

Författaren och neurologen Antonio Damasio ser ett paradigmskifte

Förståelsen av emotioner och känslor viktigt för att hela patienten

Sätet för våra känslor är inte i hjärtat eller i magen eller på något annat diffust ställe i kroppen, utan i hjärnan.

Den framväxande kunskapen inom neurovetenskaperna om emotioners och känslors betydelse för vårt medvetande, kommer att revolutionera framtidens diagnostik och behandling.

Vi står inför ett paradigmskifte, menar den amerikanske neurologen och författaren Antonio Damasio.

Man tänker gärna att orsak kommer före verkan. Om man blir rädd så springer man. Men en framväxande kunskap om emotioner och känslor inom neurovetenskapen visar att det är mer komplicerat än så. Man springer innan man blir rädd. Filosofen och psykologen William James beskrev detta redan 1890, men det har tagit lång tid innan kunskapen nått den traditionella medicinska forskningen.

William James har varit betydelsefull på många sätt för Antonio Damasio, professor i neurologi vid University of Iowa College of Medicine i USA. Han har nått världsrykte för sina vetenskapliga arbeten kring minne och språk. Han har också bidragit till ökad kunskap om och förståelse av Alzheimers sjukdom.

För den stora massan har Antonio Damasio blivit känd genom sitt populärvetenskapliga författarskap. I sin senaste bok, *På spaning efter Spinoza* (Natur och Kultur, 2003), beskriver han de framsteg som gjorts när det gäller kunskapen om känslors natur och dess betydelse för människan.

Trots att känslor utgör hörnstenen i våra medvetanden, har naturvetenskapen inte ägnat särskilt stort intresse för känslors natur och deras betydelse för människan. Det har funnits och finns fortfarande ett slags förenklad uppfattning att det psykiska eller »själen« är bortom vetenskaplig förståelse, menar Antonio Damasio.

– Av alla de företeelser som vi kan beskriva, är känslor och deras grundläggande ingredienser som lust, olust, glädje och sorg de som är minst förstådda. Vi vet väldigt lite om vad känslor och känsloupplevelser är för något i biologisk och mer specifikt neurobiologisk mening, berättar han under en intervju i

»Om vi ska kunna förstå och behandla till exempel smärta, depression och drogberoende, så kan vi inte göra det framgångsrikt om vi inte först förstår vad emotioner är och vilken roll de spelar för vårt medvetande«, säger Antonio Damasio.

samband med en gästföreläsning på Stockholms universitet.

Antonio Damasio har inte varit rädd att vidga vyerna och ifrågasätta rådande uppfattningar kring vad en människa är. Han har hämtat inspiration från bland annat filosofin för att i sitt eget fält, neurologin, försöka förklara hur kropp och medvetande egentligen hänger samman i den mänskliga hjärnan. För några år sedan hittade Antonio Damasio ett citat av filosofen Spinoza. När han började leta efter källan till citatet, fastnade han för Spinozas originella tänkande och fascinerades samtidigt av hans liv.

– Ett av skälen till att jag skrev min senaste bok är att jag vill lyfta fram Spinozas betydelse för förståelsen av känslor. Hans tänkande har stor relevans för modern forskning och för förståelsen av känslornas neurobiologi.

Spinoza verkade ungefär samtidigt som filosofen Descartes i Amsterdam vid 1600-talets mitt. Men det var Descartes som var den store filosofen på modet. Hans dualistiska syn på kroppen som åtskild från själen och medvetandet, var i linje med kyrkans dogmer och har kommit att präglade den västerländska synen på människan ända fram till våra dagar.

Till skillnad från Descartes såg Spi-

noza kropp och själ som enhet, en åsikt som stod i djup motsättning till samtida idéer. Spinozas tankar ansågs vara kätterska; han utslöts ur den judiska gemenskap där han hade växt upp och hans böcker bannlystes.

Påverkad av Spinoza uppfattar Antonio Damasio kroppen och medvetandet som en integrerad organism som har ett ömsesidigt och omfattande samspel med varandra på både kemisk och neural väg.

För att kunna studera hur den komplicerade händelsekedjan från en kroppslig till en psykisk upplevelse går till skiljer Antonio Damasio på emotioner och känslor.

– Emotioner och känslor är så nära intimt förknippade med varandra i en kontinuerlig process, att vi uppfattar dem som en enda företeelse. Men händelsekedjan visar att vi först upplever emotionen och strax därpå följer själva känslan som motsvarar emotionen. Detta går så snabbt att vi ofta inte kan särskilja de bägge fenomenen åt. Kedjan startar i de emotionsrelaterade delarna av hjärnan som snabbt aktiverar stora områden i kroppen. Dessa förändringar leder i sin tur fram till ett specifikt känslotillstånd, säger Antonio Damasio.

Emotioner är enkelt uttryckt reaktioner på något som sker i vår omgivning

eller i vårt inre. En tanke, smekning, doft eller musikupplevelse kan väcka emotionerna till liv. Likaså kan exempelvis hormonella förändringar i kroppen aktivera emotionerna. En emotion hör kroppen till, det kan vara beteenden eller rörelser som är offentliga och som många gånger kan iakttas av andra genom exempelvis minspel och gester. Genom evolutionen har emotionerna varit befrämjande för vår överlevnad och hjälpt oss att avvärja faror eller dra nytta av gynnsamma situationer.

Känslorna kan liknas vid psykologiska upplevelser av att kroppen reagerat emotionellt. Därefter skapas mentala bilder av det kroppsliga tillståndet. Olika hjärnsystem kontrollerar olika känslor. Förlorar man förmågan att uttrycka en viss emotion, förlorar man också förmågan att uppleva den känsla som motsvarar emotionen.

– I varje ögonblick av livet tar olika områden i hjärnan emot signaler från kroppen. Denna information ligger till grund för de kartor som hela tiden ritas i vår hjärna och som speglar vad som sker i vår kropp. Man kan likna det vid brev från kroppens alla delar som kontinuerligt skickas till hjärnan, säger Antonio Damasio.

Han ger ett intressant exempel taget ur den kliniska vardagen för att närmare belysa hur denna händelskedja ser ut:

En 65-årig kvinna med Parkinsons sjukdom vårdades vid Salpêtrière sjukhuset i Paris. Kvinnan svarade inte längre på sin L-dopabehandling och skulle i stället pröva elstimulering. När strömmen slogs på försvann symtomen. Men plötsligt hände något oväntat. Kvinnan som nyss kunnat konstatera att skak-

ningarna kraftigt dämpats, avbröt sig mitt i en mening. Hon tittade åt sidan och efter några sekunder började hon plötsligt att gråta. Tårarna flödade och hon visade en djup förtvivlan. Mellan snyftningarna berättade hon om hur bedrövd och hopplös hon kände sig och hur meningslöst det var att fortsätta leva. När läkarna slog av strömmen, förändrades kvinnan ånyo och hennes beteende återgick till det normala.

»Vad var det som hände?« undrade kvinnan och vände sig till sin läkare.

Händelsen blev genom en slump ett genombrott för kunskapen om hur känslor och medvetande uppstår. Den elektriska strömmen hade av misstag förts in i ett område i hjärnan som styr vissa typer av beteenden som framkallar sorg och som även inbegriper rörelser i ansiktsmuskulaturen, munnen, svalget och magen. Kvinnan som på konstlad väg fick emotionen sorg framkallad i hjärnan, upplevde kort därefter känslan av sorg. Då först kunde hon formulera tankar som är typiska för när vi känner oss ledsna eller nedstämda och som stämmer överens med sorg.

Antonio Damasio menar att den framväxande kunskapen och förståelsen för emotioners och känslors neurobiologi, kommer att få en betydelsefull påverkan på hur vi i framtiden ser på och behandlar olika sjukdomar.

– För att kunna skapa en bild av människan som är bättre och riktigare än den vi för närvarande har måste vi först kartlägga hur denna händelskedja ser ut. Om vi ska kunna förstå och behandla till exempel smärta, depression och drogberoende, så kan vi inte göra det framgångsrikt om vi inte först förstår vad emotioner är och vilken roll de spelar för vårt medvetande. Målet att korrigera bestämda nedsättningar eller försämringar av de naturliga processerna kommer i framtiden att vara i fokus i stället för att som idag enbart inrikta sig på symptom, säger Antonio Damasio.

Han menar att vi står inför ett paradigmskifte som kommer att innebära stora förändringar. Den dualistiska synen på människan har på många sätt begränsat läkarvetenskapen. Uppdelningen av somatisk och psykiatrisk hälso- och sjukvård är förlegad och förödande för såväl diagnostik som behandling. I framtiden kommer det att vara självklart, menar han, att psykologer, läkare, sjukgymnaster och andra professionella tillsammans möter patienten ur ett helhetsperspektiv.

Eva Nordin
frilansjournalist

Stort intresse för sambanden mellan psyke och kropp

Antonio Damasio återuppräftar psykoanalysens betydelse inom neurovetenskapen. Intresset för sambanden mellan psyket och kroppen är idag stort inom den somatiska vården, menar Irène Matthis, psykiater och professor i psykoanalys.

Kunskapen om hur vi styrs av omedvetna mönster från tidig barndom och framåt, har varit odlad av framför allt psykologer, psykoterapeuter och psykiater. Den traditionella läkarvetenskapen har inte tagit särskilt stor hänsyn till att våra känslor och vårt psyke spelar en viktig betydelse i sjukdomars uppkomst och utveckling.

– Antonio Damasio uttrycker det som många psykoanalytiker länge har uttryckt, nämligen att psyket är oskiljaktigt från kroppen.



Irène Matthis

När vi får sätta ord på våra emotioner som sorg, smärta eller vrede så får vi också namn på den känsla vi vill beskriva. Men får vi inte uttrycka berättelsen som passar till den emotionella kroppsliga reaktionen, så tar det sig uttryck någon annanstans, till exempel i kroppen, menar Irène Matthis.

I sin kliniska vardag möter hon många människor med smärtor, utan att det finns någon organisk förklaring.

– Om man inte skiljer på emotioner och känslor och förstår hur de samspelar, så är det också svårt att hjälpa dessa patienter. Låter man patienten berätta vad smärtan egentligen handlar om, till exempel tidigare upplevelser av kränkning och förnedring, så avtar smärtan successivt när känslorna får ett verbalt uttryck. Patienten skapar en berättelse och i den här processen när någon på allvar lyssnar, så återuppräftar samtidigt patienten sin självkänsla.

Liksom Antonio Damasio tror hon att vi står inför ett paradigmskifte. Den dualistiska människosynen håller sakta på att ersättas av en mer holistisk syn.

Det finns ett stort intresse och en stor mottaglighet inom den somatiska vården för detta synsätt, menar Irène Matthis.

– Det är oerhört tillfredsställande. Dessvärre upplever jag att det är trögare inom psykiatri, där är man tyvärr inte lika mottaglig för detta synsätt.

Eva Nordin



Antonio Damasios »Descartes misstag« och »På spaning efter Spinoza« är två böcker om två filosofer med olika idéer. Spinoza såg kropp och själ som en enhet, medan Descartes hade en dualistisk syn på kroppen.