

Mennesket – styrt av fornuft eller følelser?

Jon G. Reichelt

Sjefpsykiater i Forsvaret

Har bare jeg stusset over:

- At smarte og velutdannede mennesker gjør ukloke/ ulovlige ting – som i ettertid fortøner seg som åpenbart dumt?
- At smarte og velutdannede mennesker kan overse det åpenbare, la seg friste av "gull og glitter"?
- At smarte og velutdannede mennesker kan se ut til å ikke bruke "hue"?
- At man blir overrasket over at man får besøk av økokrim når man gjør "business med banditter"

Er vi kanskje ikke så fornuftige
som vi tror?

Og det nokså uavhengig av
utdannelse og evnenivå?

Hvis folk havde været styrt av sin
fornuft så havde jeg været
arbejdsledig....

Og det er jeg altså ikke...

Ofte er vi på dette nivået...



Det er hjernen vår det dreier seg om, og den er dessverre ingen ”fornuftig” datamaskin...

Vi ble til i en helt annen tid, og evolusjonen/ Gud har ikke tatt høyde for internett – da hadde vi hatt USB-port!

Hjernenes viktigste jobb er å
holde sin «vert» i live!

Alt annet er underordnet!

Menneskets opprinnelse

- Kortsiktig overlevelse viktigst, ingen vits med pensjonsplanlegging...
- Spise eller bli spist...
- Drepe naboen før han drepte deg...
- Overlevelse ved å følge sine instinkter, som frykt – flykte/ gjemme seg...
- Konkret og enkel verden, resten overlatt man til sin Gud...

Dette henger i!

Det kortsiktige vinner over det
langsiktige!

Samtidig:

- Mennesket har en stor hjerne, som har gitt oss evnen til å tenke – planlegge og lære...
- Bruke erfaring til å løse nye problemer...
- Samtidig bruker vi den mye til å gruble over fortiden og bekymre oss for fremtiden...
- Unikt, og ikke bare en fordel...
- Er bikkja lykkeligere enn deg?

Tenker vi med hjernen?

Vi "tenker" med våre hormoner, følelser
og instinkter,
og bruker hjernen til å begrunne det vi
har gjort i ettertid...

Lyst og følelser styrer valg, og man bruker sin fornuft til å begrunne valg eller benekte realiteter...

I ettertid, når det har gått galt,
dominerer fornuften –
etterpåklokskap!!

Vi har på et vis to hjerner som ofte er nokså uavhengige av hverandre, og bare tidvis spiller på lag...

- En rask og følellesstyrt del som stort sett styrer oss i våre valg, uten at vi tenker over det, uten at vi vet det, og baserer seg på våre vaner...
- En treg og tankestyrt del som brukes mest når vi har tid og skjønner at vi må tenke oss om, mer viljestyrt...egnet for etterpåkløkskap...

Og sterkere følelsene blir, jo reddere
eller gladere du blir – jo mer
følellesstyrt og instinktiv blir du!

Kjekt å vite om...

Heldigvis ikke bare jeg som mener dette:

- Daniel Kahnemann: "Thinking fast and Slow"
- Malcolm Gladwell: "Blink – The power of Thinking without thinking"
- De mener begge vi undervurderer den instinktive, følellesstyrte delen av mennesket, og kan vise til empiri som styrker argumentene.

Så:

- Mennesket er stort sett:
- Følellesstyrt
- Vanestyrt
- Ubevisst
- Så vi har en lei tendens til å gjenta våre feil uten å skjønne det...

Og dersom du synes dette bare
passer på alle andre, tenk én gang
til...

Dersom du synes dette var
deprimerende; tenk på alt ansvaret
det fritar deg for!!

Samtidig:

- Tror vi at vi er fornuftige
- Tror vi at vi tenker før vi handler
- Tror vi at vi lærer av våre feil
- Tror vi at vi styrer våre vaner
- Tror vi på den frie vilje...
- Men skal vi ha glede av noe av dette så må vi koble på den trege hjernen...

Det er også trekk ved vår tid som
kan forsterke dette...

Ikke bare at alt "haster" ...

Individualismen

- Økende, nær egoistisk i sin form...
- Man skal grafse til seg og sole seg i sin glans...
- Gir deg et absurd stort ansvar for å lykkes
- Derved et minst like stort ansvar for å mislykkes...
- Man tror livet er «eliteidrett»...
- Man skal til og med «vinne kampen mot sykdom»... «tapte kampen mot kreften»...



© UFS, Inc.

THERE'S NO HEAVIER BURDEN
THAN A GREAT POTENTIAL!

Egoistisk individualisme

- Medfører at vi får for stor tiltro til oss selv...
- Glemmer tilfeldigheter – flaks/ uflaks...
- Forsterker kortsiktigheten...
- Gjør at vi glemmer at vi er en liten brikke i en stor verden...
- Glemmer vårt ansvar for samfunnet...
- Glemmer å tenke oss om...

Så:

- Jeg tror det er klokt å trene på å slippe til den trege del av hjernen – ta en pause og tenk deg om....
- Jeg tror det er klokt å trene på å tenke at man er mindre unik og genial – vanlig er helt utmerket...
- Gjør gjerne dette før dere gjør noe "dumt", ikke vent med å tenke til økokrim banker på...

Vrient å endre seg, men lov å
prøve!

Takk for oppmerksomheten!