

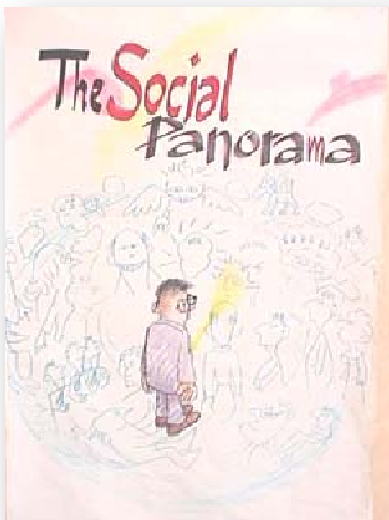
Suhde, ihmisen sosiaalinen mielenkartta

Sosiaalipanoraamamalli eli lempinimeltään sospan muotoutui tutkimuksesta, jonka sosiaalipsykologi Derks teki ihmisen ei-tietoisesta sosiaalisesta käsityksestä: miten ihmiset mieltävät itsensä ja toiset tiedostamattomasti?

Ydinkysymyksenä oli: minkälainen sosiaalisen maailman rakenne on? Onko olemassa jonkinlainen kartta, jota me ihmiset käytämme, voidaksemme löytää suuntamme kaikkien ihmisten joukossa? Kävi ilmi, että kartta olikin miellevaruudessa oleva rakenne – ei-tietoinen maisema, jossa itseä ympäröi eri etäisyyksillä olevat mielikuvat muista ihmisistä.

”Kun ihmiset puhuvat ongelmallisista suhteistaan, kuulija voi helposti eksyä, koska suhteet ovat usein monimutkaisia ja jopa vaikeita.” Lucas Derks selventää mallinsa tarkoitusta: ”Ihminen ilmentää itseään runsain sanakääntein, jotka koostuvat lauseiden pätkistä ja ovat usein ristiriitaisia keskenään. Johtopäätöksenä voi sanoa, että ihmissuhdeongelmista on vaikea keskustella sanallisella tasolla. Jos katselet samaa ongelmaa mielen kuvina, se muuttuu helpommaksi. Yksi kuva voi kertoa tuhat sanaa. Sospanin ensisijainen hyöty terapeuteille ja coacheille on, että se yksinkertaistaa heidän työtään. Nyt on ainoastaan tiedettävä MISSÄ kohtaa miellevaruudessa mielikuva ihmisestä sijaitsee suhteessa siihen missä ihminen itse sijaitsee. Heti sijainnin löydyttyä on usein helppo diagnosoida ongelma ja löytää siihen tarvittavat interventiot.”

Sosiaalipanoraama mahdollistaa monimutkaisten ihmissuhdeongelmien käsittelyn ymmärrettävästi. Asiakasta autetaan löytämään omat ratkaisunsa käyttämällä hyväksi sosiaalipanoraamamallin rakennetta.



Mikä Social Panorama Model?

Jokainen ihminen mieltää ihmiset mielessään ja näiden mielikuvien miellepiirteisiin hän liittää merkityksiä suhteidensa laadusta. Samalla tavalla ihminen luo mielikuvansa perheenjäsenistään ja tekemällä näin hän määrittelee myös perhesiteensä. Nämä mielteet eivät ole muistikuvia ihmisistä vaan tiedostamaton mielle hänen suhteistaan.

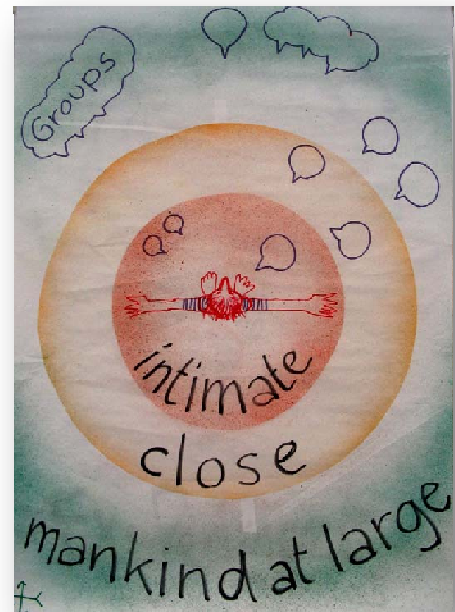
Ihminen tarvitsee psyykkisen kartan, mielenkartan, voidakseen elää sosiaalisessa maailmassa. Ollakseen käyttökelpoinen kartan on oltava yksinkertainen mielikuva alati muuttuvista sosiaalisen elämämme tapahtumista. Sosiaalisen kartan riittävän yleistetty, yksinkertainen ja käyttökelpoinen taso ilmaistaan hyvin sanalla ”suhde”. ”Suhde” on oma käsitys, abstrakti, meneillään olevasta vuorovaikutuksen ketjusta.

Sosiaalipanoraamamalli, The Social Panorama Model, on työväline tiedostamattomien sosiaalisten systeemien, ajattelu kuvioiden, tutkimiseen ja niiden muuttamiseen. Mallin avulla voidaan parantaa kaikenlaisia ihmissuhteita ja ratkaista yksilöiden ja ryhmien välisiä vuorovaikutusongelmia. Sosiaalipanoraamamalli on tulos ihmisten mallittamisesta, tulos tiettyjen, tässä sosiaalisten, subjektiivisten, omakohtaisten kokemusten tutkimisesta tarkoituksena tunnistaa maailmanlaajuisia, kulttuurisia ja henkilökohtaisia kuvioita. Tutkimuksen kohteena on ollut useita satoja ihmisiä. Lucas Derks teki viitisen vuotta mallitustutkimuksia ja julkaisi niistä ensimmäisen kirjansa vuonna 1998, The Social Panorama Model – Social psychology meets NLP. Sittemmin hän on jatkanut tutkimuksiaan mallittaen asiakkaitaan ja kirjoittanut useita artikkeleita ja kirjoja hollanniksi, saksaksi ja englanniksi.

Ihmisen sosiaalinen panoraama voidaan määritellä henkilön sosiaalisten mielteiden summaksi. Sosiaalipanoraamassa ihminen itse on keskellä ja kaikki merkitykselliset ihmiset ovat siinä ympärillä kuvattuina omilla sijaintipaikoillaan. Sosiaalipanoraaman yleisin muoto muistuttaa lähinnä laajaa panoraamamaisemaa, jossa henkilö itse, kinesteettinen minä eli tunne itsestä, sijaitsee keskustassa, paikassa, mistä näkee, kuulee ja tuntee joka suuntaan. Tämän keskeisen paikan ympärillä sijaitsevat ihmiselle olennaiset mielteet yksilöistä ja ryhmistä. Sosiaaliset mielteet eli kokemukset voidaan sijoittaa mihin tahansa ihmistä ympäröivään sosio-mielleavaruuteen, mutta useimmat ihmiset liittävät rajatun merkityksen ilmansuunnille: vasemmalla, oikealla, ylös, alas, eteen, taakse, aivan kuin heidän ”sosiaalinen käyttöjärjestelmänsä” tiedostamatta luokittelisi nämä mielteet. Välimatka näihin sosiaalisiin miellicuviin vaihtelee samoin niiden koko, värit ja kirkkaus. Jokaisella ihmisellä on oma merkityksensä sijaintipaikoille; suunnan ja etäisyyden lisäksi horisontaalinen ylös - alas. Yleensä dominoivat henkilöitymät ovat ylempänä kuin itse. Myös kuolleet sijaitsevat eniten ”taivaassa”. Saadakseen luotettavaa tietoa henkilön sosiaalipanoraamasta teetetään tietynlainen miellicuvaharjoitus aivan ensimmäiseksi. Sen avulla ohjataan ihminen tiedostamattoman ”sosiaalinen käyttöjärjestelmänsä” puolelle ja varmistetaan maantieteellisten sijaintien pois jääminen. Käsite sosiaalinen käyttöjärjestelmä viittaa tässä ihmisten tiedostamattomalla tasolla oleviin sosiaalisiin kognitiivisiin kykyihin, (sosiaaliseen älykkyyteen), joita he eivät pysty kuvittelemaan ja jotka nousevat esiin sosiaalipanoraamamallissa. Ihminen kommunikoi sijainneista neljällä eri tavalla: nimetyt suhteet (kirjallisessa merkityksessä: ex-mieheni, olen ystäväsi), puhutut sijainnit (hän on yläpuolellani tai hän on vierelläni), näytetyt sijainnit (eleet ja katseet) ja suhteisiin liittyvät vertauskuvat (olemme kuin kissa ja koira, olemme kuin siamilaiset kaksoset).

Sosiaalisen panoraaman taustaoletuksia

Mallissa on NLP:n kanssa yhteneväiset taustaoletukset ja niiden täydennykseksi neljä lisää. Mallin taustaoletuksista ensimmäinen ja merkityksellisin on: **Suhde on yhtä kuin sijainti**. Sijainnilla tarkoitetaan sijaintia mielleavaruudessa minne henkilö on projisoinut jonkun toisen. Tuo sijainti ratkaisee suhteen kokemuksellisen laadun ja sitä muuttamalla suhde toiseen muuttuu. Sijainti ei ole maantieteellinen sijainti vaan tiedostamaton sijainti omassa mielleavaruudessa. Sijainneista on tutkimusten mukaan löydetty yleisimmät suuntaa antavat merkitykset, joiden avulla ohjaaja voi ehdottaa muutoksen suuntaa, mutta ihminen on kokemuksensa asiantuntija tässäkin ja oma kokeminen on tärkeä tieto sijainnin muutoksen merkityksessä. Sijainnin ekologisuus on aina tarkistettava, myös muutoksen jälkeen. Henkilöitymiä voi siirtää ainoastaan muuttamalla niiden sijaintipaikkaa tai antamalla niille voimavaroja.



Mallin toinen taustaoletus on: Sosiaaliset mielteet muodostavat ainutlaatuisen mielen rakennelmien luokan jota kutsutaan henkilöitymiksi. Kaikki ihmisen luomat henkilöitymät ovat osia hänestä itsestään, NLP:n olettamassa persoonallisuuksien osien merkityksessä. Sosiaalipanoraaman kolmas taustaoletus on, että nämä henkilöitymät hallitsevat vuorovaikutusta. Neljännessä oletetaan että henkilön sosiaalinen panoraama on ensisijainen mielle hänen suhteistaan – muutos sosiaalipanoraamassa muuttaa väistämättä kyseessä olevan ihmissuhteen.

Teksti Marja-Leena Savimäki, kuvat Lucas Derks.