

# Att se sig själv i den andre – social känslighet och social responsivitet – två bortglömda mänskliga egenskaper

av Bengt-Åke Wennberg

Franz de Waal konstaterar i sin bok "Empatins tidsålder" [1] att våra sinnen inte är så begränsade av naturlagarna som man trodde under upplysningstiden. Vi har exempelvis genom det som kallas spegelneutroner en förmåga att se oss själva i andra. Denna förmåga gör att vi kan kopiera andras handlande och känna vad de känner.

Det är en sublim känsla att förstå att andra förstår vad jag förstår. Att andra ser vad jag ser. Att andra känner att jag känner vad de känner. Denna sublimes känsla driver fram en önskan om att skapa ömsesidighet och därmed också samarbete. Allt detta sker omedvetet. Vi kan därför drabbas av känslor och insikter som egentligen inte tillhör oss själva, utan som så att säga kommer från andra individer i systemet.

Förmågan erbjuder oss människor en nästan omedelbar överföring av en känslomässig identifikation på avstånd. När lindansaren missar med foten känner man som åskådare bokstavligen hans oro i hela kroppen. Det är denna insikt om andras situation och tänkbara framtid som ingår i det mänskliga "flockbeteendet". Frustration, upprördhet över orättvisor, ilska över kränkningar etc. är exempel på sådana känslor, som genom denna unika förmåga genereras i oss.

Orsakerna till denna sociala responsivitet är helt oförståeliga enligt en naturvetenskaplig logik och har därför systematiskt missförstått och givits olämpliga förklaringar. Dessa olämpliga förklaringar ligger bland annat till grund för de grundantaganden som styr hela vårt ekonomiska tänkande. I praktiken och i vardagslivet är emellertid både social känslighet och social responsivitet väl kända av oss alla [2].

Flera författare och sentida sociologer och psykoterapeuter konstaterar att denna egenskap – som de Waal kallar empati – ger upphov till mycket djupa och komplexa samarbetsmönster som människan genom evolutionen har utvecklat till fulländning. Med hjälp av de flockegenskaper som evolutionen gett oss överglänser människan alla andra djurarter.

Vi avstår från användning av begreppet "empati" då förmågan att se sig själv i andra inte bara är en fråga om medkänsla eller sympati. För mig som elektriker är det mera relevant att likna denna förmåga med induktion och resonans. Känslomässiga reaktioner "smittas" både genom att generera nya reaktioner (induktion) och återskapa samma reaktioner (resonans) hos andra. Vi kan exempelvis bli starkt känslomässigt upprörda av orättvisor även om vi inte själva drabbas av dem.

Att se sig själv i andra är primärt en känslomässig färdighet. Enligt Richard Sennet [3] kan denna förmåga bäst liknas vid förmågan att lyssna på och spegla andra musikanter spel i en orkester. Utan att man har förmåga att lägga märke till vilka olika fraseringar och tempo de andra väljer så kan man inte framgångsrikt vara med att skapa musik. Orkesterspelandet är en förmåga som måste övas upp.

Eftersom förmågan att se sig själv i andra är viktig för artens överlevnad har det varit viktigt för arten att "belöna" de tillfällen då man tillsammans med andra kan öva denna förmåga. Därför har naturen gjort sociala samspel och möjligheten att med sin fantasi leva sig in i andras öden meningsfulla och njutningsfulla för oss människor – exempelvis i drama och teaterföreställningar och spel och lek. Vi njuter av dem på samma sätt som många njuter när de sjunger i kör.

Förmågan att se sig själv i andra är särskilt viktig för att klara samspelet med andra. Vi litar på varandra då att vi intuitivt uppfattar att den andre "förstår oss" och är vänligt inställda till oss – det vill säga inte ser oss som fiender. Därför blir möten där man kan "vara sig själv" och ändå känna sig accepterad så värdefulla – inte bara för en själv utan också för de andra. Därför blir också grundtanken om den konkurrensens betydelse så naiv och missriktad i den ekonomiska teorin.

Att se sig själv i andra är den primära förmågan. För att denna förmåga skall vara till nytta i vårt samspel med andra måste den emellertid utvecklas och ge oss en allt bättre förståelse för hur olika reaktioner uppstår i oss själva och i andra och hur andra kan uppfatta vårt eget beteende mot dem. Michael Tomasello [4] talar därför om att vi dessutom har *sociokognitiva förmågor* som gör det möjligt för oss att allt bättre avläsa och delta i sociala samspel.

Erfarenheterna av tillfällen av närhet och ömsesidighet är så starka att de skapar en alldeles särskild motivation att försöka återskapa dem. Denna motivation kallar David Stern [5] för intersubjektiv motivation. När vi inte förstår varandra drivs vi enligt honom att försöka överbrygga klyftan. På samma sätt som all annan inre motivation som vi drivs av så förstärks denna av att vi lyckas men trubbas av om vi misslyckas.

Var och ens personliga erfarenheter av kontakter med andra skapar då en känslighet gentemot andra. Frånvaron av denna känslighet hos andra uppfattas som ett tecken på att de är avståndstagande och potentiellt fientliga. Barn känner exempelvis intuitivt vilka vuxna de kan lita på, dvs. är känsliga för deras reaktioner och signaler, och vilka man skall vara försiktig med. Därmed uppstår också den negativa sidan hos dessa egenskaper. Vet man om hur man kan göra för att skapa inre bilder hos andra så kan man manipulera och dominera dem, vilket är väl känt i dagens reklamstinna värld.

Många av de beslut och direktiv som i dag utfärdas av politiker, staber och ledningar saknar – genom att de utformas som opersonliga, byråkratiska eller hierarkiska "statements" – helt och hållet tecken på den känslighet som skulle göra att deras medarbetare kände sig trygga med dem. Då uppstår mot en sådan ledning misstroende och tillitsbrist.

Förmågan att se sig själv i andra verkar i det fördolda. Den kan medföra att vi blir känslomässigt engagerade utan att förstå varifrån känslan egentligen kommer. Är vi oförberedda på vissa sociala händelser och har dålig social kognitiv övning kan vi då

projicera vissa irrelevanta sociala och psykologiska förklaringar på skeendet. Då blir också vårt eget agerande irrelevant och missriktat i andras ögon. Vårt beteende uppfattas då av dem som destruktivt och fientligt. Sådana omriktade reaktioner är väl kända från djurs flockbeteende och uppstår när djuren har hindrats att öva in ett adekvat gensvar på de andra djurens specifika artbeteende.

Som en följd av de känslomässiga induktions- och resonansfenomenen kan det i en verksamhet uppstå det som inom psykologin kallar "parallellprocesser" [6]. Parallellprocesser medför att vissa mönster återupprepas både i tid och rum som en direkt konsekvens av känslomässig påverkan och imitation. Detta är förstås konstruktivt om dessa mönster är produktiva.

Parallellprocesser har sannolikt haft stor betydelse för den mänskliga artens evolution. Det kan emellertid också visa sig att mönstren är perverterade och destruktiva. Detta kan då förklara uppkomsten av konflikter och krig och därmed också nedbrytningen av stora sociala kollektiv.

Det förvånande, och mest spektakulära, med parallellprocesser är att likartade mönster kan upptäckas på många olika ställen utan att dessa olika ställen tycks ha någon som helst kontakt eller relation till varandra. Det finns en osynlig överföringsmekanism.

Parallellprocesser är ett specialfall av det som kallas kollektivt handlande. Med kollektivt handlande menas att människor handlar utifrån så som de tror att andra kommer att handla. Förmågan att se sig själv i andra – och dra relevanta slutsatser av denna förmåga – är därför synnerligen viktig för att skapa ett konstruktivt samordnat beteende i allt större sociala system. Detta sker i dessa stora sammanhang genom kommunikation och språkbruk. Blockeras eller förminskas denna förmåga riskerar man kaos, destruktivitet och konflikter.

Den bristande förståelsen för konsekvensen av dessa medfödda sociala egenskaper hos den mänskliga arten har lett till missförstånd när det gäller vad som ligger till grund för handlandet. Detta har i sin tur lett fram till framväxten av dominansstrategier och därmed också maktrelationer mellan olika grupper och positioner i samhället. Dessa maktförhållanden blir emellertid i vår tid allt mer korruperade eftersom de bygger på förgivettaganden som allt fler människor bedömer som allt mer irrelevanta. Många försöker ändra på dem. Detta sker ofta våldsamt genom att man fysiskt, psykiskt eller socialt försöker till-ingen-göra varandra. En annan väg som är värd att pröva är genom samtal.

## Noter

[1] de Waal F (2009): Empatins tidsålder. Stockholm: Karneval.

[2] Ett exempel på en sådan påverkan är vad som hände under den republikanske delegaten Sarah Palins kampanj i vilken hon satte demokratiska motståndare i "kikarsikten" och talade om vilka som skulle "tas ut". Detta tycks ha medfört att en person följde ett undermedvetet budskap att döda just en sådan demokratisk senator.

[3] Sennet R (2012): Together – The Rituals, Pleasures and Politics of Cooperation. London: Allen Lane, The Penguin Group,

[4] Tomasello M (2011): Därför samarbetar vi. Göteborg: Diadolos.

[5] Stern D N (2005): Ögonblickets psykologi. Stockholm: Natur och Kultur.

[6] En vanlig uppfattning är att var och en måste ta ansvar för sina handlingar. Förmågan att se sig själv i andra gör det emellertid svårt för individen att skilja den egna känslan från det man fångar upp hos andra. Vissa känslomässiga budskap har förmåga att passera kritiska kognitiva barriärer.

I alla sociala system uppstår därför så kallade "parallellprocesser" där vissa känslomässiga mönster – just genom att de känns igen – verkar ha en tendens att fånga upp känslomässiga engagemang hos andra för att därefter – närmast epidemiskt – sprida sig till flera. Se Belin S (1993): Vansinnets makt. Parallellprocesser vid arbete med tidigt störda och psykotiska patienter. Göteborg: Natur och Kultur.