

Empatins betydelse – en dramatisk upptäckt [1]

av Bengt-Åke Wennberg

Vi lever med ett fatalt missförstånd. Detta missförstånd har format den nyliberala ideologi som vi nu lever efter. Den har hämtats från det neoklassiska ekonomiska tänkande som i dag dominerar all ekonomisk vetenskap och vår finansmarknad. Detta tänkande och huvuddelen av våra statsvetenskapliga och moderna managementteorier har i sin tur sina rötter i den engelske 1600-tals filosofen Thomas Hobbes negativa människosyn.

I denna är människan från början född syndig och ond. Människan drivs enligt Hobbes av egenintresse, partiskhet, högmod, hämndlystnad och liknande negativa egenskaper. Enligt Hobbes kan dessa negativa egenskaper bara hållas i schack av disciplinering. Om det inte fanns begränsande krafter skulle människan hamna i ett krig alla mot alla. Enligt 1600-talets trossystem var det naturligt att tänka sig att denna disciplinering var en följd av en överordnad makt, en auktoritet, en Gud, som människan fruktar och som därför begränsar dessa destruktiva sidor av hennes natur [2].

Vi återfinner i denna tro den hierarkiska och vertikala diskurs enligt vilken principalen [3] – den utsedde makthavaren – måste ges absolut rätt – och skyldighet – att ordna verksamheten efter vad denne själv anser effektivt och bra. Den goda principalen är given av Gud och den onde kommer att bestraffas och förlora sin makt. Den vanliga föreställningen är att detta är en kamp som vi alla deltar i på den ena eller andra sidan. Denna felaktiga grundtanke är grunden till alla de krig vi bevittnat. Den måste brytas.

Historien visar att principalerna är som folk är mest. De är människor som vi. De kan både vara goda och onda och destruktiva. Det är orimligt att vi lojalt skall behöva engagera oss för den ena eller den andra. Särskilt om deras kamp resulterar i ett krig som är destruktivt för alla. Sociologen Max Weber konstaterade därför i slutet av 1800-talet att det behövdes en balanserande kraft för att hålla principalerna och deras destruktiva och egenmäktiga drag i schack. Han utvecklade då inom ramen för upplysningstänkandet tanken på byråkrati och meritokrati. "Förnuftet" skulle tala om för folket vilka de skulle stödja. Naturens logik skulle själv visa vägen. Upplysning skulle råda. Vi kan nu observera att upplysningens principer i dag måste ifrågasättas

Maktbegär och olämpliga och partiska beslut hos principalerna skulle enligt Weber kunna ersättas av beslut av särskilt utsedda experter utifrån upplysningstidens objektiva och vetenskapliga grunder. Vi har länge levt med denna tro. Den har nu visat sig vara ofullständig. Byråkratin så som den tidens filosofer formulerade den är för operativ. Den blir därmed omänsklig. Det goda kan inte formuleras i formler. Upplysningen kan inte ensam stå emot perversiteterna. Maktbegäret har i vår tid fått övertaget [4].

De resonemang som ledde fram till Hobbes och Webers slutsatser glömde det faktum att människan som flockdjur har en egenskap – empatin – som balanserar, och i de flesta

fall, mycket bättre än byråkratin och meritokratin, överflyglar, de destruktiva drag Hobbes målat upp. Speciellt Weber tappade bort empatin som en grundläggande mänsklig egenskap. Kanske för att Weber tyckte att den trots allt var levande genom kyrkans kärleksbudskap. Kärleken fanns vid denna tid inte hos människan utan hos Gud. När upplysningstiden och sociologerna gjorde rent hus med de religiösa myterna kastades därför kärleken ut med soporna.

Det är dags att vi människor åter tar oss an empatin, kärleken och Hobbes. Vi måste nu enligt min mening fånga upp och använda våra insikter om empatins betydelse som en möjlig filosofisk utväg ur den sekulära, mentala och ideologiska återvändsgränd i vilken vi hamnat. Därför ser jag en anledning att nu i Forskarbyns regi och i denna artikel närmare, och kortfattat, beskriva empatin som fenomen så som den moderna forskningen uppfattar den.

Kärleken kan tyckas vara en mystisk och helig kraft. Men det är just denna föreställning vi måste befria oss från. Kärleken är inget mystiskt eller gudomligt även om den kan upplevas så. Kärleken grundar sig rent vetenskapligt i vår genom evolutionen framprungna förmåga till empati. Att vi skulle vara besatta av en självisk gen är ett missförstånd byggt på en föråldrad syn på naturvetenskapen där människan betraktas som en elementarpartikel.

Franz de Waal konstaterar i sin bok "Empatins tidsålder" [5] att vi i vår förståelse av människan inte behöver känna oss bundna av etablerade vetenskapliga naturlagar så som man trodde under upplysningstiden. Vi uppträder ofta tvärtemot vad som i dag uppfattas vara naturvetenskapligt rimligt. Vi har exempelvis en empatisk förmåga som gör att vi som människor på stort avstånd och utan fysisk kontakt kan drabbas av känslor som egentligen inte tillhör oss själva, utan som på något sätt kommer från andra individer i systemet.

Frustration, upprördhet över orättvisor, ilska över kränkningar etc. är sådana känslor som genom den empatiska förmågan kan överföras från vissa individer till andra. Empati brukar av detta skäl beskrivas som den mänskliga förmågan att se sig själv i andra eller att genom andra se sig själv. Detta fenomen är helt oförståeligt enligt en konventionell naturvetenskaplig logik men i praktiken väl känt av oss alla [6].

Franz de Waal konstaterar också att empati är ett mycket djupt och komplext fenomen, som människan genom evolutionen har utvecklat till fulländning. Med hjälp av denna speciella socialitet överglänser hon alla andra djurarter. Empati är nämligen 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 unika förmåga till insikt om ett tänkbart framtida skeende som påverkar det mänskliga "flockbeteendet". Det är därför vi älskar att exempelvis se på sport på TV.

Empati är således inte bara en fråga om medkänsla eller sympati. Vi kan i detta sammanhang tala om begreppen induktion och resonans. Känslomässiga reaktioner "smittar" både genom att generera nya reaktioner (induktion) och återskapa samma reaktioner (resonans) hos oss andra. Vi blir exempelvis känslomässigt upprörda av orättvisor även om vi inte själva drabbas av dem. Empatin gör att det finns en känslomässigt baserad "avståndspåverkan" mellan människor som är helt "onaturlig" om man "bara" resonerar naturvetenskapligt.

Empatin är ett känslomässigt verktyg som, enligt Franz de Waal, gör det möjligt för oss att sätta oss in i en situation så att vi förstår varifrån andras reaktioner kommer. Empati kan precisera situationen så att man kan gripa in i ett skeende på ett sätt som är konstruktivt för andra. Eftersom bägge parter har tillgång till en empatisk förmåga kan empati också medföra just den känslomässiga ömsesidighet som är grunden för allt samarbete.

Empati är också en känslomässig färdighet. Enligt Richard Sennet [7] kan denna förmåga snarast liknas vid förmågan att lyssna på 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. För att kunna vara med att skapa samarbete är det av samma skäl viktigt att man kan få vara delaktig i tillfällen då man tillsammans med andra kan öva sin empati. Därför har naturen gjort sådana samspel meningsfulla och njutningsfulla för oss människor. Vi njuter av sådan samvaro på samma sätt som vi njuter när vi sjunger i kör.

Förmågan till empati är därför viktig för välfärden. God empati kan leda till goda och konstruktiva förbindelser. Vi litar på varandra genom att vi intuitivt uppfattar att den andre "förstår oss". 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. Det är i detta sammanhang viktigt att konstatera att empati kan övas i alla mänskliga sammanhang. Övning ger färdighet och kan leda till goda förbindelser och ett gott liv.

Dålig empati kan skapa uteslutning och marginalisering. Detta har bland annat visats av Michael Tomasello [8]. Frånvaron av empati uppfattas som ett tecken på avståndstagande. Barn känner exempelvis intuitivt vilka vuxna de kan lita på och vilka andra man skall vara försiktig med. Många av de beslut och direktiv som i dag utfärdas av politiker, staber och ledningar saknar – genom att de presenteras som byråkratiska eller hierarkiska "statements" eller "säljande" budskap – helt och hållet tecken på empati. De indikerar genom sin utformning ledningens oförmåga till empati. Då uppstår mot en sådan ledning misstroende och tillitsbrist.

Empatin verkar också i det fördolda. Den kan medföra att vi blir känslomässigt engagerade utan att förstå varifrån känslan egentligen kommer. Vi kan då projicera vissa irrelevanta sociala och psykologiska förklaringar på skeendet. Då blir också vårt eget agerande irrelevant och missriktat i andras ögon. Vi kan exempelvis av ren frustration, helt utan yttre anledning, komma att hata judar, muslimer, kommunister eller fadersfigurer. Sådana omriktade reaktioner på grund av frustration är väl kända från djurs flockbeteende [9]. Det kan också i en verksamhet uppstå det som inom psykologin kallar "parallellprocesser" som stör det ordinarie samarbetet [10].

Människor handlar i hög grad utifrån så som de tror att andra kommer att handla. Empatin är av detta skäl människoflockens instrument för att etablera gemenskap. Frånvaron av empati i en social grupp gör det därför möjligt för enskilda individer att vara omänskliga. "Om ingen annan reagerar på det omänskliga så behöver jag inte heller göra det" – är då ett relevant resonemang. Därmed får övriga i flocken intrycket att "allt är bra". Därför är tystnaden och osynliggörandet så katastrofalt. Flocklevande djur känner intuitivt behov av att varna varandra. Skriker en så skriker alla.

Skallet i hundgården är exempel på en sådan spontan och känslomässig reaktion. Men bara skällande hjälper inte för att hantera våra mer komplexa sociala problem. Det krävs empati och sociokognitiv intelligens för att förstå frustrationens källor. Ett exempel på hur den mänskliga skallgången blir missriktad och döljer sitt empatiska budskap är programmen Uppdrag Granskning. Dessa program visar liten empati för de som man häcklar. De syftar bara till att uppväcka ilska och rädsla hos tittarna och förnedra de som beskrivs som ansvariga för det som hänt.

Programmen får ingen konstruktiv verkan eftersom de som häcklas drar sig inom sitt skal. De blir därmed för åskådaren något främmande och farligt. Samtidigt förlorar tänkbara sakliga argument sin kraft. De blir utkastade som fragmenterade påståenden. Viktiga förhållanden blir obelysta. Programmen och därefter följande debatt kan därför inte användas för en seriös och politisk diskussion om de bakomliggande förhållanden som är grunden till att de som står i de anklagades bås gör som de gör och att det händer som händer. Empatin måste, i den massmediala verksamheten och den politiska diskussionen, återskapas som en konstruktiv kraft [11].

Då ovanstående sociala insikter är kända av många och behöver bli beaktade i arbetslivet såväl som i samhället i övrigt blir individen frustrerad när hon inte får gehör för sina ambitioner på detta område. Reaktionerna skall då inte förväxlas med överansträngning eftersom de inte har med uppgiftens fysiska omfattning att göra utan med att individen ser skulle kunna göras, och därmed leda till de goda resultat och som man ser sig som ansvarig för, inte får gehör. Man arbetar hela tiden i uppförsbacke. Då blir man utmattad.

Noter

[1] En fördjupad analys av ämnet för denna artikel finns i Wennberg BÅ, Hane M, FMLOPE (2012): Samarbetsfenomenet. Abonnemangsrapport 128. Degerfors: Samarbetsdynamik.

[2] Hobbes T (2004): Leviathan i nyöversättning från engelskan. Uddevalla: Diadolos.

[3] En sorts diskurs kring organisatoriskt beteende utgår implicit från att verksamheten är ett instrument för att framställa "nytta" och därmed ett instrument för ledande personers och gruppers egenintresse. Detta egenintresse kan förvisso vara altruistiskt som är fallet med politiska partier – men det kan också vara totalt egocentriskt som i fallet Hitler eller Stalin. I vilket fall som helst så betraktas verksamheten som en hierarki med vertikala kommunikationslinjer. I en sådan struktur återfinns inga autonoma människor, bara mer eller mindre lydiga soldater.

I verksamhetens topp finns ägare och makthavare – principaler – som getts, eller tagit sig, uppdraget att förvalta verksamheten. Enligt denna modell anses det rimligt att principalerna, med hjälp av hot och belöningar, skapar den verksamhet de ser som angelägen, eller som just de behöver, för sina syften. Grunden för denna samverkansform är att de deltagande individerna underordnar sig "makten". Man kan då bara hoppas att principalerna följer en god ideologi, inte agerar korrupt och inte ägnar sig åt favoritism.

[4] Wennberg B-Å (2012): Kris i upplysningen. <http://www.forskarbyn.se>

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

[6] 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.

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

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

[9] Frustration uppstår när ett utifrån kommande hot eller djurets inre drivkrafter inte kan hanteras eftersom det beteende som är naturligt förhindras. Vad som kan hindra en hund kan exempelvis vara ett stängsel, koppel eller rädsla. Frustrationen leder till vad som i etologin kallas "omriktade beteenden". Det förhindrade beteendet riktas mot något annat t.ex. ett bett riktat mot matte/husse istället för mot det verkliga objektet.

Ett annat beteende som ofta visar sig är vad som kallas "överslagshandling". Denna uppträder i situationer där hunden/flocken utsätts för ett hot, men inte ges möjlighet att varken fly eller angripa. Här är det inte det förväntade beteendet som uppträder, utan något som egentligen inte har med situationens lösning att göra. Exempelvis. att nosa på marken, slicka eller klia sig.

Ett ytterligare annat beteende är "stereotypier". Kossor, slickar sig i näsan. Isbjörnar o elefanter i fångenskap, står och vaggar, (troligen av att de är djur som hindras av att vandra de långa sträck som de i det vilda är beroende av). Hos hundar kan samma beteende visa sig som "svansjägare". De snurrar runt. runt. Vallhundar kan börja stirra in i väggen på samma sätt som om den vallar väggen. Hästar kan bli "krubbitare".

[10] En vanlig uppfattning är att var och en måste ta ansvar för sina handlingar. Empatin gör det emellertid svårt att skilja den egna känslan från andras. Vissa känslomässiga budskap har förmåga att passera kritiska kognitiva barriärer. Det finns i alla sociala system 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 därigenom sprida sig till flera. Se

Belin S (1993): Vansinnets makt. Parallellprocesser vid arbete med tidigt störda och psykotiska patienter. Göteborg: Natur och Kultur.

[11] Så här skriver Isabelle Stengers i sin bok "For en demokratisering av vitenskaperne":

"Den vanlige medborgaren möter varje dag expertråd och vetenskapliga resultat som de förväntas rätta sig efter. Vilken ställning skall då den vanlige medborgarens uppfattningar ha i förhållande till all den expertis som vill lägga till rätta dennes liv och leverne? Hur blir det med demokratin om det till varje mänskligt spörsmål finns ett vetenskapligt svar?"

Stengers I (1999): For en demokratisering av vitenskaperne. Oslo: Spartakus Forlag.