

## Motivoiko joulunumero?

**K**un tämänvuotisen joulunumeron toimitus pohti numeron aihetta keväällä, mielenkiintoisimmalta ja tärkeimmältä kuulosti motivaatio. Siksi tämä lehti käsittää parikymmentä kirjoitusta, jotka kaikki joko kertovat motivaatiosta tai ainakin sivuavat sitä. Joulunumeron toimitus jakoi kirjoitukset ajatuskulkujensa mukaan neljään ryhmään.

### Oppimisen ja tutkimuksen ikuinen innostus

*Bengt Holmström: Some lessons from US higher education*

Holmström on käynyt koulua ja kirjoittanut ylioppilaaksi Munksnäs Svenska Samskolanis- sa Helsingissä. Hän siirtyi varhaisessa vaiheessa Yhdysvaltoihin, jonka eri yliopistoissa hän on toiminut pääosin taloustieteen tutkijana ja opettajana 40 vuoden ajan, viimeksi Massachusetts Institute of Technologyssa (MIT) Bostonissa. Hänelle myönnettiin sopimusteorian kehittämistä ensimmäisenä suomalaisena taloustieteen Nobelin palkinto vuonna 2016.

Vastatessaan kysymykseen siitä, mikä tekee Yhdysvalloista niin houkuttelevan eri maiden opiskelijoille ja tutkijoille hän samalla rikkoo vallassa olevia myyttejä. Päinvastoin kuin yleisesti luullaan esimerkiksi opetuksessa on tiukka kuri – niin oppilaalla kuin opettajallakin. Holmström selvittää myös, mitä hyötyä on yhden oven politiikasta ja miten opiskelijan lisäksi myös opettajan on tiukasti paneuduttava oppilaidensa opiskelun tukemiseen.

*Matti Korppi: Karsintakurssi kesällä 1968 – ali- vuokralaisena taiteilijakoti Lallukassa*  
Helsingin keskustassa sijaitsevassa ateljeessa oli kylpyhuone, jossa Korppi menestyksellisesti

pänttäsi lääkikseen pääsyyn tarvittavat tiedot – Euroopan suurten muutosten ympäröimänä. Hän muistuttaa meitä siitä, kuinka taiteilijalla ja tutkijalla on yhteinen motiivi, innostus uuden löytämiseen.

*Juha Pekka Turunen: Miksi oppiminen on tärkeää koko lääkärin uran ajan?*

Turunen vastaa otsikkonsa kysymykseen: asiantuntijuus vaatii itsensä kehittämistä. Miten, se selviää tekstistä. Hän kertoo meille uuden oppimisen kulmakivet ja päätyykin lopuksi kysymään, mikä voisikaan olla oppimista haus- kempaa.

*Marika Toivonen: Mistä on pienten fagotistien motivaatio tehty?*

Kun perheessä keskustellaan musiikista ja mahdollisen soittimen hankkimisesta lapselle, tämä juttu antaa monta hyvää vinkkiä – sekä puolesta että vastaan. Soitonopettajan toivelista ihanneoppilaan piirteistä on looginen: ihanneoppilas on innostunut soittamisesta. Vanhempien viisas tuki soittamisessa ja soittimen valinnassa on tärkeää, tietenkin lapsen omaa kantaa unoh- tamatta. Kirjoitus on erinomainen oppitunti fagotista ja sen ominaisuuksista.

*Jussi Merenmies ja Petri Kulmala: Minustako Lääkäri – miksi lääkikseen haetaan ja kuinka opintoihin motivoitutaan?*

Jonkinlainen sisäänpääsyvalintamenettely on Euroopan useimmissa yliopistoissa tavallisinta. Kirjoittajat ovat olleet mukana suunnittele- massa ensimmäistä lääkiksen valtakunnallista yhteisvalintaa maamme viiteen yliopistoon. Seuraava valintamenettely otetaan käyttöön jo vuonna 2020.

*Kirmo Wartiovaara ja Anu Wartiovaara: Tutkijan motivaatio*

Wartiovaarat pyrkivät selvittämään, miten DNA-molekyylit ja mitokondriot vaikuttavat soluissa ja kudoksissa sekä miten niiden toimintavirheet liittyvät eräisiin sairauksiin. He antavat vastauksen siihen, mikä saa ihmisen tutkimustyössään kyselemään yhä uudelleen ”miksi”. Onnistuneesta tutkimuksesta saatavaa tunnetta he kuvaavat ihastuttavalla tavalla.

*Anna-Maria Hiltunen ja Johanna Savikko: Henkilöstön motivointi optimoi toipumista leikkauksesta*

Suomessa on 1970-luvulta lähtien kotiutettu potilaita pienehköjen leikkausten jälkeen samana tai seuraavana päivänä. HUS:n maksakirurgisessa yksikössä on moniammatillista uutta hoitoprotokollaa sovellettu myös suuriin maksaleikkauksiin. Henkilökunnan sitouttamisella on iso merkitys.

## **Autuaat intohimot**

*Pekka Mustonen ym.: Lääkärin puolisonvalinta*  
Joulunumeron toimitus päätti tänä vuonna tutkia lääkärin pariutumiseen liittyviä motiiveja internetkyselytutkimuksella. Kyselyyn saatiin noin 1 300 vastausta, joista voitiin tunnistaa toistuvia puolisonvalintakeinoja ja -motiiveja.

*Jyrki Korkeila: Odysseian motiivi*

Odyssia eli harhaileminen näyttää liittyvän elämäämme mitä erilaisimmissa muodoissa. Korkeila nojaa monen tutkijan ja kirjailijan ajatuksiin motivaatiota tarkastellessaan. ”Emootiot toimivat oppimisen työkaluina ja samalla rakentavat psykologista immunitettiamme, jotta tulisimme toimeen sattumusten ja kuolevaisuuden maastoissa.”

*Seppo Meri: Itikoiden intohimot*

Hyttynenkin on eläinlaji, jossa naaraat ovat parisuhteessa yliverkaisia. Kirjoituksesta selviää myös, miksi vain naarashyttysset imevät verta. Opimme lisäksi, miksi hyttysverkko on suppilomallinen ja nimetty Madonnaksi. Entä mikä on hyttyskatiska ja onko sillä tulevaisuutta?

*Iiro Hirvensalo: Mikä panee lämmittämään höyryveturia kolmelta aamulla?*

”Pyöreitä vuosia” juhlietaan milloin minkäkin kaavan mukaan. Hirvensalo kertoo oman tapansa sekä sen, miksi kannatti käydä höyryjunalla itäisen naapurin puolella. Tämän luetuaan jokainen ymmärtää, miksi muusikko valmistelee väitöskirjaa höyryveturista.

*Leena Lindgren: Roozemanit ja majoneesi*

Elämän vanhimpia totuuksia on, että palvelus ja vastapalvelus ovat toimiva tapa. Tarjoamalla saman perheen kolmelle nuorelle soittajalle erikoisen mieleenpainuvan ruokanautinnon Lindgren sai heidät suostuteltua toivottuun kotikonserttiin. Raha ei aina ratkaise.

*Juhani Knuuti: Miksi pysyn somessa, vaikka se turhauttaa?*

Ansoitunut lääketieteellinen tutkija perustelee, miksi hän kirjoittaa blogeja, joissa hän korjaa viestimissä esiintyviä virheellisiä terveysväitteitä. Vuoden 2017 Duodecimin tiedottajapalkintoa ei myönnetty hänelle turhaan. Toivottavasti tämä innoittaa muitakin lääkäreitä ja lääketieteen tutkijoita nousemaan valeutisia vastaan.

## **Itsensä voittaminen**

*Jan-Henry Stenberg: Motivaation psykologiaa*

Persoonallisuuspiirteiden mallin esittelyn jälkeen saamme seurata mielenkiintoista terapia-kuvausta. Meidän kannattaakin kysyä itseltämme, mistä olemme todella kiitollisia. Omien kokemuksiensa perusteella Stenberg kertoo, miksi psykologin tehtävien suorittaminen on parhain lahja itselle ja muille.

*Pekka Mustonen: Mikä kumma meitä motivoi?*

Sekä eläimillä että ihmisillä tehdyt tutkimukset viittaavat siihen, että jonkin tehtävän suorittamisesta luvattu palkkio ei välttämättä pidemmän päälle ole paras mahdollinen motivaatio. Otsikon kysymykseen lukija saa tunnettujen tutkijoiden selkeitä vastauksia.

*Matti O. Huttunen: Masennus ja motivaatio*

Elämään esitetään kuuluvan kuusitoista perusmotiivia. Huttunen kertoo kokeneena psykiat-

rina lohduttavasti, miten masentuneelle ominaista motivaation puutetta voidaan eri tavoin hoitaa tai ainakin helpottaa.

*Tuomo Karila: Urheilumotivaatio*

Valtaosa suomalaisista on kiinnostunut huippu-urheilijoidemme menestyksestä. Kilpaurheilijan päämäärä on voittaminen. Miten se saavutetaan, miten pysytään huipulla ja mikä on valmentajan rooli? Entä jos voittamisen halu muuttuu häviämisen peloksi? Karila pohdii myös, mikä ajaa urheilijan rikkomaan pelisääntöjä voiton saavuttamiseksi. Kilpailu-uran jälkeen on tärkeää löytää elämiseen uudet motivaatiot, jottei harmaa arki tapa.

## Kuolemanpelko

*Sari Castrén, Heikki Mäkisalo ja Hannu Alho: Mikä saa juomisen loppumaan?*

Yli tuhat ihmistä kuolee Suomessa vuosittain alkoholimaksasairauteen. Kirjoittajat esittävät rankan juomisen tunnusmerkit sekä juomi-

seen liittyvät vakavat terveyshaitat ja kuolemat asiantuntevasti. Lääkärin rooli on tunnistaa ongelmakäyttäjä ja motivoida hänet tulokselliseen hoitoon, joka joskus on maksansiirto. Kirjoitus on hyvin ajankohtainen erityisesti niille, joiden juominen huipentuu pitkien viikonloppujen ja muiden vapaapäivien kuten joulun yhteydessä.

*Pekka Nieminen ja Anni Virtanen: Miten motiivoida kansalaisia syöpäseulontoihin?*

Pitkään ajateltiin, että Suomi on sairauksien seulontojen luvattu maa. Onko näin? Kirjoittajat käsittelevät pääosin naisten syöpien seulontaa. Käynnissä olevat seulonnat vähentävät kuolleisuutta ja ovat myös kustannusvaikuttavia. Saavutettavista hyödyistä huolimatta moni ei halua joukkotarkastuksiin osallistua syistä, joita kirjoituksessa esitetään. Tuoreimpia seulottavia ovat suolistosyövät, joita seulotaan niin miehiltä kuin naisiltakin. ■

KRISTER HÖCKERSTEDT, JOHANNA AROLA,  
LEENA LINDGREN, PEKKA MUSTONEN,  
HEIKKI MÄKISALO ja LAURI SAARELA



Takarivissä vasemmalta Heikki Mäkisalo, Lauri Saarela ja Pekka Mustonen, eturivissä vasemmalta Leena Lindgren, Krister Höckerstedt ja Johanna Arola.