita erilaisista reiteistä tarpeen tyydytykseen tietoisien ajattelun, eli egon, avulla ne, jotka sopivat toteutettaviksi sosiaalisessa ympäristössä. Jos tietoisien ajattelun tason tehtävänä on kokonaan tukahduttaa virinnyt impulssi tai virinnyt tarve, voi tehtävä olla hyvinkin vaikea, ellei mahdoton.

Ihmisen eläessä sosiaalisessa ympäristössä on hänen otettava huomioon toiminnassaan muiden

ihmisten asettamat sosiaaliset ehdot, kuten moraaliset käyttäytymistä säätelevät säännöt. Kun toiminnassamme tyydytämme tarpeitamme, useimmiten velvollisuudeksemme tulee tietoisesti valita sellaiset operaatiot, jotka toteuttavat tarpeemme sopusoinnussa moraalisaäntöjen ja sosiaalisten sääntöjen kanssa. Freud sijoitti superegon tietoiselle tasolle. Tämä sijoittelu ilmentää sitä, että tietoisin ajattelun yksi keskeisistä tehtävistä on valita sellaisia toimintoja, jotka sopivat ympäristön moraalisiin ja sosiaalisiin ehtoihin. Tosin Freudin seuraajat ovat sijoittaneet superegoon myös tiedostamattomia komponentteja.

Hierarkkisessa luokittelussa tulee olla tarkkana, sillä ylin taso virityksissä tai skeemoissa ei ole loogisesti ylin taso. Esimerkiksi työtehtävissä ylin kehys loogisesti on projekti, joka voi kestää vuosia, mutta yksilön ylin motivationaalinen viritys on kunakin hetkenä hänen tarvetilansa. Työnteon ratkaisee kunakin hetkenä se, onko henkilöllä tarvetta ja viritystä työntekoon, vai onko esimerkiksi jokin voimakas huoli, kipu, uupumus, yms. vienyt työmotiivit.

Ihmisen toiminnassa ylintä tasoa, tarvetta ja motiivia on usein vaikea määrittää, ja se vaatii eläytymistä ja intuitiota, sillä tarpeemme ovat suurelta osin tiedostamattomia.

Georgialaisilla ei varsinaisesti ole samanlaista hierarkkista luokittelua kuin Aslamovilla. Tsartisvili kuvaa ylimmän, tarpeista lähtevän virityksen ja pienempien, tekoihin ja operaatioihin liittyvien viritysten eroa *virityksen eiriytyminenä, differentoitumisena*. Toisaalta georgialaiset eivät ole täysin yksimielisiä siitä, muodostaako viritys yhden monimutkaisen rakenteen, vai voiko hetkellisesti olla monta viritystä vaikuttamassa Кечхуашвили Г.Н., Эсебуа Р.Ш (2005).

Asmolovin luokituksessa Achin ym. käyttämä tehtävä (Aufgabe) luokitellaan päämääräksi eli teon

tason ilmiöksi. Se ei siis ole tarpeeseen ja motiiviin kytkeytyvä viritys. Tietoinen päämäärä, esimerkiksi opetella yhdistämään merkityksettömät tavuparit toisiinsa, ei tietenkään voi olla todellinen motiivi toiminnalle. Se, mikä tarve saa koehenkilön yrittämään parhaansa kokeenjohtajan antamaa tehtävän suorittamiseksi, on vaikeampi asia selvittää. Virityksen intuitiiviseksi ymmärtämiseksi on hyvä ajatella virityksen olevan tehtävä, jota ihminen suorittaa. Varsinaisesti viritys on kuitenkin vaikeasti hahmotettava tehtävä, tehtävänä on viime kädessä tarpeiden tyydytys, ja nämä tarpeet ovat usein meille heikosti tiedostettuja tai tiedostamattomia.

4.5 Ei-dynaaminen tiedostamaton

4.5.1. Toimintojen automatisoituminen, lyhentyminen ja sisäistyminen

Yksi psyykkisten operaatioiden muoto poistua tietoisuudesta on toistuvien toimintojen automatisoituminen, lyheneminen ja sisäistyminen. Tällaisia automatisoituneita sisäistyneitä toimintoja ovat mm. autolla ajo, pianonsoitto, konekirjoitus, ym. Tällainen toiminta tarpeeksi opittuna sisäistyy niin, että se voidaan toteuttaa ilman ajattelun väliintuloa. Toiminnan opettelu alkuvaiheessa tietoinen ajatteluprosessi on mukana toiminnan luomisessa, mutta tietoisuuden osuus vähenee sitä mukaa, kuin toiminta sisäistyy. Laajemmin ottaen valtaosa toiminnastamme perustuu sisäistyneisiin toimintoihin. Ne mahdollistavat toistuvien, sisäistyneiden toimintojen käytön valmiina paketteina, joista rakennetaan uusi toiminta, ilman että jokainen yksityiskohta suunnitellaan uudelleen erikseen.

Autolla ajaminen mainitaan usein elämyksellisenä esimerkkinä sisäistyneestä toiminnasta, jonka aikana tietoinen ajattelu voi olla hyvinkin kuormittunut muulla ajattelutoiminnalla. Toisaalta, jos ajaessa tulee eteen ongelmatilanne, objektivoimme ajamisemme, ja ryhdymme tietoisesti ajatteluun, tietoisesti

observoinnin ja tietoisien tarkkaavaisuuden avulla selvittämään ongelman syytä ja ratkaisua siihen.

Tällainen automatisoituneen toiminnan keskeytyminen muistuttaa niitä esimerkkejä objektivaatiosta, joita Uznadze on kuvannut.

Nykyinen kognitiivinen tutkimus on myös kuvannut, miten eivät ainoastaan toiminnan pienemmät komponentit automatisoidu, sisäisty ja katoa tietoisuudesta, vaan myös toiminnan laajemmat linjat, laajemmat kognitiiviset skeemat sisäistyvät, ja katoavat tietoisuudesta.

Toimintojen automatisoituminen, lyhentäminen ja sisäistyminen on ei-dynaaminen tiedostamattoman psyykkisen toiminnan ilmentymä. Kysymys herääkin, voiko näitä tiedostamattomia rakenteita pitää osana Freudin kuvaamaa dynaamista tiedostamatonta?

Viritysteorian ja psykoanalyttisen teorian kannalta vastaus riippuu siitä, estääkö jokin negatiivisiin tunteisiin liittyvä tekijä kyseisten rakenteiden tiedostamisen. Jos sisäistyneen toimintamallin tiedostaminen lisäisi ahdistusta, niin tämä voisi estää sen tuomisen tietoisuuden sisällöksi.

4.5.2. Yritys-ja-erehdys-orientaatio

Lyhentyneiden ja sisäistyneiden toimintojen yhdistämistä dynaamiseen tiedostamattomaan en kuitenkaan pidä onnistuneena ratkaisuna, vaan mallintaisin tilanteen monimutkaisemmin.

Ratkaisevana tekijänä tässä tulisi nähdäkseni ottaa huomioon se, miten kyseinen sisäistetty rakenne on syntynyt. Jos sisäistynyt toiminta on syntynyt tietoisien ajattelun tuloksena, on kyseinen sisäistynyt toiminta rakenteeltaan sellainen, että sen sisältö voidaan päätellä helposti. Vaikka kyseinen toiminta on sisäistyttyään, lyhennyttyään ja automatisoiduttuaan kadonnut tietoisuudesta, niin se on kuitenkin läpinäkyvä, koska se on looginen ja järkevä. Sen sijaan jos sisäistynyt toiminta on syntynyt kokonaan

ilman tietoisien ajattelun vaikutusta, niin sanotun yritys- ja -erehdys-orientaation kautta, ei meillä välttämättä ole mitään vihjettä siitä, millainen kyseinen rakenne voi olla ja se jää läpitunkemattoman vaikeaselkoiseksi. Ilmeisesti on niin, että yritys- ja -erehdys-orientaatiolla muodostuneet sisäistyneet rakenteet ovat niitä, jotka muodostavat dynaamisen tiedostamattoman.

Moskovalainen P J Galperin on keskittynyt oppimisen, ja etenkin kykyjen tutkimiseen ja hän näkee ainoana mahdollisuutena tutkia kykyjä tai ylipäänsä ihmisen psyykkisiä rakenteita niiden syntyvaiheessa. Syntyvaiheen jälkeen henkinen kyky tai toistuva psyykkinen toiminta automatisoituu, lyhenee ja sisäistyy, ja katoaa näkyvistä, jolloin se ei sitä ei voida enää tutkia. Oppimisvaiheen tutkimiseen hän on kehittänyt käsitteen: orientaatioperusta. Orientaatioperusta voi olla neljää eri tyyppiä:

1. Toiminta opitaan yritys- ja -erehdys-mentelmällä
2. Toiminta näytetään opetettavalle.
3. Annetaan riittävät ohjeet toiminnan suorittamiseksi.
4. Oppija itse analysoi tilanteen ja suunnittelee toiminnan analyysin perusteella.

Galperin ja hänen oppilaansa ovat tutkimuksissaan osoittaneet, että itse analysoidun tilanteen jälkeen opittu toiminta on helpoimmin muunneltavissa ja sovellettavissa hieman erilaisiin tilanteisiin, kun taas ohjeiden kautta ja etenkin yritys- ja -erehdys-mentelmällä opitut toiminnat ovat jäykempiä muuttaa ja siirtää uusiin tilanteisiin.

Eläimillä oppiminen voi tapahtua lähinnä yritys-ja-erehdys-orientaation kautta, joskin mallioppimista on havaittu myös eläimillä. Jos ihmisellä orientaatio tapahtuu Uznadzen luokittelun mukaisesti impulsiivisella tasolla, niin käytännössä yritys-ja-erehdys-orientaatio on ainoa vaihtoehto.

Itse teen Galperinia suuremman eron yritys-jae-erehdys-orientaation ja tietoisien ajattelun tasolla syntyneen orientaation välille. Nimittäin toiminta, joka on syntynyt ajattelumme kautta ja joka on suunniteltu ajattelun tasolla kantaa rakenteessaan ajattelumme logiikkaa. Tällainen sisäistetty ja lyhentynyt toiminta, vaikkakin se on kadonnut tietoisuudestamme, on meille selkeästi ymmärrettävä, koska olemme sen kerran ymmärtäneet ensimmäisiä kertoja sitä tehdessä. Toiminta on sisäiseltä rakenteeltaan loogista ja järkevää, koska tietoisesti suunnittelemme vain loogisia ja järkeviä toimintoja. Sen sijaan yritys-jaerehdys-orientaation kautta syntyy toimintoja, joista meillä ei ole mitään tietoista käsitystä ja ne voivat olla periaatteessa millaisia tahansa. Emme voi purkaa niitä takaisin auki, sillä niiden synty on meille läpitunkematon salaisuus.

Onko toiminta syntynyt yritys-ja-erehdys-orientaatiolla vai tietoisesti suunnitteleminen on nähdäkseni keskeinen rooli sen kannalta, kuinka helposti toiminta voidaan uudelleen ottaa tietoisien ajattelun analysoitavaksi, eli kuinka hyvin se voidaan objektivoida. Jos ajatellaan esimerkiksi tiedostamattomia minän puolustuskeinoja, defensesjä, niin on syytä olettaa, että nämä toimintamallit ovat syntyneet yritys-ja-erehdys-orientaation kautta. Esimerkiksi tuntuu käytännössä hyvin absurdilta ajatus, että joskus olisimme tietoisesti suunnitelleet projisoivamme omia tunteita toiseen ihmiseen helpottaaksemme oloamme. Käytännössä olemme tilanteessa saaneet helpotusta negatiiviseen tunteeseemme projektion kautta, ja tämä tapa saada helpotusta on kiinnittynyt ja sisäistynyt meihin.

Esimerkki tietoisesta ajattelun tasolla syntyneestä sisäisestä toiminnasta voisi olla kontrollitoiminto, joka on kehittynyt homoseksuaalille ihmiselle, joka ei halua avoimesti paljastaa seksuaalista suuntautuneisuuttaan julkisesti. Tällöin kyseiselle ihmiselle kehittyy sisäistynyt ja automatisoitunut kontrollitoiminto, joka huolehtii siitä, että hän ei puheissaan paljasta itsestään tietoja, joista kuulija voisi suoraan päätellä hänen seksuaalisen orientaationsa. Tällainen sisäistetty toiminto toimii tehokkaasti ja automaattisesti, eikä henkilön tarvitse koko ajan sosiaalisessa kanssakäymisessään tietoisesti ajatella peittelyn tarvetta. Meillä kaikilla on myös samanlainen tietoisella tasolla syntynyt kontrollitoiminto, joka estää meitä kirjoilemasta muodollisissa sosiaalisissa tilanteissa. Sen sijaan psykoanalyttisessä kirjallisuudessa kuvattu piilevä homoseksuaalisuus on ilmiö, joka syntyy tietoisesta ajattelun ulkopuolella. Latentissa homoseksuaalisuudessa on kyse siitä, että henkilö ei tietoisella tasolla tunnista omaa homoseksuaalista orientaatiotaan, vaan tietoisesti ajattelee olevansa heteroseksuaali. Piilevä taipumus on pysynyt käyttäytymisen ja tietoisuuden ulkopuolella, koska henkilön liikkuminen taipumustensa suuntaan on herättänyt ahdistuksen ja tämä ahdistus on helpottunut käyttäytymisen ja ajatusten siirtyessä toiseen suuntaan. Tämä toiminnan suunnanmuutos on tapahtunut yritys- ja erehdys-orientaation kautta, eikä ole ollut ensin yksilön tietoinen prosessi, joka on sisäistynyt ja automatisoitunut. Tällainen Yritys- ja erehdys-orientaation kautta syntynyt rakenne on vaikea ellei mahdoton purkaa auki ja ymmärtää sen rakenteen, koska sen muodostuminen on ollut huomaamaton ja sen on muotoutunut tietoisesta ajattelun ulkopuolella. Sen sijaan tietoisesta ajattelun kautta muodostunut ja sisäistynyt kontrollitoiminto, joka rajaa puheissa paljastamasta omaa seksuaalista orientaatiota, on rakenteeltaan läpinäkyvä ja sitä voidaan eri tilanteissa helposti muunnella tai se voidaan ohittaa.

Tietoisuuden ulkopuolisten rakenteiden muodostuminen kahta eri tietä on otettava huomioon myös kognitiivisen terapian käsityksissä yksilön peruskomuksista. Tällaiset peruskomukset ovat

ajatuksia, jotka ovat tyypillisiä ja sitkeitä ajattelutapoja yksilöllä. Perususkomus voi olla ”minua ei kukaan rakasta”, ja kognitiivisessa terapiassa voidaan eri menetelmin yrittää muuttaa tällaista perususkomusta. Tällaisen perususkomuksen voidaan ajatella syntyneen siten, että tietoinen ajatus on toistuessaan sisäistynyt ja se on opittu tiedollinen rakenne. Toisaalta voidaan ajatella, että perususkomuksen takana on viritys samalla tavalla kuin paranoidisella potilaalla vainon ajatuksen takana on viritys, joka ilmenee ajatuksina vainon kohteena olemisesta. Tällainen vainon viritys syntyy yritys-ja-erehdys-orientaation tuloksena. Jos tietty ajatustottumus on syntynyt tietoisin ajattelun toistuessa ja sisäistyessä, voidaan sitä helposti muuttaa tietoisin ajattelun kautta kiinnittämällä siihen tietoista huomiota. Sen sijaan jos kyseessä on yritys-ja-erehdys-orientaation kautta syntynyt viritys, joka ilmentää yksilön keinoa vähentää ahdistusta tietynlaisissa tilanteissa, ei tietoisin ajattelun tasolla vaikuttaminen muuta itse taustalla olevaa viritystä.

Myös Uznadzen teoriaan täytyy tehdä täsmennys eri tavalla kehittyneiden viritysten suhteen. Uznadzen antaa ensivaikutelmalta houkuttelevan yksinkertaisen menetelmän jakaa psyykkiset toiminnot tietoiselle ja tiedostamattomalle tasolle. Uznadze esittää, että tilanteessa siirrymme tietoisin ajattelun tasolla tapahtuvaan orientaatiotoimintaan objektivaation kautta. Koska objektivaatio on mahdollista havaita itsetarkkailun kautta, niin näin olisi periaatteessa mahdollista määritellä tiedostamattomaksi kaikki se psyykinen toiminta, joka jää tietoisin ajattelun ulkopuolelle. Uznadzen mallissa tietoisuuden ulkopuolinen, eli impulsiivinen toiminta tapahtuu ”automaattisesti”, itsestään tapahtuvana sarjana toimintoja, joihin tietoisin ajattelun tasolla ei tarvitse puuttua.

Tällainen tietoisin toiminnan ja tiedostamattoman toiminnan välinen erottelu on kuitenkin liian yksikertainen, sillä se ei ota huomioon sitä, että kun toistamme tietoisia toimintojamme, niin ne lyhentyvät, sisäistyvät ja automatisoituvat ja häviävät tietoisuuden sisällöstä. Kuitenkin tällainen

sisäistynyt ja automatisoitunut toiminto on luonteeltaan samanlainen, kuin tietoisien ajattelun avulla tilanteessa luotu toiminto. Tämän takia ei käytännössä voida erottaa tietoisia ja tiedostamattomia ilmiöitä periaatteella ”jos et objektivoi, se on tiedostamatonta.” Tai tarkemmin määritellen tässä tiedostamattomalla tarkoitetaan niitä tiedostamattomia ilmiöitä, joita Freud kuvasi ja joihin yleisesti psykologiassa viitataan tiedostamattomina tai piilotajuisina ilmiöinä. Tietoisien ja tiedostamattoman erotteleva periaate pitää korjata muotoon ”jos et objektivoi, ja jos se on syntynyt yritys- ja erehdys-orientaation kautta, se on tiedostamatonta.”

Freudin kuvauksissa tiedostamaton tai piilotajunta oli suhteellisen itsenäinen tekijä, joka aiheutti usein odottamattomalla tavalla käyttäytymisemme. Jos ajatellaan, että piilotajunta on yritys- ja erehdys-orientaation kautta syntyneiden viritysten toimintaa, niin täytyy olettaa, että meillä on varasto kiinnittyneitä virityksiä, jotka ovat syntyneet yritys- ja erehdys-orientaation kautta, ja jotka uusissa tilanteissa aktivoituvat ja joiden perusteella syntyy uusia virityksiä. Tämän tulkinnan mukaan ihmisen piilotajunta on siis yritys- ja erehdys-orientaation kautta syntyneiden kiinnittyneiden viritysten toimintaa ja tiedostamaton psyykinen toiminta on yritys- ja erehdys-orientaatiotoimintaa näiden kiinnittyneiden viritysten pohjalta, jota tietoisien tason ajattelu ei dynaamisista syistä pääse objektivoimaan.

On tilanteita, joissa toimintaa tilanteessa ei pystytä oleelliselta osin suunnittelemaan tietoisien ajattelun tasolla, eli emme esimerkiksi pysty objektivoimaan omia pakottavia tunteitamme ja tarpeitamme riittävästi. Kuitenkin tällaisessakin tilanteessa toimimme, mutta toimintamme ohjautuu tällöin oleellisesti yritys- ja erehdys-orientaation varassa. Siirrymme tavallaan ihmiselle tyypilliseltä orientaatiotasolta takaisin eläimen orientaation tasolle. Tällainen yritys- ja erehdys-orientaation varassa tapahtuva toiminta kulkee seuraavaa rataa.

1. Tilanteessa aktivoituu kiinnittynyt viritys, joka on kehittynyt aikaisempien samanlaisten tilanteiden perusteella.
2. Herännyt viritys alkaa muokkautua kyseisen hetken tilanteen piirteiden perusteella ja yritys- ja erehdys-orientaation tuloksena muodostuu tilanteessa ainutkertainen viritys, joka joko toteuttaa tarpeen tai impulssin tilanteessa, tai sitten ahdistus tai masennus estää tilanteen laukeamisen tarpeen tyydytykseen. Tietoisella tasolla tilanne heijastuu voimakkaina tunteita, joita subjekti ei tietoisesti ymmärrä.

4.6. Rene A Spiz ja kinesteettinen havaitseminen

Psykoanalytikko ja tukija Rene Spiz esitti näkemyksensä kinesteettisessä ja diakriittisessä organisaatiosta ja havaitsemisesta, joskaan tämä näkemys ei ole saanut suurempaa huomiota psykoanalytikkojen joukossa. Kinesteettisen ja diakriittisen organisaation ero muistuttaa hänen mukaansa eroa, joka on primaari ja sekundaariprosessien välillä. Spizin mukaan kinesteettinen havaitseminen on ominaista lapselle ensimmäisen puolen vuoden aikana, ja tänä aikana lapsi siirtyy enemmän kohti diakriittistä havaitsemista. Tajunnan rooli kinesteettisessä havaitsemisessä on vähäinen. Sen sijaan havainnot tapahtuvat syvien aistimusten tasolla ja kaikki-tai-ei-mitään periaatteen mukaisina totaliteetteina. Kinesteettisen havaitsemisen vasteet ovat totaalisia vasteita, eli sisäelimestä lähteviä vasteita. Tämä "havainnointi" ja niihin reagoiminen ovat sellaisten signaalien herättämiä, jotka täysin poikkeavat aikuisen havainnoinnissa ja kommunikaatiossa. (Spitz 1965, 134) Kinesteettinen havaitseminen on Spizin mukaan tärkeää lapsen ja äidin vuorovaikutuksessa, kuten myös tapauksissa, joissa psykiatri pystyy havaitsemaan asiakkaan autonomiset tunteet, ilman että asiakas pystyy niitä verbalisoimaan. Spizin mukaan myös osa ihmisistä säilyttää lahjakkuutena kyvyn kinesteettiseen havaitsemiseen, ja näitä lahjakkuuksia on muusikkojen, säveltäjien, akrobaattien, lentäjien, taidemaalarien ja joukossa (Spiz 1965, 136).

Spizin jaottelu vaikuttaa yli-primitivisoivalta, mutta siinä on tiettyjä yhtymäkohtia Uznadzen virityskäsitykseen. Spizin voimakas kehollisuuden korostus sisäelimistä lähtevine aistimuksineen ei ole kaukana Uznadzen näkemyksistä, sillä Uznadze käsitti virityksen hyvin kehollisena tilana. Ei pelkästään psykologisena tilana, vaan koko organismin psykofyysisenä kokonaisuutena. Ennen virityskäsitteen syntyä Uznadze kehitteli ajatusta “biosfääristä”, kehon ja psyykkisen toiminnan yhteisestä lähteestä. Spiz noudattaa jaottelussaan kuitenkin Freudin ajatusta siitä, että kirkkaat tietoiset havainnot kuuluvat egoon alueelle, ja näin ollen tämä poikkeaa Uznadzen jaottelusta, jossa varsinainen tietoisuuden ajattelun raja on objektivaatiossa ja siirtymisessä ihmiselle tyypillisiin korkeampien psyykkisten prosessien käyttöön. Uznadzen teoriaa on kuitenkin käytetty taiteen psykologian tutkimiseen. Viritysten tason on nähty olevan juuri se taso, jolla taide vaikuttaa ihmiseen.

5. Uznadzen teorian jatkokehittelyä

5.1 Dynaamisen tiedostamattoman ilmiöiden selittäminen Uznadzen mallin avulla

Seuraavassa kuvataan ratkaisut, joilla dynaamisen tiedostamattoman ilmiöitä voidaan selittää Uznadzelaisen mallin avulla

1. Viritysten tason toiminnan oletetaan noudattavan täysin mielihyväperiaatetta.
2. Tiedostamaton viritys muuttaa itsestään suuntaa pelon vaikutuksesta.
3. Tiedostamaton viritys syntyy ja muovautuu poimimalla piirteitä ympäristöstä ja

tietoisuuden sisällöstä samalla tavoin kuin kognitiivinen skeema toimii.

4. Tietoisien ajattelun sisältö ei suoraan vaikuta viritykseen, vaan tietoisien ajattelun avulla viritysten tason toimintaan voidaan vaikuttaa ja sitä voidaan kontrolloida vaikuttamalla niihin piirteisiin, joita skeema voi itseensä poimia.

Huomautan, että Uznadzen kuvaamien kahden tason, viritysten tason ja tietoisien toiminnan tason suhde on todellisuudessa äärimmäisen monimutkainen, koska tasot vaikuttavat toisiinsa yhtäaikaaisesti molempiin suuntiin. Tässä abstraktissa esityksessä asia esitetään karkea yksinkertaistettuna.

5.2 Mielihyväperiaate viritysten tasolla

Eläin on täysin sidottu impulsseihinsa, eikä se voi rakentaa ristiriitaa omien tarpeidensa ja tietoisien ajattelun tason arvojensa välille. Eläin valitsee aina sen käyttäytymisen, joka tuottaa sille eniten mielihyvää ja vähiten mielihyvää. Sillä ei ole mitään välinettä vapautua tästä lainalaisuudesta.

Eläimellä voi olla ristiriitaisia vetovoimia eri suuntiin, mutta ristiriidat ratkaisee eläimellä lopulta mielihyväperiaate.

Viritysten tason toiminta on ihmisellä samanlaista, kuin eläimen toiminta, ja tämän vuoksi tällä tasolla vallitsee sama mielihyväperiaate kuin eläimillä.

Freudin yhtenä perusideana oli se, että välttääkseen ahdistusta ja kielteisiä tunteita, ihminen vääristää todellisuuden havaitsemista, esimerkiksi minän puolustuskeinojen, kuten torjunnan kautta. Tämä vääristyminen kuitenkin tapahtuu tietoisien ajattelun tasolla, impulsiivisen tason ja tietoisien ajattelun vuorovaikutuksen seurauksena.

Biologisesti olisi epämielekästä ajatella eläimelle psyykkistä mekanismia, kuten torjuntaa, joka poistaisi vaaran havaitsemisen eläimen psyykkisestä järjestelmästä. Eläimellä ei siis voi esiintyä torjuntaa, eikä dynaamista tiedostamatonta. Myöskään puhtaasti impulsiivisella tasolla ei esiinny torjuntaa. Torjuntaa ilmenee vain tietoisien tason ja impulsiivisen tason vuorovaikutuksen seurauksena. Eläimellä ei ole torjuntaa, mutta eläin välttää vaaraa liikkumalla siitä pois päin. Signaaliahdistus eläimellä ohjaa sitä välttämään vaarallista toimintaa ja suuntautumaan muualle. Tietenkin eläimenkin käyttäytymiseen kuuluu ristiriidat. Eläin voi kulkea kohti hyvinkin riskialttiita ja pelottavia kohteita, jos kohteeseen liittyy suuri palkkio, kuten seksi tai ruoka. Niinpä nälkäinen eläin voi ottaa suuriakin riskejä saadakseen syötävää, esimerkiksi hyeenat tunkeutuvat välillä samalle saaliille, jota leijona on parhaillaan syömässä.

Tämä sama mekanismi toimii ihmisellä impulsiivisella tasolla. Vaaran kokeminen johtaa siihen, että impulsiivisella tasolla ihminen suuntautuu pois vaarallisesta toiminnasta. Tämä on vastoin arkikokemustamme, sillä kokemuksesta tiedämme, että välillä pakotamme itsemme kohti pelottavia kokemuksia, mutta on huomattava, että tämä pakottaminen tapahtuu tietoisien tason kautta. Kun tahdonalaisesti pakotamme itsemme kohti pelkoa ja epämiellyttävyyttä, emme enää toimi impulsiivisten viritysten tasolla.

Oleellista on kuitenkin, että representaatio maailmasta, sen vaaroista ja palkkioista on toisenlainen kuin impulsiivisella tasolla. Tietoisien ajattelun maailma noudattaa ”objektin lakia”, ulkoinen maailma on sellainen loogisine lainalaisuuksineen kuin se on, hahmotamme tietoisella tasolla maailman loogisen tiedon perusteella, ja olemme sidottu toimimaan järkevästi asioiden logiikan mukaan. Me ihmiset toimimme useimmiten järkevien, loogisten suunnitelmien mukaan, ja emme voi eläimen lailla välttää

pelottavia asioita välttelemällä tai pakenemalla niitä tunteittemme ohjaamina. Näihin tietoisien tason toimintasuunnitelmiin sisältyvät vaarat eivät väisty sillä, että ajatuksemme pakenevat niitä, sillä loogisesti tiedämme, että vaarat ovat vielä siellä.

Vai väistykö se sittenkin? Supressio, tietoinen pois mielestä työntäminen kyllä helpottaa oloa, samoin kuin torjunta, supression tiedostamaton muoto. Uznadzen teoriassa viritys, koko subjektin valmiustila määrättyyn toimintaan on ensisijainen toiminnan lähtökohta. Tietoinen ajattelu on vasta tämän valmiustilan osajoukko, ja tietoisien sisältö valikoituu valmiustilan perusteella. Kun tietoinen ajattelu kerran käynnistyy, se loogisesti kyllä vastaa siihen kysymykseen, jonka se alussa esitti. Mutta viritys, valmiustila, valikoi sen, mikä kysymys esitetään. Kun oletetaan, että viritykset syntyvät omalla tasollaan ja noudattavat mielihyväperiaatetta, tämä johtaa siihen, että ne eivät synny kulkemaan vaaraa ja epämiellyttäviä kokemuksia kohti. Tästä seuraa se, että viritysten taso ja tietoisien ajattelun taso yhdessä toimien valikoivat tietoisuuden sisältöä vähemmän ahdistavaan suuntaan.

Tietoisien ajattelun taso, on kuitenkin suhteellisen itsenäinen. Virityksen aiheuttama valikoivuus ei riko ”objektin lakia”, joka vallitsee tietoisessa ajattelussa. Tietenkin torjunta voi joskus olla niin voimakasta, että koko looginen ajattelu katkeaa, ja esimerkiksi terapia-istunnossa asiakas unohtaa, mistä aiheesta oli puhumassakaan, mutta tämä on harvinaisempaa. Yleensä valikoivuus vaikuttaa niinä hetkinä, jolloin mieli on tyhjä, ja etsitään mielelle uutta sisältöä. Tätä käsiteltiin vapaiden assosiaatioiden yhteydessä.

Vaikka virityksen suunta ja valikoivuus ei riko logiikan sääntöjä tai tuhoa tiedollisia rakenteita, valikoivuus ohjaa kuitenkin valikoimaan monista vaihtoehtoisista tietoisista malleista vähemmän ahdistavia. Tietoisellakin tasolla samaa ulkoista tilannetta voidaan tulkita monella tapaa: esimerkiksi

hysterinen luonne voi tulkita oman pukeutumisen kauniiksi ja tyylikkääksi, kun muut tulkitsevat sen seksuaalisesti provosoivaksi. Seksuaalisuuden sisältämä maailman tulkintamalli valikoituu pois.

Torjunnan malli on siis seuraava: tilanteessa pelko eli signaaliahdistus vaikuttaa ihmiseen siten, että viritys kääntyy pois toiminnan suunnasta, joka johtaisi vaaraan. Koko ihmisen valmiustila kääntyy, ihmisen toiminta muuttaa holistisesti suuntaa. Virityksen suunnanmuutos vaikuttaa siten, että ihmisen tavoite muuttuu. Esimerkiksi ihmisen tiedostamaton tehtävä ”Etsi seksuaalista kiihotusta” muuttuu tehtäväksi ”pakene seksiä”. Virityksen muuttuessa valikoivuus muuttuu, ja valikoivuuden muutos johtaa muutokseen tietoisuuden sisällössä siinä määrin, kuin valikoivuus voi tietoisuuden sisältöön vaikuttaa.

Tämä virityksen suunnan muutos tai vaihtuminen on ei-tahdonalainen tiedostamaton tapahtuma, emmekä yleensä tiedosta sitä. Kieltäminen minän puolustuskeinona on tapahtuma, jossa pelottavaa asiaa kohti suuntautuvaa viritystä ei koskaan synny, ja tietoiselle tasolle ei synny tietoista tehtävää, selvittää kyseinen asia todellisuudesta. Esimerkiksi, jos lääkäriellä on itsellään oireita, jotka sopivat vakavaan sairauteen, niin jos hänen tietoisuutensa sisällöksi ei ehkä koskaan valikoidu kysymystä: ”Onko minulla vakava sairaus, joihin oireeni viittaavat?” Näin hän ei myöskään tee oikeaa päätelmää oireistaan.

Epämiellyttävien asioiden muistamattomuus selittyy myös virityksen kautta, jos ajatellaan, että muistaminen on aktiivinen prosessi. Tällainen aktiivinen prosessi tarvitsee virityksen, ja virityksen ei voi syntyä, jos sen suunta on mielihyväperiaatteen vastainen.

Mielihyväperiaate aiheuttaa ongelmia objektivoidessa omia tunnekokemuksia. Uznadzen mukaan oleellista objektivatiossa on tilanteen toistaminen uudelleen tietoisella tasolla. Toistaminen onnistuu helposti, jos on kyse ulkoisesta neutraalista tapahtumasta. Mutta jos joudumme toistamaan kielteisen voimakkaan tunnekokemuksen, ei se onnistu. Emme voi tahdonalaisesti tai tietoisesti ohjailemalla

herättää itsessämme voimakkaita kielteisiä tunteita. Emme voi esimerkiksi saada itseämme voimakkaan pelon valtaan ajattelun tai kuvittelun avulla. Tämän takia pelkojen ja ahdistuksen syntyä on vaikea objektivoida muussa tilanteessa, kuin ahdistuksen ollessa todellinen. Psykoanalyysi edellyttääkin todellisen ahdistuksen olemassaoloa, vain koetun ahdistuksen kautta päästään käsiksi sen piileviin tekijöihin.

Tätä samaa ilmiötä on käytetty selittämään myös sitä, miksi luetut sadut eivät aiheuta samanlaisia pelkotiloja lapsille, kuin videotuotteet. Lapsi ei luo, tai ei pysty luomaan niin pelottavampia mielikuvia, kuin mitä hän pystyy käsittelemään.

5.3 Impulsiivisen tason hallinta piirteitä kontrolloimalla

Meillä on Uznadzen mukaan jäänyt eläimen toimintaa vastaava taso toimimaan rinnan tietoisien ajattelumme kanssa. Tämä varhaisempi taso toimii tietyllä tavalla yhtä impulsiivisesti kuin eläimilläkin, ja tällä tasolla ihminen on yhtä sidottu omien tarpeidensa välittömään tyydyttämiseen kuin eläin. Uznadzen näkemyksen mukaan tietoisien ajattelun ja tämä varhaisemman kerroksen välille ei rakennu mitään jatkumoa, joka johtaisi siihen, että voisimme hallita tämän tason ilmiöitä samalla tavoin suoraan, kuin hallitsemme tietoisien ajattelumme sisältöä ja tahdonalaista toimintaa. Sen sijaan kumpikin näistä järjestelmistä säilyttää suhteellisen itsenäisyytensä, ja niiden vuorovaikutus synnyttää niitä ongelmia, joita tarpeittemme tyydytyksessä ja tunteittemme toiminnassa törmäämme.

Tietoinen taso ei vaikuta impulsiiviseen tasoon suoraan, mutta tietoisien tason kautta voimme kuitenkin

epäsuorasti vaikuttaa ja kontrolloida impulsiivisia tarpeitamme ja tunteitamme. Uznadze ei esitä miten tämä tapahtuu, mutta seuraavassa on esitetty malli tästä vaikuttamisesta.

Viritys syntyy Uznadzen määritelmän mukaan tilanteen ja tarpeen yhteisvaikutuksesta. Se syntyy itsestään, automaattisesti, eikä sitä luoda erikseen tietoisien ajattelun kautta. Mallin siihen, miten viritys syntyy, muuttuu, kehittyy ja sammuu, olen lainannut kognitiivisesta skeemateoriasta, ja olettanut samojen periaatteiden toimivan myös Uznadzen tarkoittamissa tarpeen pohjalta syntyvissä virityksissä.

Keskeiset skeemojen toimintaperiaatteet ovat assimimilaatio, akkomodaatio ja piirteiden poiminta. Käytän Neisserin teoriaa havaintoskeemoista tässä yhteydessä. Havaitseminen on tarkkaan ottaen vaikeasti ymmärrettävissä oleva prosessi – se ei ole digivalokuvan tyyppisen kuvan siirtymistä aivoihin. Neisser näkee havaitsemisen aktiivisena prosessina, jossa subjekti aktiivisesti rakentaa havainnon. Tämä rakentaminen tapahtuu havaintosyklissä. Kuva 1. esittää Neisserin havaintoskeemaa. Havaintoskeema sisältää ennakoivan, luonnoksenomaisen odotuksen, hypoteesin, siitä mitä on havaittavissa. Havaitsemisessa ulkoisesta maailmasta etsitään piirteitä, joiden odotetaan sopivan tähän odotukseen. Odotus, skeema, ohjaa sitä, mitä piirteitä ympäristöstä poimitaan, esimerkiksi sitä, mihin silmien tarkimman näön alue kohdistetaan. Havainnoinnissa on tärkeää valikoivuus, eli kaikkea ympäristöstä mahdollisesti saatavaa informaatiota ei poimita, vaan aktiiviseen havaintoon valikoidaan skeeman odottamia piirteitä.

Kuva 1 Neisserin havaintoskeema

Oleellista skeemalle verrattuna loogiseen ajatteluamme on ympäristön piirteiden merkitys skeeman joka hetkessä rakentumisessa ja muotoutumisessa. Skeema jatkuvasti ja automaattisesti etsii ja poimii

niitä piirteitä, joita se olettaa löytävänsä. Jos skeema ei löydä näitä piirteitä, tapahtuu mismatch, eli vastaamattomuus. Jos vastaamattomuus on pientä, se ei vielä paljoa muuta skeemaa, sillä skeema pystyy assimiloimaan itseensä hieman odotetusta poikkeavia piirteitä. Jos taas mismatchiä on enemmän, niin skeeman täytyy muokkautua, akkomodaoitua, tilannetta vastaavaksi. Ja jos vastaamattomuutta on paljon, skeema sammuu tai tuhoutuu. On huomattava, että piirteiden vastaamattomuus toimii eri tavoin kuin tietoinen ajattelumme, jossa logiikka toimii tarkasti, ei sumeasti, ja jossa yksi negaatio, yksi ei-sana, muuttaa koko loogisen rakennelman merkityksen päinvastaiseksi.

Avainsana skeeman toiminnassa on siis piirteiden poimiminen. Tätä kautta skeema on vuorovaikutuksessa ympäröivän todellisuuden kanssa. Myös tarpeita ja tunteita kantava skeema poimii piirteitä ympäristöstä ja tietoisuuden sisällöstä. Niinpä sellainen viritys, joka on valmiustila vaaroja sisältävään toimintaan, poimii ympäristöstä vaarasta kertovia piirteitä.

On huomattava, että skeemassa sinänsä ei ole mitään “torjunnan mekanismia” joka ohjaisi skeemaa olemaan poimimatta vaaran piirteitä ympäristöstä. Skeema poimii vaaran piirteet yhtä automaattisesti ja lahjomattomasti kuin muutkin piirteet. Vaaran piirteet tietenkin ohjaavat subjektia pakenemaan vaaraa, mutta usein vaarat liittyvät ristiriitaisiin tilanteisiin, jossa paon ja vaaran välttämisen estää se, että toiminta tilanteessa lupaa jotain samanaikaisesti jotain hyvää, jotain positiivista tavoiteltavaa, kuten seksiä, esiintymisen tuomaa ekshibitionistista nautintoa, tai voiton kilpailussa.

Viritykset syntyvät impulsiivisella tasolla tilanteessa vaikuttavan tarpeen ja tilanteiden piirteiden seurauksena. Tietoisien tason keino hallita impulsiivisia virityksiä on kontrolloida piirteiden poimimista. Jos joidenkin piirteiden poimiminen estyy, viritys ei voi kehittyä ja toimia, vaan pahimmassa tapauksessa viritys sammuu. Piirteiden poimintaa voidaan ohjata tietoisien ajattelun tasolla. Voimme tietoisesti määritellä liikkeemme, voimme määritellä mihin kohdistamme katseemme, ja voimme

määrätä ajatuksemme sisältöjä. Tällä tavoin voimme rikkoa impulsiivisen virityksen piirteiden poimimisen, ja säädellä viritystä. Jos viritystä voimistavat piirteet ovat visuaalisia, voimme kääntää katsemme pois ärsykkeistä, voimme kääntyä niihin selin, tai joskus jopa sulkea silmämmme. Toisaalta voimme kohdistaa tarkkaavaisuutemme ympäristön niihin piirteisiin, jotka toimivat virityksen luontaista kulkusuuntaa vastaan. Esimerkiksi reaktionmuodostuksessa voimme kiinnittää tarkkaavaisuutemme seksiin liittyviin inhottaviin eritteisiin, ja niiden mahdollisesti sisältämiin taudinaiheuttajiin. Tällöin voimme hallita jossain määrin ambivalenttia seksuaalista viritystä ja estää sen toiminnan.

Toisaalta voimme yrittää vaihtaa toimintaa, siirtyä tekemään jotain impulssin kanssa ristiriitaista, ja voimme yrittää herättää tahdon, kuvittelun ja ajattelun avulla uuden virityksen, joka vetovoimallaan kumoaisi vanhan virityksen. Ja koska viritys poimii piirteitä myös ajattelumme sisällöstä, siinä missä ulkoisesta ympäristöstäkin, voimme vaikuttaa piirteiden poimimiseen täyttämällä ajatuksemme ja mielikuvituksemme sellaisilla piirteillä, joka ohjaa positiivisten odotusten tai negatiivisten pelkojen avulla viritystä ohjautumaan haluamaamme suuntaan.

Tässä esitetty piirremalli on yksinkertaistettu ratkaisu monimutkaiseen viritysten ja tietoisien tason ajattelun suhteeseen. Asiaa mutkistaa se tosiseikka, jonka omasta kokemuksesta tiedämme, että heränneet viritykset valikoivuudellaan pyrkivät määrittämään ajatustemme ja mielikuviamme sisältöä, kun samaan aikaan tahdon avulla yritämme luoda ajatuksia ja mielikuvia, joilla vaikutamme virityksiin.

Tämä piirremalli on laajennettu havaintopsykologiasta emotionaalisiin-motivatioonalskeemoihin. Tietoisien ajattelun ja viritysten keskinäisessä suhteessa voi olla muitakin tekijöitä, jotka välittävät

vaikutuksia toisiinsa. Ajattelu ei suoraan vaikuta virityksiimme, emmekä voi ajatusten avulla suoraan herättää tunteita ja tarpeita. Piirre on yhteinen tekijä tietoisien ajattelun tasolle ja viritysten tasolle, ja siksi voidaan niillä olevan keskeinen asema tasojen vuorovaikutuksessa.

6. Johtopäätökset – piilotajunta ilman mystiikkaa

Kun ihminen ahdistuu, on oletettavaa, että ahdistuksen takana on kokemukset jollain lailla samanlaisista tilanteista menneisyydessä, jossa on koettu trauma, tai tilanne on koettu pelottavana. Nykypsykologian näkökulmasta on oletettavaa, että tätä mennyttä kokemusta välittää muistinrakenne, jossa aikaisemmin koettu tilanne on säilyneenä suhteellisen kokonaisvaltaisena edustuksena koetusta tapahtumasta. Koska aikaisempi kokemus välittyy ilman, että siitä on tietoista muistikuvaa, on oletettavaa, että tietoisien tason ajattelu ja tietoinen muistikuva eivät ole tarpeen pelottavan tilanteen välittymisessä.

Kokemuksen välittäjäksi sopii hyvin Uznadzen kuvaama kiinnittynyt viritys. Tämä aikaisempaa kokemusta välittävä kiinnittynyt viritys on usein ristiriitainen, ambivalentti. Se sisältää sekä toimintaan ajavan, tarpeita tyydyttävän tekijän, että myös toimintaa estävän, vaarasta varoittavan pelottavan tekijän. Kun aikaisempaa kokemusta välittävä viritys tai skeema aktivoituu, se ei toteuta itseään toistumalla täsmälleen samanlaisena, vaan se on osana valmistilan syntyä ja muuntuu uudessa tilanteessa tilanteen piirteiden ja tilanteessa tapahtuvan orientaatiotoiminnan vaikutuksesta. Herännyt kiinnittynyt viritys alkaa heti muokkautua tilanteen piirteiden mukaan ja esimerkiksi uudessa tilanteessa poimitut tilanteen vaarallisuutta korostavat piirteet lisäävät pelon tunnetta ja inhiboivat toimintaa ja ohjaavat toiminnan suuntautumista vähemmän vaaralliseen suuntaan.

Uudessa tilanteessa kiinnittyneen virityksen synnyttämää valmiustilaa ja toimintaa voi muokata tietoisesta ajattelun kautta tapahtuva orientaatiotoiminta tai tietoisesta ajattelun ulkopuolella tapahtuva, eläimelle tyypillinen yritys- ja erehdys –tyyppinen orientaatiotoiminta. Jos tietoisesta ajattelun tasolla tapahtuva orientaatiotoiminta onnistuu liittymään virityksen tasoon joustavasti, tietoinen ajattelu ja viritykset toimivat yhdessä.

Jos taas tietoisella tasolla ei pystytä objektivoimaan virityksen kannalta tilanteen oleellisia rakenteita, syntyy tilanne, jossa tietoinen taso ei pysty osallistumaan kunnolla toiminnan orientaatioon. Tällaisessa tapauksessa orientaatio tapahtuu samalla tavoin kuin eläimellä, yritys- ja erehdys -orientaatioperustalla. Tällainen tietoisesta ajattelun rinnalla tapahtuva orientaatiotoiminta ja toiminnan muokkaus voi tapahtua vain siinä tilassa, jonka tietoinen ajattelu sille jättää. Tällainen tietoisesta ajattelun rinnalla tapahtuvat psyykinen toiminta ei olisi mahdollista, ellei tietoisesta ajattelun toiminnassa olisi tiettyä rajoitusta, mikä estää tietoista ajattelua liikkumasta vapaasti valitsemassaan suunnassa. Ristiriitaisissa tilanteissa tietoinen ajattelu ei voi liikkua suuntaan, jossa tietoisesta ajattelun esiin nostamat piirteet lisäävät ahdistusta tilanteessa. Virityksen aiheuttama valikoivuus tietoisuuden sisältöön estää tietoisuuden vapaan liikkumisen.

Toisaalta kiinnittyneistä virityksistä nousevaa tietoisesta ajattelusta erillistä piilotajuntaa ei voi olla olemassa, jos ei olisi joukko sellaisia yksilön toiminnassa syntyneitä kiinnittyneitä virityksiä, jotka ovat syntyneet nimenomaan tietoisesta ajattelusta riippumattoman yritys- ja erehdys-orientaation kautta. Yksilön henkilökohtaisen historian aikana hänelle on syntynyt tietty järjestelmä kiinnittyneitä virityksiä, jotka toimivat irrallaan tietoisesta ajattelusta. Nämä kiinnittyneet viritykset muodostavat piilotajunnan

ytimen. Yhdessä yritys-ja-erehdys-orientaation kanssa nämä kiinnittyneet viritykset, jotka voivat lopulta olla hyvinkin kehittyneitä, aikaansaavat itsenäisiä ja aktiivisia ilmiöitä, joiden ymmärtäminen tietoisien ajattelun tasolla on vaikeaa, ellei mahdotonta.

Tietoisien tason ajattelulla on kuitenkin ominaisuuksia, kuten liikkeiden, tarkkaavaisuuden ja havaintojen tahdonalainen ohjailu, jolla voidaan vaikuttaa niihin piirteisiin, joita kiinnittyneet viritykset poimivat. Tahdonalaisella ohjailulla voidaan rikkoa taustalla vaikuttava viritys, ja siten kontrolloida toimintaa. Viritysten tason toiminnalle ei anneta tilaa hetkellisessä tilanteessa, ja näin pakotetaan viritysten taso orientoitumaan uudelleen tilanteessa ja luomaan viritykset uudelleen. Ja jos tietoisella tasolla pystytään kohdistamaan tarkkaavaisuus ja havainnointi viritysten kannalta kriittisiin piirteisiin tilanteessa, eli tietoisella tasolla ymmärretään mikä on ratkaiseva tekijä tilanteessa heränneiden tunteiden ja tarpeiden kannalta, niin tietoisien ajattelun kautta voidaan virityksen toiminta muuttaa tilannetta paremmin vastaavaksi.

Usein mystisenä pidetty piilotajunta voidaan selittää sillä, että ihmisellä on eritasoisia psyykkisiä toimintoja, ja tietoinen ajattelun prosessit ovat toimintaa yhdellä tasolla. Eri tasot toimivat monimutkaisessa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, ja näiden vuorovaikutussuhteiden seurauksena osa psyykkisestä toiminnastamme jää tietoisien ajattelun tavoittamattomiin.

Viitteet

(puutteellinen.)

А.Г.Асмолов, (1979) Деятельность и установка. М.,

Кечхуашвили Г.Н., Эсебуа Р.Ш (2005) Бессознательное, установка, музыка.

<http://www.psychiatry.ru/library/ill/ke.html>

Meerloo JAM: (1956) The Rape of the Mind. The Psychology of Thought Control, Menticide, and Brainwashing. New York, World Publishing Co, (<http://www.ninehundred.net/control/mc-ch2.html>)

Ramisvili D I: Subjektin ja objektin käsitteestä D N Uznadzen psykologiassa/

<http://tiedostamaton.net/Subjektin%20ja%20objektin%20kasitteesta%20D%20N%20Uznadzen%20psykologiassa.pdf> Alkuperäinen Рамишвили Д.И. К понятию субъекта и

объекта в психологии Д.Н. Узнадзе // Психологические исследования, посвященные 85-летию со дня рождения Д.Н. Узнадзе. – Тбилиси: Мецниереба, 1973. – С. 316-326.

Spitz, R. A. (1965). The First Year of Life. International University Press. New York.

Uznadze, D. N. (1966). The Psychology of Set, New York, Plenum,

[Узнадзе Д. Н.](#) Общая психология, Питер
