

OIVALLUS

1

10. Ihmisen toiminnalla on biologinen perusta





biologinen

hermosto
geenit
evoluutio

sosiaalinen ja kulttuurinen

sosiaalinen mieli
ryhmät
kulttuuri

psyykkinen

kognitiivinen toiminta
emootiot
motivaatio

Biologinen taso

- hermosto
- geenit
- evoluutio

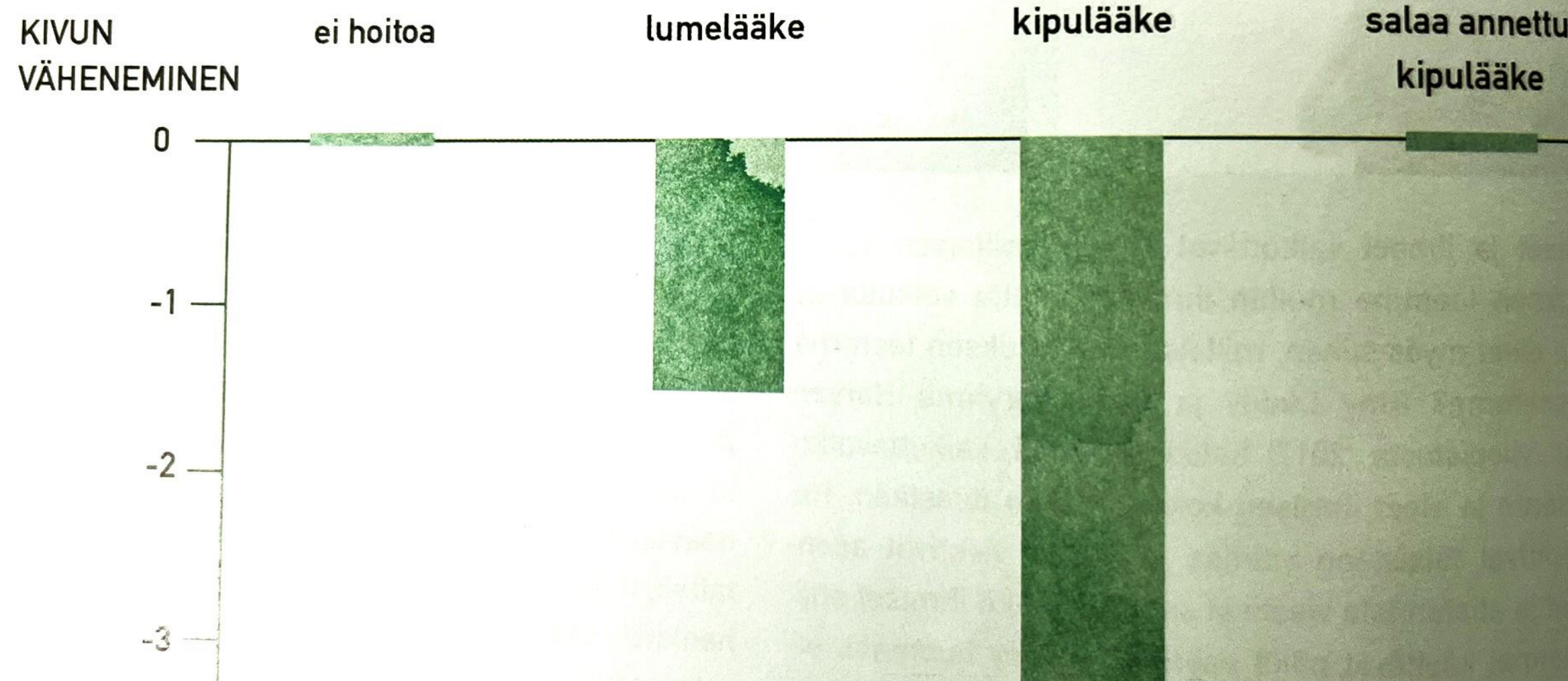
- Keho ja mieli ovat erottamattomasti yhteydessä toisiinsa
 - esim. aavekipu ja lumevaikutus

Keskusteltavaksi

- Parantaako lääke vai luja usko sen toimintaan?
- Voiko kipua oppia säätelemään pelkän mielen avulla?
- Miksi lasten on vaikeampi keskittyä pitkiä aikoja yhtäjaksoisesti kuin aikuisten?
- Muuttuvatko aivot, kun niitä käyttää?

Esimerkkejä lumevaikutustutkimuksista

TUTKIMUSTA LUMEVAIKUTUKSESTA



Tutkimuksessa verrattiin tavallista kipulääkettä saaneita lumelääkettä saaneisiin ja salaa suonensisäistä annettua kipulääkettä saaneisiin, Sekä lumelääke että lääkärin näkyvästi antama kipulääke helpottivat kipua. Sen sijaan potilaan tietämättä annetulla lääkkeellä ei ollut vaikutusta. (Colloca & Benedetti. 2006)

Suomessa on tutkittu polven tähystysleikkauksen yhteydessä lumevaikutusta. Osalle potilaista tehtiin oikea leikkaus, osalla kaikki muut leikkaukseen liittyvät toimenpiteet, mutta polvessa ei korjattu mitään.

Vuosi leikkauksen jälkeen molemmat ryhmät olivat tyytyväisiä polvensa kuntoon. Lumeleikkaukseen osallistuneista 96% valitsisi saman hoidon uudelleen. Oikeaan leikkaukseen osallistuneista 93%.

(Sihvonen et al. 2013)

Mielikuvaharjoitus

- 1. Nouse seisomaan.**
- 2. Nosta käsivarret suoriksi sivuille.**
- 3. Pidä käsivartesi ylhäällä suorina sivuilla ja kierrä itseäsi vyötäröstä niin pitkälle oikealle kuin mahdollista.**
- 4. Katso seinästä piste siitä kohtaa, johon oikean käden etusormi osoittaa.**
- 5. Palauta kädet alas ja katso eteenpäin.**
- 6. Kuvittele tässä asennossa mielessäsi, että teet äskeisen liikkeen kiertäen vartaloasi pidemmälle niin, että oikean käden etusormi ohittaa sen pisteen, johon se äsken osoitti.**
- 7. Tee liike uudestaan (kohdasta 2). Mihin kohtaan oikean käden etusormesi nyt osoittaa?**

Mitä biologinen psykologia tutkii?

Esimerkiksi:

- psyykkisten tapahtumien yhteyttä aivojen toimintaan
- fysiologisten tilojen (nälkä, väsymys jne.) tai hormonitoiminnan muutosten yhteyttä ihmisen kokemuksiin ja toimintaan
- perintötekijöiden ja ympäristön vaikutusta ihmisen toimintaan
- evoluution merkitystä ihmislaajille tyypillisten piirteiden ja käyttäytymistapojen säilymiseen

Evoluutiopsykologia

- **Evoluutiopsykologiassa** tarkastellaan psykologisia ilmiöitä lajinkehityksen näkökulmasta.
- Geneettinen perimä saa erilaisissa ympäristöissä erilaisen ilmeilyn.
- Geneettinen perimä muuttuu hitaasti.
- Ihmisten väliset erot ovat edistäneet ihmislajin selviytymistä.
- Millaisia näkemyksiä evoluutiopsykologialla on parinvalinnasta?



Mietittäväksi

Mitä fyysinen kipu kertoo mielen ja kehon yhteydestä toisiinsa?

Keksikää esimerkkejä!

Etsi tietoa:

Mitä on lumevaikutus? Miten sen voi selittää?

Mitä eettisiä näkökulmia lumevaikutukseen ja sen hyödyntämiseen liittyy?

Millaisia näkemyksiä evoluutiopsykologialla on parinvalinnasta?

Lumevaikutus

Miten lumevaikutuksen voi selittää?

Mitä eettisiä näkökulmia lumevaikutukseen ja sen hyödyntämiseen liittyy?

Tutustu sivustoon

Tutustukaa oheiseen sivustoon ryhmissä.

<http://yle.fi/teos/ihmeellisetaivot/>

Ryhmät tutustuvat johonkin sivuston osioista ja esittelevät sen sitten muille lyhyesti.

Palauta mieleen

- Mitä asioita tarkastellaan silloin, kun ihmisen toimintaa selitetään psykologiassa biologisesti?
- Miten kehon tila on yhteydessä psyykeen? Anna esimerkkejä.