



SUSANNE ÅDAHLIN TUTKIMUS:

ÄÄNTEN VAIKUTUS KUULIJAN TOIMINTAAN JA KÄYTTÄYTYMISEEN

Tämän artikkelin tiedot perustuvat Susanne Ådahlin tutkimusraporttiin Äänten kuulijoiden kokemukset – tuloksia laadullisesta tutkimuksesta. Artikkelin on raportin pohjalta kootun juttusarjan kuudes osa.

Adahlin tutkimuksen mukaan on tyypillistä, että äänet antavat kuulijalleen käskyjä. Käskyt voivat olla yksinkertaisia ja suorasukaisia tai arvioivia toteamuksia henkilön kyvyttömyydestä tehdä jotain. Ne saattavat kielloilla tai kriittisillä kommenteilla estää kuulijan toimimista. Jotkut äänistä saattavat olla niin ylivoimaisia, että ne vievät kuulijan koko huomion ja valtaavat tämän sosiaalista elämää. Äänet voivat tulla väliin, kun ääntenkuulijan pitää keskittyä tai hallita tilannetta. Äänet saattavat kuitenkin myös kannustaa kuulijaa sosiaalisuuteen ja neuvoa tätä päivittäisissä asioissa.

KOKEMUKSIA ÄÄNTEN VAIKUTUSVOIMASTA

Sitaatteja on saatettu muokata selkeämmiksi, mutta sisältöjä ei olla muutettu.

Tutkimuksesta poimittuja kokemuksia:

“Äänet aika paljon käskee mua tekemään asioita. Kun mulla oli oikein paha olla, niin ne käskee mun kuolla. Silloin kun mulla on vähän vähemmän paha olo, niin ne käskee esimerkik-

si että ‘mene syömään banaani’ tai ‘nouse seisomaan tuolilta’ tai joskus ne sanoo että ‘et saa istua tuolille et sun pitää istua lattialle, koska sä et oo tarpeeksi hyvä ihminen istuaksesi tuolilla.’”

- nainen, 38v

“Ne [äänet]oli kuitenkin niin voimakkaita ja niin todellisia et ne vei kerta kaikkiaan mukanaan. Mä en pystynyt sen kahden kuukauden aikana oikeastaan tekemään mitään. Kävin mä muistaakseni kerran kirjastossa uusimassa lainoja, mutta se äänten kuulemisen tila on jotenkin niin omituinen tila sillä tavalla että mun äänet ei oo koskaan käskeneet tekemään mitään. Jos lääkitys ei oo kunnossa, niin ne on niin voimakkaita, ja ne vaatii niin paljon huomiota et niihin menee mukaan, siihen maailmaan.”

- nainen, 42v

“Ääni sanoi että kirjoita suurvaltojen presidenteille. Sillä ne tarkoitti, että mun pitäisi kirjoittaa tarina tai raportti siitä, mitä olen kokenut, äänten aiheuttamaa kidutusta ja kaikkee sellasta, et se on ‘sound waves’, mutta ne kirjoitukset joutuivat roskikseen. Sitten tuli rankemmat ehdot, kun piti kirjoittaa naapurimaahan, sekä Kremliin että Washingtoniin. Äänet ovat olleet

pilkkaavia ja ehdottaneet, että pitäisi itsemurha tehdä tai tappaa jonkun, aikaisemmin siis. Ne ovat sanoneet että 'tee sitä, tee itsemurha' ja jotain sellaista, 'et se on syntiä'. Säännöllisin väliajoin toistuu se et 'se on syntiä juoda viiniä' ja sen semmoista. Olen lopettanut tupakanpolton ja olen lopettanut alkoholinjuonnin."

- mies, 65v

"Jos mä oon kaupassa ja mietin, että ostanko vai enkö osta jotain paitaa, niin se tulee se ääni sieltä sitten. Sitten jopa tein joskus tahallani niin, että kysyn ääneltä ja odotan kunnes se on myönteinen, että saan sen paidan ostettua. Se ääni neuvoa, myötäilee tai neuvoa tai kieltää. Se, missä se eniten häiritsee on jos oon ostamassa jotain ni herran jumala siinä alkaa ääni sanoo, et 'osta tää', ni onhan se vähän raivostuttavaa, kun ei tiedä sitten oikeasti et tarvitsenko vai enkö tarvitse kun äänet puhuu noin."

- nainen, 41v

"Menin vessaan ja huomasin, että voi hitto vie et toi silitysrauta on nyt tuossa. Äänet rupes sanomaan, et nyt otat sen laitat seinään, poltat, teet näin ja näin ja näin. Äänet antaa mulle hirveen selkeitä ohjeita että mitä pitää tehdä. Saat-
taa antaa sellaisia ohjeita, että pystyn ihan tarkalleen tekemään niin. Kuinka kauan pidät sitä siinä ranteilla, et lasket viiteen. Tosi tarkkaan. Silloin sanoin äänille, et en tee."

- nainen, 27v

DIALOGI ÄÄNTEN KANSSA

Jotkut tutkimukseen osallistuneista äänten kuulijoista ovat onnistuneet kehittämään ääniinsä keskustelullisen suhteen, ja pystyvät jopa säättämään aikoja, jolloin äänet saavat luvalla tulla. Osalle ääniä kuulevista äänten kanssa keskustelu muistuttaa tosielämän ihmisten kanssa keskustelua.

"Mie vähän aikaan käyn sellasta vuoropuhelua niitten äänien kaa ja siin keskustellaan päivän tapahtumista, ja sit ne aina ohjaa minua nykyisellä tiellä minkä mie oon valinnut."

- mies, 55v

Osa tutkimuksen ääniä kuulevista koki vaikeaksi äänten kanssa keskustelun. Äänet eivät välttämättä halua puhua ääniä kuulevalle, tai

ne voivat kieltäytyä yrityksestä käydä dialogia. Yrittäminen voi olla väsyttävää ja vaikeaa, jos kuulija ei saa vastausta, tai äänten käyttämä kieli on epäselvää. Tutkimuksen mukaan äänten vastustelu ja rajojen asettaminen on vaikeaa monelle ääniä kuulevalle.

"Joidenkin äänten selkeä tarkoitus on muuttaa ääniä kuulevan käytöstä kommentoimalla kriittisesti henkilön käytöstä, valintoja ja ajatuksia. Äänet ovat arvioivia väitteitä ja käskyjä, jotka painostavat kuulijaa tottelemaan. Kuulijat voivat totella ja usein myös vastustavat, joskus jopa puhuvat takaisin kovaan ääneen tai yrittävät rajoittaa valtaa, jota äänet käyttävät heitä kohtaan. Näiden tuomitsevien väitteiden tarkoitus on muuttaa ääniä kuulevan käytöstä ja muokata sitä, millainen hän on ihmisenä. Vaikka väitteet ovat usein kriittisiä ja negatiivisia, niiden tarkoitus on opastaa henkilöä muokkaamalla tai korjaamalla hänen käytöstään. Joskus tämä korjaus nähdään häiritseväenä tai pelottavana, kun äänet kritisoivat tai uhkailevat henkilöä, mutta se voi myös olla henkilökoh-
taista kehitystä tukevaa niissä tapauksissa, kun äänet toimivat oppaina tai kumppaneina, jotka haluavat auttaa ääniä kuulevaa oppimaan lisää itsestään," Ådahl kirjoittaa raportissaan.

ÄÄNTEN MUUTTUVA LUONNE

Enemmistö tutkimukseen osallistuvista kertoo, että äänten luonne vaihtuu ajan mittaan. Osa heistä uskoo muutoksen johtuvan omien käyttäytymismallien tai suhtautumisen muuttumisesta. Myös lääkitys tai ympäristön muutos voivat muuttaa äänten luonnetta.

Äänten muuntumisessa positiivisemmaksi voi kestää vuosia. Äänet saattavat myös kasvaa ja kehittyä yhdessä ääniä kuulevan kanssa.

"Kun 2011 aloin olla julkisuudessa äänistä, niin aika nopeasti äänet muuttuivat positiivisemmaksi ja ikävimmät äänet jäivät pois. Se yhteys oli hyvinkin selvää. Tilanteissa, joissa olin ennen pelännyt ja oli tullut ilkeitä ääniä niin tulee nykyään 'älä pelkää', ja 'minä rakastan sinua'. Ilkeät äänet ovat harventuneet ja lähteneet melkein kokonaan pois. Se että puhui äänistä johti parempaan kommunikointiin äänien kanssa."

- mies, 40v

Juttusarja jatkuu tulevilla jäsenlehdissä. ■