

# TUNTEET AIKUISKASVATUS- TIETEEN TUTKIMUSKOHTEEKSI

*Aikuiskasvatustieteessä ihminen on nähty ongelmattomana, sisäisesti ehjänä, itsenäisenä ja vahvana yksilönä. Tutkimuksen katveeseen on jäänyt ihmisen häilyvyys, heikkous ja hauraus. Tunteet ovat ajatteluun verrattuna huomattavan pakottavia. Ne eivät pääsääntöisesti ole ajattelun tuote, vaan tunteet tuottavat ja kohdistavat ajattelua. Tunteiden merkitys oppimiselle tulisikin nostaa aikuiskasvatustieteen tutkimuksen kohteeksi.*

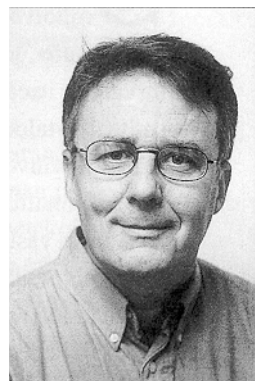
JUHA VARILA

**H**ovimestari Martti varmaankin jaksaa hyvin työssään, kun haastattelussaan toteaa: "Voi miten kiva on päästä duuniin heittää helttä duunikavereiden ja asiakkaiden kanssa, tekemään yhteistä proggista. On kuin samppanja kuplisi suonissa." Tunteet vetivät hyvään työsuoritukseen – ne tuottivat työn imua ja iloa! Sitä vastoin tutkija Paavo joutuu toteamaan: "Jo kaksi sataa metriä ennen työpaikan oven ripaan tarttumista minulle tulee syvän etova olo." Työn päämäärä ei tuottanut vetoa eikä työtodellisuutta tunnettu hyväksi, jonka vuoksi Paavon tunteet tuottivat voimakkaan työnnön – työstä pois.

Tunteita on aikuiskasvatustieteessä tutkittu vähän, vaikka ne ovat läsnä kaikessa toiminnassamme. Miksi tunteita kannattaa aikuiskasvatustieteessä tutkia? Suuntaavana vihjeenä tunteiden merkitykseen on, että työniloa koetaan erityisesti silloin, kun ihminen kokee työnsä 'omaksi jutukseksi'. Tällöin ihminen puskee töitä oppivan organisaation ideaali-ihmisen tavoin (Casey 1999; Gabriel 1999; Varila ja Viholainen 2000). Hän on sitoutunut, aktiivinen, innostunut, sinnikkäästi ja sisukkaasti päämääräänsä pyrkivä organisaatiokansalainen. Vaan työnilo voidaan myös menettää - pysyvästi tai väliaikaisesti.

Katsotaanpa tunteiden merkityksestä muutama esimerkki. (1) Tunteet ovat merkitykselliseksi koetuissa oppimiskokemuksissa kokemuksen laadun määrittäjä (Silkelä 1999; Varila 1991; 1999a). (2) Organisaatioon, työyhteisöön, tiimiin, omaan porukkaan, ammattiin ja työtehtäviin si-

toutuminen on pikemmin tunteisiin kuin kognitiiviseen päätelyyn perustuva tapahtumasarja (Fineman 2001; Varila 1999b). (3) Ihmisten välisten suhteiden laatu perustuu paljolti tunteiden tuottamiin syviin viesteihin, joiden varaan myös organisaatioiden toiminnalliset prosessit suurelta osin rakentuvat (Casey 1999; Fineman 1997). (4) Luottamus on sosiaalisen siteen keskeinen ainesosa, jonka kehittyminen verkostoissa on vähäisten fyysisten kontaktien vuoksi vaikeaa. Niinpä verkostot ovat 'tunnepoliittisesti' erityisen alttiita kiihtyvään, paranoidisiinkin tunneprosessien sarjoihin (Ignatius & Kokkonen 2002; Knight 2002; Newelle & Swan 2000). Verkostoituvan ja viestintäteknologisesti kehittyvän todellisuuden paradoksi on tässä: mitä etäämpänä toisistaan - fyysisesti, henkisesti tai teknologisesti - ihmiset toimivat, sitä vaikeampi on saavuttaa tehokkaan verkoston edellyttämää psyykkistä luottamusta, sosiaalista sidettä vastavuoroisuusoletuksineen ja empatioineen. (5) Koettavien tunteiden myötä ihmisen ajattelun laatu (konvergoivuus – divergoivuus sekä optimismi – pessimismi) muuttuu. Tunteet eivät siis pääsääntöisesti ole ajattelun tuote, vaan tunteet tuottavat ja kohdistavat ajattelua (Fiedler 1998; Hänze & Meyer 1998; Kavanagh 1992).



Juha Varila

## VAHVA PÄÄMÄÄRÄ- RATIONAALINEN TOIMIJAI EI TUNTEITA TARVITSE

Aikuiskasvatustieteen ihmiskuva ja -ihanne vaikuttaa olevan vahva, autonominen toimija, joka jatkuvasti ponnistelee työmarkkinakelpoisuutensa säilyttämiseksi. Tässä 'vahvan yksilön' opisassa ihminen nähdään paisti itsenäiseksi, päämäärätietoiseksi ja valinnoissaan muista riippumattomaksi toimijaksi, joka samanaikaisesti on kuitenkin kriittittömän sosiaalinen ja 'omaan tiimiinsä sopeutuva' (Siltala 1996, 145–147; Sennett 2002, 71–75). Aikuiskasvatustieteen historiassa on haluttu nähdä ihminen ongelmattomana, sisäisesti ja ulkoisesti ehyenä, vahvana ja itsenäisenä, joka suunnittelee, pyrkii ja kilvoittelee! Ihmisen ristiriitaisuus, sisäisten pyrkimysten kamppailu tai niihin liittyvä ulkoinen häilyvyys, heikkous ja hauraus, ovat jääneet aikuiskasvatustieteellisen tutkimuksen katseelta katveeseen.

Vahvan yksilön oppiin pohjautuvassa aikuiskasvatustieteen ihmiskuvassa oletetaan: (1) Yksilö on arvoistaan selvillä oleva päämäärätietoinen toimija, jolla on riittävät tiedolliset valmiudet valintojensa edellytyksien ja seuraamusten arviointiin eli hän toimii kustannus-hyötyanalyttisesti. (2) Tiedonhaluisuus, muutosvalmius, tavoitteisiin sitoutuminen sekä tinkimätön ja suunnitelmallinen ponnistelu ovat hyvän aikuisen ominaisuuksia. Lisäksi tällainen ihminen kokee elämänsä ongelmat haasteina. (3) Pärjäämättömyydestään hän 'kriittisesti reflektoiden' syyttää itseään. Ja lopuksi ehkä tärkein säie: vaikka hyvä aikuinen julistaakin olevansa vapaa, (4) tosiasialliset pärjäämisen kriteerit ja suhteutuskehikon hän omaksuu Isä Työnantajan siivittämänä! Tämä vahvan yksilön oppi sopii luonnollisesti hyvin aikamme työmarkkinaretoriikkaan, mikä ei liene sattumaa (Varila 1998, 61–65).

Aikuiskasvatuksen vallitseva ihmiskuva rakentuu esitettyjen neljän säikeen varaan, jotka ovat piiloutuneet itsestäänselvyydeksi. Ihminen pelkistyy päämäärärationaaliseksi, taloudellista etua tavoittelevaksi kustannus-hyötyanalyttiseksi 'taskulaskimeksi' (Varila 1998, 70–77; 1999a, 40–45). Taloustieteellisen rationaalisen valinnan ajatus on siirtynyt aikuiskasvatustieteen ihmiskuvan osaksi, siitäkin huolimatta että taloustieteessä rationaalisen kuluttajan olettamus on pääsääntöisesti hylätty - olemmeko siis jälkijättöisiä? Luovuus, hyödyn tavoittelemattomuus, itseisarvoinen

sivistyminen, hyvän elämän tavoittelu ja tunteet ovat jääneet katveeseen (rationaalisesta valinnasta ja sen kritiikistä Hedström & Svedberg 1997, aikuiskasvatustieteen ihmiskuvasta Collins 1991; Pitkänen 1988; Varila ja Ikonen-Varila 2002).

Tunteet ovat kuvatus ihmiskuvan näkökulmasta kiusallinen tekijä, johon ei ole syytä liiaksi huomiota sen vuoksi, että ne eivät helposti taivu kustannus-hyötyanalyttisen rationaalisen toiminnan 'holhoukseen'. Eräs tutkittavani totesi aikoinaan "miten tuskallista on uskotella itselleen, Että rakastaa kumppaniaan". Tuohon toteamukseen tiivistyy oikeastaan tunteiden problematiikka. Kustannus-hyötyanalyttisesti hänen olisi ilmeisesti pitänyt rakastaa; tuntemus ei kuitenkaan ottanut taipuakseen 'rationaalisen kognition' ohjaukseen. Vastaava tilanne on kyseessä myös silloin, kun ihminen toteaa, että "minunhan pitäisi kokea työniloa, mutta kun en koe".

Tunteet ovat ajatteluun verrattuna huomattavan pakottavia ja tiettyssä mielin passiivisia (Fridja 1986, 74–75; Goleman 1997, 36–50; Weiner 1992, 303). Turhaan ei arkisessa puheessa todeta, että ihminen joutuu tunteen valtaan (esimerkiksi 'hän oli vihreänä kateudesta' tai 'hän oli mustasukkaisuudesta suunniltaan'). Tunnetilaan liitetään myös vähentynyt vastuu toiminnan seurauksista, kuin jos toiminta olisi tapahtunut 'vakain tuumin ja harkiten' (Ginsberg & al. 1996, 250). Ihmisen mahdollisuus valita tunteensa tai tulkita niitä totutusta poikkeavalla tavalla on kovin rajallinen (Vuorinen 1990, 73). Tunteet omaavat erikoislaatuisen pakottavuuden ohella omalakisien dynamiikan, jonka vuoksi niitä ei voida ymmärtää kognitiivisiin tekijöihin tukeutuen (Tähkä 1996, Vuorinen 1991, 95–99). Sisäisen vapauden rajallisuus ei sovi yhteen vahvan, tavoitteellisen, tietoisien ja itseohjautuvasti elämänsä projekteihin sitoutuvan yksilön opin kanssa. 'Ken savelle rakentaa, hän aikanaan taloan korjaa'.

## TUNNETEOREETTISET PARADIGMAT JA TUTKIMUS

Tunteiden tutkimuksessa erotetaan 1) naturalistinen, 2) kognitiivinen 3) konstruktivistinen tunteiden tutkimuksen paradigma tai lähestymistapa (Epstein 1984, 67–71, Myllyniemi 1991, 360–365, Parkinson 1995, 9–17; Roseman 1984, 12–15). Paradigmojen välinen ero on filosofisesti ja teoreettisesti selkeä. Tunnekokemuksen selittä-

misen, ymmärtämisen ja tulkitsemisen kannalta katsottuna paradigmat eivät sulje toisiaan pois, vaan ne ovat pikemmin kerrosteisia.

Kaikki tunteet eivät ole opittuja. Perustunteet (primaarit tunteet) ovat perittyjä tai myötäsyttyisiä valmiuksia toimia tietyissä tilanteissa evoluution valiuttamalla tavalla (Johnston 1999, 80–93; Oatley & Jonhson-Laird 1996, 374). Tunteiden biologisen perustan merkitystä korostetaan erityisesti tunteiden tutkimuksen naturalistisessa paradigmassa (Damasio 2001, 120). Yksilönkehityksessä tunteiden biologisen perustan päälle rakentuu monimutkainen ja vivahteikas tunteiden järjestelmä, joka on ympäristön tuottamaa. Siis tavalla tai toisella opittua. Tilanteen mieltäminen tunnereaktiota vaativaksi, siihen liittyvä käyttäytyminen, tulevien tapahtumien ennustaminen ja yksilöllinen vastuullistaminen (attribuointi) tapahtuvat sosiaalisen ympäristön säätelemänä ja tahtamina. Näitä sekundaarisiin tunteisiin liittyviä asioita tutkitaan erityisesti tunteiden tutkimuksen kognitiivisessa paradigmassa. Opitut, sekundaariset tunteet vaihtelevat ylipäättään kulttuureittain, aikakausittain ja nykyisin myös organisaatioittain. Tavot, normit ja arvot vaihtelevat kulttuureittain. Myös kieli ja kieleen liittyvä tunteiden kielellinen järjestelmä vaihtelee. Näin sosiokulttuuralliset tekijät luovat tunnekokemuksen kehikon. Tämän kehikon olemusta ja dynamiikkaa tarkastellaan erityisesti tunteiden tutkimuksen konstruktivistisessä paradigmassa.

## PARADIGMAT TUOTTAVAT TULKINTAERON!

**A**rtikkelin alussa kuvattiin hovimestari Martin ja tutkija Paavon kokemus työstään. Työssä jaksamisen tärkeä tekijä on, pitääkö ihminen työstään vai ei. Naturalistinen paradigma auttaa näkemään työstä pitämisen elimistön vastauksena työympäristön piirteisiin, jolloin tunne nähdään reaktioksi objektiivisen ärsykeympäristön piirteisiin. Kognitiivinen paradigma painottaa sitä, että tunteita virittävä ärsyke tulkitaan yksilöhistoriallisesti determinoituneella tavalla, jolloin tunnekokemus on omien ajatteluketjujen ja tulevaisuuden ennakoitien tulos. Konstruktivistinen paradigma auttaa näkemään kontekstin merkityksen. Tulkinta tehdään tietys-ä todellisuudessa, tietys-ä roolissa, jolloin tiettyjen tunteiden kokeminen ja ilmentäminen on suotavampaa kuin toisten.

(1) Naturalistisessa paradigmassa Martin ja Paavon ilmaukset 'samppanjaa suonissa' ja 'etoo ajatus' tulkitaan ympäristön synnyttämiksi todelliseksi tunnereaktioiksi. Ihmisen kyky tuntea tunteita on evoluution tuottama taipumus 'viihtyä' hyvässä ympäristössä ja 'torjua tai väistää' huonoa ympäristöä. Ympäristö voi kuitenkin olla niin paineinen tai manipuloiva, että ihminen kadottaa kosketuksensa tunteisiinsa tai uskottelee ne toiseksi. Aikuiskasvatustieteen humanistisen didaktiikan kantava teema on tukea ihmisen kykyä tunnistaa tuntemuksiaan (Rogers 1968). (2) Kognitiivisessa paradigman sovelluksissa paneuduttaisiin miettimään, miksi tutkija Paavoa etoo. Häntä kehoitettaisiin ajattelemaan positiivisesti: "jos esimieheni ei aamulla sinua tervehti, ei hän vähättele vaan hänellä on kiire luomaan työntekosi edellytyksiä". On ilman muuta selvä, että automatisoituneita havaintojen tulkintataipumuksia on aika ajoittain tuuletettava. Positiivinen ajattelu ei kuitenkaan riitä kantamaan ylitse todellisten havaintojen ('minunhan pitäisi rakastaa häntä'). (3) Konstruktivistisessa paradigmassa Martin ja Paavon tunteet liitetään aikakauden, kulttuurin ja kielen osaksi. Toisissa organisaatiokulttuureissa toiset tunteet ovat sallitumpia kuin toiset ja esimerkiksi miesten ja naisten tunnepuhe poikkeaa toisistaan. Näin konstruktivistisessä paradigmassa pohdittaisiin, miten aikakautemme ylipäättään mahdollistaa ihmisille tietyt tunteet, miksi toisia yhteisöllisesti tuotetaan ja toisia ehkäistään.

Kutakin tunneteoreettista paradigmaa tarvitaan soveltavassa ihmistieteessä. Niiden keskinäinen painoarvo on ratkaistava tilannekohtaisesti. Valintana voi olla yhden paradigman ajattelu tai paradigmojen yksilö- ja yhteiskuntahistoriallisesti kerrostunut tulkinta.

## NATURALISTISESSA PARADIGMASSA PERUSTUNTEET KOHTEINA

"Olen 7–8 vuotta käynyt samassa englannin keskusteluryhmässä työväenopistossa. Kielen oppimisen ohella kurssin anti syntyy mukana olevien ihmisten kirjosta, heidän kuulemisestaan, yleensä miellyttävästä ilmapiiristä ja taukokahvittelusta sekä opettajasta, joka on ammattitaitoisuutensa ja pedagogisen etiikkansa vuoksi 'sielun ja silmän ilo'. Käytännössä kielen oppimisen motiivi on primaarisena osallistumisyyneä syrjäytynyt kuvaamieni motiivilähteiden vuoksi, jotka voi-

daan kokoavasti nimetä 'tuntuu kivalta' -tunteeksi. Ja juuri tämä tuntuu kivalta -tunne on saanut minut jatkamaan vuodesta toiseen." (Varila 1999,86)

'Tuntuu kivalta' -tunne on epäilemättä hyvä (perus)tunne, joka jollain tapaa liittyy aikuiskasvatuksen didaktiikkaan? Naturalistisessa lähestymistavassa tunteet jaetaan perustunteisiin ja sekottuneisiin – tai toisin ilmaisten primaarisiin ja sekundaarisiin – tunteisiin (Damasio 1994; Oatley & Jenkins, 1996, 62–94; Whybrov 1998, 101). Perustunteita erotetaan kuudesta kymmeneen: häpeä, yllättyneisyys, surullisuus, viha, epäluulo ja halveksunta, pelko, ujous, ilo sekä onnellisuus. Onnellisuus, viha, suru ja pelko voivat esiintyä kohteettomina mielialoina, kun taas muut perustunteet edellyttävät aina kohteen, johon tunne suuntautuu (Oatley & Jonson-Laird 1996, 374).

Naturalistinen paradigma painottaa siis tunteiden biologista perustaa. Perustunteet ovat ylikulttuurisesti yhteneviä ja edustavat evolutionaarista jatkuvuutta varhaisnisäkkäistä ihmisistä (Johnston 1999; 100–101; Myllyniemi 1991, 362). Tunteet ovat ikivanha sisäisen ja ulkoisen tilan havaitsemis- ja viestimisjärjestelmä, joka alkoi kehittyä silloin, kun ihmislaji ryhmäytyi ja opetteli suojelemaan poikasiaan. Näin mieleemme ei tuota tunteita vaan tunteet ovat mieleemme ehto! (Whybrov 1998, 27). Jatkuvuutta ja pysyvyyttä korostavana signaalijärjestelmänä tunteet tarjoavat ihmisille yhteisen pohjan toisten toistensa ymmärtämiseksi (Tähkä 1996, 174).

Mitä korkeammalla evoluution 'puolapuulla' laji on, sitä monipuolisemmat ovat sen mahdollisuudet erilaisten tunteiden kokemiseen (Johnston 1999, 161–180; Scherer 1984,41). Tunnetilaan liittyvän ärsykkeen uutuusarvon tarkastus sekä sen vaikutuksen karkea arviointi tunnetilan kokijan vallitsevaan toimintaohjelmaan nähden ovat toki lajinkehityksellisesti ohjelmoituja (Johnston 1999,43). Mikäli tilanteessa ei tapahdu lajinkehityksellisesti määräytyneitä elimistön tunnekaappausta, jää yksilölle aikaa suorittaa ärsykkeen merkityksen tarkempi arviointi sosiokulttuurallisesti määrittäneesti (Goleman 1997, 31–52; Laird & Apostoleris 1996, 290–293; Varila 1999, 103–114). Siis opitusti.

Perustunteiden keskeinen tehtävä on viestiä evoluutiossa rakentuneen tunnehavainnoinnin järjestelmän avulla ihmisen ja hänen kulloisenkin toimintatodellisuutensa välisen suhteen laa-

dusta. Tämä tunnehavainnoinnin järjestelmä peilaa tätä suhdetta jatkuvasti tutkan lailla. Mikäli jokin toimintatodellisuuden tekijä hahmottuu tunnehavainnoinnin järjestelmässä vaikeaksi kariokoksi, virittää 'elämän oppivelvollisuuden tutka-järjestelmä' elimistöllisen mielipahan kokemuksen, jonka psykologinen viesti on: etäännyttä itseäsi kariokosta. Jos taas tutka viestii 'myönteisistä maisemista', on tämän elimistöllisen viestin psykologinen seuraus: mene lähemmäksi. (Cappo & Gardener 1999, 198–201).

Perustunteeseen liittyvä kokemus viestii nimenomaan yksilön ja hänen toimintatodellisuutensa 'tässä ja nyt' -vallitsevan suhteen laadusta. Perustunne vastaa vain ja ainoastaan kysymykseen 'mikä tilanne vallitsee'.

Tämän kokemuksen tuottama informaatio varustaa elimistön 'lähemmäksi tai kauemmaksi' -tyyppisellä reagoitivalmiudella. Perustunteesta puuttuu kognitiivisen tai psykodynaamisen järjestelmän tuottama, yksilöhistoriaan perustuva tulevaisuuteen kohdistuva laskelmointi. Näin perustunteisiin liittyvä kokemus on todellakin 'puhdas ja viaton' (Oatley & Johnson-Laird 1996,364).

Naturalistinen paradigma saattaa vaikuttaa kaukaiselta ihmisyyden kokemuksen tai suppeammin tarkasteltuna aikuiskasvatustieteilijöiden kovin arvostaman työelämän kehittämisen kannalta. Nykyisessä työelämässä puhutaan paljon sitoutumisesta tai sitoutumattomuudesta; halusta omistautua työlle ja samalla välttää työuupumus! Tällä puheella kuvataan kuitenkin nimenomaan lähestymis- tai välttämiskäyttäytymistä - halu sitoutua on halua mennä lähemmäksi ja suojautua halu sitoutumattomuuteen vastaavasti halua etäännyttää asiaa tai ilmiötä itsestään (vrt. alun konkretisoivat esimerkit hovimestari Martista ja tutkija Paavosta). Eikö sitoutumisen halu (velvollisuus/tunne/pakottava vaatimus/minun täytyy) viriä nimenomaan tunnehavainnoinnin järjestelmän tuottamista, elimistölliseen reagointiin perustuvasta myönteisyyden kokemuksesta, joka siis ytimeltään viestii 'tämä työ on minulle hyväksi, siispä annan asian painoarvon elämässäni kasvaa'!

## KOGNITIIVINEN PARADIGMA LIITTÄÄ TUNTEET USKOMUKSIIN

"Yleensä ihminen tiedostaa ajatukset, joista tunne saa alkunsa... Juuri ajatukset – kognitio – mää-

räävät, mitkä tunteet kulloinkin heräävät... Tunnetta siis edeltää jäsenneily ajatteluketju. Monimutkaiset tunteet, kuten nolostuminen tai edessä olevan tentin pelko... ovat ajatuksista syntyneitä tunteita.” (Goleman 1997, 345).

Kognitiivisessa paradigmassa tunteella tarkoitetaan sellaista kokemuksellista tilaa, jonka yksilö on itsessään havainnut, tulkinnut ja nimenyt. Tiedolliset käsityksemme maailmasta ja sen toimintaperiaatteista sekä tilannekohtaiset arviot tapahtumien merkityksestä kokijan hyvinvoinnille vaikuttavat siihen, millaisia tunteita kulloinkin koemme (Epstein 1984, 82–86; Helkama, Myllyniemi ja Liebkind 1998, 166; Varila ja Ikonen-Varila 2001, 33–35). Kognitiivisen paradigman mukaan tunteet eivät viriä (tunne)ärsykeestä suoraan ja yksivivaisesti. Yksilön tulkinta tunneärsykkeen luonteesta ja ärsykkeen esiintymiskontekstin laadusta määrittää sen, millaisen tunteen hän kokee.

Kognitiivisen paradigman mukaan ihmisessä toimii kaksitasoinen – suodatteinen ja kerrosteinen – arviointijärjestelmä, jolla hän arvioi kohtaamansa tunneärsykkeen (Bandura 1992). Primaarisen arvioinnin järjestelmän prosessit ovat erittäin nopeita, evolutionaarisesti määräytyneitä. Siinä arvioidaan lähinnä toimintatodellisuuden muutoksen tuottama uhka arvioitsijan eloonjääntä tai psyykkistä jatkuvuutta kohtaan. Lajinkehityksellisesti varhaiset aivoalueet toteuttavat salamannopean ’tunnekaappauksen’. Evolutionaarisesti määräytyneet käyttäytyminen käynnistyy lainomaisesti ja elimistö virittyy fysiologisesti kohtaamaan muuttuneen ympäristön aiheuttamat haasteet (Goleman 1996). Milloinko – lukijani – olet muuten viimeksi tullut punaiseksi raivosta, vihreäksi kateudesta tai jähmettynyt pelosta paikoillesi ’valkoiseksi lakanaksi’?

Jos tunneärsykkeen primaarinen arviointi ei hälytä eloonjäämisen tai psyykkeen hyvinvointia vaarantavasta ’kopautuksesta’, siirtyy ärsykkeen merkityksen arviointi sekundaariseen järjestelmään. Tiedollisesti tulkitun tunneärsykkeen ilmentämää tilanteen vaativuustasoa vasten peilataan omat resurssit (Jerusalem & Schwarzer 1992, 198). Näin sekundaarisen arvioinnin tuloksena syntyvä tunnepäätelmä ei ole ärsykkeen (eli todellisuuden muutoksen) objektiivisten ominaisuuksien ilmentymä, vaan pikemminkin yksilön subjektiivisten uskomuksien kautta taipuva ja ilmentyvä. Ihminen kykenee siis vaikuttamaan kokemiinsa tunteisiin. Samalla tämä tarkoittaa

myös sitä, että tunteet avautuvat jo kognitiivisen paradigman suhteutuskehityksessä manipuloidavaksi ilmiöksi.

Ihmisen uskomusjärjestelmän muutos muuttaa myös tunnekokemusten laatua (Wilson & alii 1998, 182–185). Näin esimerkiksi ammattiyhpeiden tunteen käynnistävä ärsyke ’kypsy’ ensin yksilön kognitiivisessa järjestelmässä ja virittää vasta sitten tunnetilan (Oakley & Jenkins 1996, 98–103; Varila ja Ikonen-Varila 2002, 35 ja 132–133). Laajentaen päättelyä: ihminen kykenee itse vaikuttamaan tunteisiinsa kognitiivisen työn, vaikkapa mielikuvatyöskentelyn kautta (Toskala 1991, 39–41, Toskala 1997, 55–80 sekä Vuorinen 1990, 67–73). Tämän vuoksi ihmisen tunnekokemusten tiedollista tulkintaa voidaan manipuloida, jopa vääristää.

Kognitiivisen lähestymistavassa tunteet nähdään siis säädeltäviksi tekijöiksi. Tunteita voidaan hallita, tai ainakin manipuloida. ”Oman mielen manipulointi on kuitenkin kyky, joka tekee ihmisestä emotionaalisen olentona ainutlaatuisen. Mielen manipulointi tarkoittaa omien ajatusten, muistikuvien ja päätelmien tahdonalaista ohjaamista niin, että niistä johtuvat elämyslaadut muuttuvat halutunlaisiksi. Vaikka tilanteet olisivat vaikeasti muutettavia, aina voidaan ajatella mukavia asioita, rakennella visioita, etsiä uusia mahdollisuuksia, tehdä asioita itselle selväksi jne.” (Myllyniemi 1991, 363).

Lagerspetz (1992, 105) tarkentaa mielen manipuloinnin keinoiksi uudelleen tulkinnan ohella karaistumisen. Gilligan ja Bower (1984, 580) puolestaan nimeävät tunteiden kontrollistrategioiksi (1) yksilön sisäisen fyysisen tilan säätely (esimerkiksi huumeet), (2) ympäristön manipulointi (vältä noloja tilanteita) tai (3) ajatuksien, mielikuvien ja muistojen säätely. Sitä vastoin ympäristön ärsyketarjonnan manipulointia mielen vaikuttamisen keinona ei ilmeisesti ole arvostettu tarpeeksi (Wilson & alii 1998, 179). Tämä on aikuiskasvatustieteen kannalta hämmästyttävää, sillä aikuisen kyky säädellä sitä, millaisia ympäristöjä hän kohtaa, ei ole aivan vähäinen (vrt. itseään toteuttavat ennusteet).

## KONSTRUKTIVISTINEN PARADIGMA: KULTTUURI SÄÄTELEE TUNNEKOKEMUKSET

”On tärkeämpää tietää miehestä, onko hän työnjohtajana vai aputyöläisenä, kuin onko hän ko-

nepajan vai pellavatehtaan puolella” - toteaa suomalaisen yhteiskuntatutkimuksen suuri historiallinen vaikuttaja Waris (1952,178).

Tunteet ovat konstruktivistisen paradigman mukaan sosiokulttuurallisesti syntyviä ja muuttuvia. “Antropologinen tutkimus, konstruktivisen teoretisoinnin kanssa, osoittaa, että erilaiset tavat puhua tunteista eivät ole yksinkertaisesti vain erilaista metaforista puhetta ‘samasta asiasta’. Tunnekokemuksen elementit (esimerkiksi tunneärsyke, arviointiprosessi jne, lisäys JV) ovat yleismaailmallisia. Sitä vastoin itse tunnekokemukset eivät ole yleismaailmallisia.” (Heelas 1996,192; myös Myllyniemi 1991,64).

Siis yhteisö tai “organisaatiokansalaisuutemme” omistava systeemi on luonut mielenmaamaamme tiedon, milloin 1) voidaan jotakin tunnetta kokea, 2) pitääkö tunnekokemus peittää tai muuntaa, 3) ja jos sen saa ylipäätään ilmaista, niin miten! Näiden tietojen tai paremminkin ‘tietoskriptien koostetta’ kutsutaan tunnesäännöiksi. Esimerkiksi (ammatti)ylpeys on sosiaalinen tunne, johon ihminen voidaan johdattaa, ohjata ja opastaa. Se on tunne, joka voidaan tuottaa esiin valikoivien ympäristövihjeiden avulla tai massiivisen ympäristömuokkauksen avulla. Niinpä ilmaus “meidän on oltava ylpeitä siitä, että saamme olla yritysläisiä” on ihan mahdollinen vaade (vrt. Casey 1995;1999; Gabriel 1999; Kiianmaa 1997).

Tunneteoreettisesti sekä henkilöstön kehittämistieteen näkökulmasta yksilöllisten ja organisaatiokulttuuristen tunnesääntöjen kohtaaminen on erittäin kiinnostava ilmiö. Yksilö oppii perustavat tunnesääntönsä primaarisosialisaatioissa (Varila ja Ikonen-Varila 2002). Toisaalta organisaatioilla on omat tunnekäyttämisen säätelyjärjestelmänsä, jotka ilmentyvät organisaatiokulttuurissa ja ‘talon’ vuorovaikutuksen tapoina. Välittävänä mekanismina on työelämä oppimisympäristönä; ympäristönä, jossa toimiva yksilö on jatkuvasti sosiaalistavan ärsyketulvan kohteena. Mitä tapahtuu kun yksilöllinen ja organisaatiokohtainen tunnesääntöjärjestelmä kohtaavat? Kerrostuvatko järjestelmät? Sulautuvatko ne toisiinsa? Syrjäyttääkö toinen toisen vai onko törmäyksen tuloksena pysyvää psyykkistä räsitusta, henkistä kuormitusta?

Toimitusjohtaja toteaa Helsingin Sanomissa (2.8.1999): “Me olemme kilpailuyhtiö. Joka ikinen päivä meillä mitataan, mitä kukin on tehnyt. Sitä ei kestä, ellei halua olla voittaja. Me palk-

kaamme vain sellaisia ihmisiä, jotka haluavat olla voittajia ja pyrkivät siihen vaikka hampaat irvesä.” Turhaan ei Casey (1999,174–175) totea: “Työntekijöiden minän tehokas valtaaminen (colonization) sekoittaa kunnianhimon samaistumiseen ja uusiutuvaan tuottavuuteen. Monet työntekijät kertovat ylpeänä, etteivät ole koskaan tunteet itseään vihaiseksi töissään... Toiset taas, myös ylpeinä, kertovat muuttuneensa organisaation toivoman luonnehahmon kaltaisiksi.” Casey käyttää kolonialismin käsitettä, joka viittaa osuvasti siirtomaaherrojen suorittamaan ‘ystävällismieliseen ja kehityksen kannalta välttämättömään’ haltuunottoon. Itse puhuisin yksinkertaisesti aggressiosta. Olisiko mahdollista, että suurelta osalta valmius muuttua organisaation toivoman luonnehahmon kaltaiseksi olennoksi selittyy samalla defensiivisellä samaistumisella, joka havaitaan esimerkiksi lentokonekaappauksissa? Identification with the aggressor?!

Konstruktivistisessa paradigmassa painotetaan kielen merkitystä. Kieli on samanaikaisesti toisaalta tajunnan jäsentäjä, toisaalta oppimisen välittäjä. Kielen merkitys tunteiden kokemisen ehtona, tuottajana ja välittäjänä on suuri (Helkama, Myllyniemi ja Liebkind 1998,171) Kieli määrittelee tunteiden määrän ja laadun. Mitä enemmän kulttuurissa esiintyy ‘tunnepuhetta’, sitä arvokkaammaksi tunteellisuus hahmotetaan. Ja sitä useampia koettuja tunteita esiintyy. (Heelas 1996,193-194, myös Averill 1996). Nämä molemmat aspektit näkyvät länsimaisessa kulttuurissa. Miesten kielellinen emotionaalinen itseilmaisu on naisten itseilmaisu kapeampaa. Toisaalta länsimaisessa kulttuurissa naiset ovat kaksoissidoksissa tilanteessa. Heidän odotetaan olevan emotionaalisia, mutta samanaikaisesti heidän arvoaan väheksytään emotionaalisuuden vuoksi. (Landman 1996, Lutz 1996).

Tunteiden kuvausjärjestelmän tarkkuus vaihtelee kielittäin suuresti. Heelasin (1996,192) mukaan kuvausjärjestelmä voi (1) lähes puuttua, (2) esiintyä kohtuullisen tarkkana ja tunteita tai tunnekäyttämisen syitä ulkoistavana (jouduin pahan hengen valtaan, saatana vietteli minut), (3) olla pitkälle kehittynyt ja korostaa sisäistä yksilöllisyyttä (länsimaiset kielet korostavat tunnekokemuksen persoonallisuutta, sosiaaliset suhteet tunnekokemuksen määrittelijänä liudentuvat näkymättömiin) tai (4) olla pitkälle kehittynyt ja korostaa sosiaalista sidettä (tunne on ihmisten välisen siteen ilmaus).Tunteen käsitteellistämi-

nen, kategoriointi ja verbalisointi vaihtelevat kielestä toiseen. Suomen 'tunne' -sanaa vastaavat englannissa emotion, feeling ja sentiment -sanat. Tunteiden ja niiden ilmaisu- ja kytkemisessä toisiinsa esiintyy vaihtelua. Intialainen äiti nauraa kiukuttelevalla pienokaiselleen pilkallisesti; tilannetta tarkkailevasta amerikkalaisesta antropologista se tuntuu oudolta. (Apo 1999, 135; Leavitt 1996, 520; Ylijoki 2001, 247).

Konstruktivistisen paradigman tunnenäkemykseen sopii hyvin jäsentämään monimutkaisia, kompleksisia tunteita, jotka paikantuvat jollain tapaa osaksi sosiaalisen elämän yleistä kudelmaa. Tällaisia tunteita ovat esimerkiksi hämmäntyminen, häpeä, ylpeys ja syyllisyys, joita voidaan kutsua roolinottoemootioiksi tai minätietoisuusemootioiksi, koska ne edellyttävät kykyä tarkkailla omaa käyttäytymistä ulkopuolisen silmin (Helkama, Myllyniemi ja Liebkind 1998, 173). Monimutkaiset roolinottoemootiot syntyvät ensin ihmisten välisissä suhteissa ja siirtyvät vasta myöhemmin yksilön sisäisiksi ilmiöiksi. Kehityksellisesti roolinottoemootion perusta on siis ihmisten välisissä sosiaalisissa suhteissa, jotka vaihtelevat ajan ja paikan mukaan (Helkama, Myllyniemi & Liebkind 1998, 113–114).

Roolinottoemootiot ovat paikallisia, kontekstuaalisia ja kulttuurisidonnaisia tunteita. Niinpä esimerkiksi häpeä ja ylpeys ovat aikansa ja kulttuurinsa tuote. Freudin ajan Wienissä häpeän tunteeseen liittyneet määreet – sosiaalinen kudelma – epäilemättä poikkesivat nykyhelsinkiläisen vastaavasta kudelmosta. Roolinottoemootioiden kulttuurisidonnaisuuden vuoksi ne ovat myös sosiaalisesti muovattavissa eikä tämä asia ole jäänyt organisaation tai henkilöstön kehittämisessä havaitsematta (Kiiänmaa 1997).

## SANOJEN VALTA TUNTEIDEN TAIVUTTAJAKSI – NÄINKÖ MEITÄ KULTTUURI OHJAA?

98

Yhteiskunnalliset rakenteet eivät yleensä ole kovin näkyviä. Niinpä mielen sosiaaliset säätelyjärjestelmät ovat yksilön näkökulmasta sosiaalisesti annettuja ja määräytyneitä. Ne ovat myös vaikeasti havaittavia tai tiedostettavia. 'Kala ei tiedä elävänsä vedessä'. Ihmisen on vaikea havaita, miten hänen tajuntansa nivoutuu osaksi vuosisataisia kulttuurisia pohjavirtauksia. Nimettiin vuosisataisten kultureaalisten pohjavirtausten tuottama mielenjärjestys mentaliteetiksi tai so-

siaaliluonteeksi, niin se on kantajalleen pakottava sosiaalinen tosiasia durkheimilaisessa merkityksessä, pääsääntöisesti tiedostamaton ja luonteeltaan kovin hidasliikkeinen (Allardt 1986; Korhonen 2001, 42–48; Siltala 1996, 155–158; Peltonen 1992,20; Varila 1998, 68–69).

Demosin (1996, 79–82) tutkimuksessa makrotason määräytyneet mielen sosiaaliset säätelyjärjestelmät havainnollistuivat hyvin. Hänen tutkimustuloksenaan nimittäin oli, että 1700-luvun Uudessa Englannissa vakaumuksellisen puritaanin toiminta suuntautui sosiaalisen arvostuksen tunteen ylläpitoon, sekä häpeän ja häpäisyn välttämiseen. 'Kunnian mies' toimi tavalla, jossa sosiaalisen arvostuksen tai häpäisyn kultureaalinen tunnemajakka jäseni tilanteet jo ennakolta. Tämä taas tekee ymmärrettäväksi sen paradoksin, että puritaani oli tehokas ja työteliäs, vaikka määritteli itsensä ulkoahjautuvaksi.

Sosiologinen tutkimus on osoittanut eri aikakausilta periytyvien kultureaalisten kerrosten kykenevän vaikuttamaan samanaikaisesti ihmisen toimintaan. Pärjääminen, selviytyminen ja häpeän välttäminen on itseisarvo, joka tekee mielekkääksi kustannus-hyötyanalyttisesti tarkasteltuna järjettömältäkin vaikuttavan ponnistelun (Ehnrooth 1994, 1995; Kortteinen 1992; Näre 1995; Siltala 1992;1994). Tässä 'järjettömässä' ponnistelussa on syvimmältään kyse elämisen oikeuden lunastamisesta uhrin avulla. Kyse on suuntautumisesta, sellaisen asennoitumisen tavasta, jolla on kovin vähän tekemistä kapitalistisen, kustannus-hyötyanalyttisen ajattelutavan kanssa. Suomalaisten kollektiivisessa tajunnassa vaeltaa kultureaalisenä perussäikeenä protestanttisen etiikan suuntaisesti jäsentynyt selviytymisen eetos, joka on toiminnan arvorationaalinen tunnemajakka. (Kortteinen 1992, 331–332).

Työmarkkinoiden päämäärärationaalinen toiminta rakentuu arvorationaalisen tunnemajakkan varaan: "Parasta on ehkä kysyä, miksi on pakko selvitä. Ainakin on kysymys siitä, että selviytymiseen liittyy jonkinlaisia moraalisia tai eettisiä elementtejä, jotka määrittävät omaa moraalista arvoa, so. kunniaa. Selviytyminen ei ole vain järkevää. Selviytyminen on kunnia-asia. Ellei selviydy, menettää kasvonsa. Juuri tästä tulee näiden tarinoiden voimakas eettinen tai emotionaalinen lataus: näissä tarinoissa ihmiset jäsentävät omaa moraalista arvoaan, kunniaansa." (Kortteinen 1992, 50; ks. myös Kiiänmaa 1997; Siltala 1999; Tuohinen 2000). Täysmittainen häpeä on

tunteista kaikkein sietämättöimpiä – siksi olemme taipuvaisia ajattelemaan `enemmän kuolema kuin häpeä` (Ikonen ja Rechartt 1994, 139). Kunnia, ylpeys ja häpeä – eivätkö ne olekin tunneksitteitä? ”Mies se kasvaa räkänokastakin, vaan ei tyhjän naurajasta” – niinhän se kuulemma on!

## PÄÄTTEEKSI

Ihmisyiden olemukseen ymmärtäminen ilman tunteiden tuntemusta on mahdotonta. Tunteet ovat läsnä kaikessa toiminnassamme, affekteina, emootioina, mielialoina ja taustatunteina (käsitteiden jäsenitys kv. Varila ja Varila-Ikonen 2002, 27–29). Työnilo, työnimu, sitoutuminen toimeen ja tulokseen, velvollisuuden täyttäminen – tunteista ja tuntemuksistahan nuo ilmiöt viestivät. Konstruktivistinen tunteiden tutkimuksen paradigma on ilmeisen sopiva silloin, kun halutaan ymmärtää erilaisten yhteisöjen – vapaa-ajan ryhmät, työporukat ja -tiimit tai asiantuntijayhteisöt – tunnemaailman laatua ja luonnetta. Sosiaalisen yhteisön voima tunnekokemusten muotoajana näkyy siinä, että sosiaalisten roolinottoemootioiden avulla kyetään muokkaamaan, `sisällöittämään`, evoluution ihmiseen valiuttamia tunnetaipumuksia (naturalistisen paradigman perustunteet).

Feministinen tutkimus on osoittanut asiallisesti lauseen: ”antakaa minun tuntea oikein” - kulttuuriset rakenteet suosivat toisia tunteita ja tunteilmauksia toisia enemmän. Lause `antakaa minun tuntea oikein` viestii myös siitä, että ihmisessä on perustunteiden järjestelmä, joka toimii hyvinvoinnin viimeisenä mittana. Siten konstruktivistinen ja naturalistinen tunneteoriat edellyttävät toisensa! Kognitiivinen tunneteoriat auttaa puolestaan ymmärtämään, millaisin mentaalisiin operaatioin biologisesti peritty ja sosiaalisesti annettu kohtaavat. Kriittistä aikuiskasvatustieteellistä tunnetutkimusta tarvitaan, jotta ymmärtäisimme mistä on kyse, kun haluamme olla `innokkaita yhtiöläisiä` tai kun haluamme lisätä henkilöstön organisaatioon samaistumisen astetta.

## LÄHTEET

Allardt, E. (1986). Elämäntapa, harkinta ja muoti ihmisten valintojen perustana. Teoksessa *Kymmenen esseetä elämäntavasta*. Yleisradio, 1–34.

Apo, S. (1999). Alkoholi ja kulttuuriset tunteet. Teoksessa S. Näre (toim.) *Tunteiden sosiologia II. Historiaa ja säätelyä*. Suomalaisen kirjallisuuden seura, 101–144.

Averill, J. (1996). Intellectual Emotions. Harre, R. & Parrott, W. (eds) *The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions*. SAGE: London, 24–39.

Bandura, A. (1992). Self-Regulation of Motivation and Action Through Internal Standards and Goal Systems. Pervin, L. (eds) *Goal Concepts in Personality and Social Psychology*. New York: Lawrence Erlbaum, 19–85.

Cacippo, J. & Gardener, W. (1999). Emotion. *Annual Review of Psychology* 50, 191–214.

Casey, C. (1999). ”Come, Join Our Family”: Discipline and Integration in Corporate Organizational Culture. *Human Relations* 52 (2), 155–177.

Collins, M. (1991). *Adult Education as Vocation. A Critical Role for the Adult Educator*. London: Routledge.

Fiedler, K. (1988). Emotional Mood, Cognitive Style and Behavior Regulation. Fiedler, K. & Forgas, J. (eds) *Affect, Cognition and Social Behavior*. Toronto: C.J. Hogrefe, 100–119.

Fineman, S. (1997). Emotion and Organizing. Teoksessa S. Clegg & C. Hardy & W. Nord (toim.) *Handbook of Organization Studies*. London: SAGE, 543–564.

Fineman, S. (2001). Emotions and Organizational Control. Teoksessa R. Payne and C. Cooper (ed) *Emotions at Work. Theory, Research and Applications in Management*. Singapore: John Wiley & Sons, 219–240.

Fridja, N. (1986). *The Emotions*. Cambridge University Press.

Gabriel, Y. (1999). Beyond Happy Families: A Critical Reevaluation of the Control-Resistance-Identity Triangle. *Human Relations* 52(2), 179–203.

Gilligan, S. & Bower, H. (1984). Cognitive Consequences of Emotional Arousal. In Izard, C. & Kagan, J. & Zajonc, R. (eds) *Emotions, Cognition and Behavior*. Cambridge University Press, 547–588.

Ginsberg, G. & Harrington, C. (1996). Bodily States and Context in Situated Lines of Action. Harre, R. & Parrott, W. (eds) *The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions*. SAGE: London, 229–258.

Goleman, D. (1997). *Tunneäly. Lahjakkuuden koko kuva*. Otava.



- Hedström, P. & Swedberg, R. (1997). Rational Choice, Empirical Research and the Sociological Tradition. *European Sociological Review* 12(2), 127–146.
- Heelas, P. (1996). Emotion Talks across Cultures. Harre, R. & Parrott, W. (eds) *The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions*. SAGE, 171–199.
- Helkama, K. & Myllyniemi, R. & Liebkind, K. (1998). *Johdatus sosiaalipsykologiaan*. Edita.
- Hänze, M. & Meyer, H. (1998). Mood Influences on automatic and Controlled Semantic Priming. *American Journal of Psychology*, 11(2), 265–278.
- Ignatius, E. & Kokkonen, M. (2002). Psykologinen luottamus: riskinottoa ja odotuksia. *Psykologia* 37(6), 500–508.
- Ikonen, P. & Rechartd, E. (1994). *Thanatos, häpeä ja muita tutkielmia*. Yliopistopaino.
- Ikonen, P. (2000). Psykoanalyttisia tutkielmia. Nuorisopsykoterapia-säätiö.
- Izard, C. (1991). *The Psychology of Human Emotions*. New York: Plenum Press.
- Jerusalem, M. & Schwarzer, R. (1992). Self-Efficacy as a Resource Factor in Stress Appraisal Processes. R. Schwartz. (ed) *Self-Efficacy: Thought Control of Action*. Hemisphere Publishing Company, 195–213.
- Johnston, V. (1999). *Why we Feel. The Science of Human Emotions*. Cambridge: Helix Books.
- Kavanagh, D. (1992). Moods, Persistence and Success. *Australian Journal of Psychology* 39(4) 307–318.
- Kiianmaa, A. (1997). *Moderni totemismi. Tutkimus työelämästä, solidaarisuudesta ja sosiologisista verkostoista keskiluokkaistuvassa Suomessa*. Kehityksen avaimet ky.
- Knight, L. (2000). Network Learning. Exploring Learning by Interorganizational Networks. *Human Relations* 55(4) 427–454.
- Korhonen, A. (2001). Mentaliteetti ja kulttuurihistoria. Teoksessa Kari Immonen ja Maarit Leskelä-Kärki (toim). *Kulttuurihistoria. Johdatus tutkimukseen*. Suomalaisen kirjallisuuden seura, 40–58.
- Kortteinen, M. (1992). Kunnian kenttä. Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona. Hanki ja Jää. Lagersptetz, K. 1992. Psykoterapioiden ristiriita. *Psykologia* 27,(2), 100–108.
- Laird, J. & Apostoleris, N. (1996). Emotional Self-Control and Self-Perception: Feelings are the Solution, not the Problem. Harre, R. & Parrott, W. (eds) *The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions*. SAGE: London, 285–301.
- Landman, J. (1996). Social Control of 'Negative' Emotions: the Case of Regret. Harre, R. & Parrott, W. (eds) *The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions*. SAGE, 89–116.
- Leavitt, J. (1996). Meaning and Feeling in the Anthropology of Emotions. *American Ethnologist* 23(3), 514–539.
- Lutz, C. (1996). Engendered Emotion: Gender, Power and the Rhetoric of Emotional Control in American Discourse. Harre, R. & Parrott, W. (eds) *The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions*. SAGE: London, 155–170.
- Myllyniemi, R. (1991). Emotionaalisen elämyksen ongelma. *Psykologia* 26(6), 360–365.
- Newell, S. & Swan, J. (2002). Trust and Inter-Organizational Networking. *Human Relations* 53(10), 1287–1328.
- Näre, S. (1995). *Etnopsykoanalyttisia näkökulmia sukupuolikulttuuriin*. Helsingin yliopiston sosiologian laitoksen tutkimuksia 229.
- Oatley, K. & Jenkins, J. (1996). *Understanding Emotions*. Cambridge: Blackwell.
- Parkinson, Brian. Emotion. Parkinson, B. & Colman, A. (eds) *Emotion and Motivation*. Essex: Longman, 1–21.
- Pitkänen, P. (1988). Ihminen uudistuvassa työelämässä. *Aikuiskasvatus* 8, 4–12.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*. New York: Harper Row.
- Roseman, I. (1984). Cognitive Determinants of Emotion. A Structural Theory. Teoksessa Shaver, P. (ed) *Review of Personality and Social Psychology*. SAGE, 11–36.
- Scherer, K. (1984). Emotion as a Multicomponent Process. A Model and some Cross-Cultural Data. Shaver, P. (ed) *Review of Personality and Social Psychology*. SAGE: London, 37–63.
- Silkelä, R. (1999). *Persoonallisesti merkittävät oppimiskokemukset. Tutkimus luokanopettajaksi opiskelevien oppimiskokemuksista*. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja 52. laitoksen tutkimuksia 121.

- Siltala, J. (1992). *Suomalainen ahdistus*. Otava.
- Siltala, J. (1994). *Miehen kunnia*. Otava.
- Siltala, J. (1996). Yksilöllisyyden historialliset ja psykologiset ehdot. Hautamäki, J. & alii. *Yksilö modernin murroksessa*. Gaudeamus, 117–204.
- Siltala, J. (1999). Sosiologinen ja psykologinen minä: minuus vuorovaikutuksen historiana ja tunnedynaamisena kokonaisuutena. Teoksessa S. Näre (toim) *Tunteiden sosiologiaa II. Historiaa ja säätelyä*. Suomalaisen kirjallisuuden seura, 371–465.
- Toskala, A. (1991). *Kognitiivisen psykoterapi-an teoreettisia perusteita ja sovelluksia*. Jyväskylän koulutuskeskus Oy.
- Tuohinen, T. (2000). Heinäsirkka vai muurahainen? Suomalaisen työhalun psykologisilla juurilla. Teoksessa Tommi Hoikkala ja J.P. Roos (toim). *2000-luvun elämä. Sosiologisia teorioita vuosituhatosen vaihteesta*. Gaudeamus, 238–266.
- Turunen, K. (1991). *Ihmisen ymmärtäminen*. Atena.
- Tähkä, V. (1996). *Mielen rakentuminen ja psyykoanalyttinen hoitaminen*. WSOY.
- Varila, J. (1990). *Itseohjautuvan oppimisen käsitteellistä ja empiiristä tarkastelua*. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskuksen julkaisuja 2.
- Varila, J. (1991). *Näkökulmia henkilöstön kehittämiseen ja henkilöstökoulutukseen. Perusteiden teoreettista ja empiiristä tarkastelua*. Valtion painatuskeskus.
- Varila, J. & Kallio, K. (1992). *Työura, pysyvyys ja muutos*. Valtion painatuskeskus.
- Varila, J. (1998). *Tuuliko tuo työmarkkinakelpoisuuden. Tutkimus työmarkkinakelpoisuuden luennelahmon synnyn ja kehityksen arvoituksesta*. Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 66.
- Varila, J. (1999a). *Tunteet ja aikuisdidaktiikka. Tunteiden aikuisdidaktisen merkityksen teoreettinen ja empiirinen jäljitys*. Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 74.
- Varila, J. (1999b). Oppiva organisaatio – ideologiasta kehittämisen työkaluksi! Teoksessa M. Vanhalakka-Ruoho (toim.) *Kohti yhteistä oppimista. Kannanottoja koulun kehittämiseen*. Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan selosteita 74, 7–30.
- Varila, J. & Viholainen, T. (2000). *Työn ilo tutkimuksen kohteeksi. Mitä uusia tuulia ja virikkeitä työn ilon kokemukset tarjoavat henkilöstön tai organisaation kehittämiseen*. Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 79.
- Varila, J. & Lehtosaari, K. (2001). *Työn ilo – Ahkeruudella ansaittua, sattuman synnyttämää vai oppivan organisaation vaatimaa?* Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 80.
- Varila, J. & Ikonen-Varila, M. (2002). *Ylpeys ja ammattilypeys tutkimuksen kohteeksi. Ylpeyden tunteen teoreettinen ja empiirinen tarkastelu*. Joensuun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 82.
- Vuorinen, R. (1990). *Persoonallisuus ja minuus*. WSOY.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of Happiness*. Dordrecht: D.Reidel Publishing Company.
- Weiner, B. (1992). *Human Motivation. Metaphors, Theories and Research*. SAGE: London.
- Weiner, B. & Graham, S. (1999). Attribution in Personality Psychology. Teoksessa L. Pervin & O. John (toim) *Handbook of Personality*. New York: Guilford Press, 605–628.
- Whybrow, P. (1998). Mielen naamiot. Depressio, mania ja muut mielialahäiriöt.
- Wilson, T. & Gilbert, D. & Wheatley, P. (1998). Protecting Our Minds: The Role of Lay Beliefs. Teoksessa V. Yzerbut & ym (toim). *Metacognition. Cognitive and Social Dimensions*. London: SAGE, 171–201.
- Wong, R. (2000). *Motivation: a biobehavioral approach*. Cambridge Press.
- Ylijoki, O. (2001). Rom Harre. Toimijuus, kieli ja moraalit. Teoksessa Vilma Hänninen, Jukka Partanen ja Oili-Helena Ylijoki (toim). *Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjät*. Vastapaino, 225–252.

#### TUNNEKÄSITTEISTÄ NETISSÄ

Kirjoittajan antamista merkityksistä käsitteille emootio eli tunne (emotion), tunnetila (feeling state) ja mieliala (mood) on taustaa lehden kotisivulla [www.kansanvalistusseura.fi](http://www.kansanvalistusseura.fi) > Aikuiskasvatus > Tärpejä nettilukijalle.