

PSYKOLOGER LÄSER BÖCKER

Tomas Tranströmer 29 november

Tärningsspelaren 1 december



Tid: 19.00
Plats: Bibliotek
Plattan,
Kulturhuset i
Stockholm

*Hos Psykologer läser böcker får du träffa författare och psykologer i gränslandet mellan litteratur och psykologi. Moderatorer är **Jonas Mosskin**, psykologstudent och bloggare, samt **Jenny Jägerfeld**, psykolog och prisad författare. I samarbete med Psykologförbundet, Forskning & Framsteg och Modern Psykologi.*

**FORSKNING
& FRAMSTEG**

**Modern
Psykologi**

(Insikt)



LIVSSTIL

Fikapaus mot depp

Kvinnor som dricker kaffe är gladare

Nu får alla kaffefantaster vatten – eller borde man säga böner – på sin kvarn. Forskare vid Harvard school of public health i Boston, USA, har upptäckt att kvinnor som dricker mycket kaffe löper mindre risk att drabbas av depression. Under 24 års tid lät de 50 000 kvinnor svara på frågor om sin konsumtion av kaffe och andra koffeindrycker. Uppgifterna sattes sedan i relation till antalet diagnoser av klinisk depression. Det visade

sig att de kvinnor som drack två till tre koppar kaffe om dagen löpte 15 procent mindre risk att drabbas av sjukdomen än de som drack högst en kopp i veckan. För dem som konsumerade minst fyra koppar per dag var sannolikheten 20 procent lägre. Koffeinfritt kaffe tycktes däremot inte påverka depressionsrisken.

Forskarna påpekar att observationerna inte kan ses som bevis, och efterfrågar fler undersökningar som kan bekräfta resultaten. – *Camilla Sveréus*

Ordet: Nocebo

Precis som placebo handlar om att man tror sig bli botad av sockerpiller, handlar noceboeffekten om den verkan som en behandling kan ha enbart på grund av negativa förväntningar. Termen myntades av Walter Kennedy 1961 och betyder "jag skall skada" på latin – placebo betyder "jag skall behaga". Nocebo har också kommit att kopplas till fenomenet att den som förväntar sig det värsta i sjukdomsväg ofta blir mycket sämre däran.

– *Jonas Mattsson*

ANTROPOLOGI

Mindre testosteron hos pappor

Att fäder har lägre nivåer av testosteron än män utan barn har man sett tidigare. Men frågan är om det är män med lite testosteron som blir pappor, eller om det är nivån som minskar när män bildar familj. Efter att ha studerat 624 män i fyra och ett halvt år, har amerikanska antropologer kommit fram till att det är just faderskapet som sänker hormonet, som är känt för att stärka en rad ibland farliga beteenden som hjälper män att attrahera en partner. Forskarna påminner om att människobarn kräver mycket jobb under många år. Och det kräver närvaro och lagarbete, något som män alltså är biologiskt programmerade för att ta del i, i takt med att raggningshormonet går ur kroken. – *Jonas Mattsson*



"Förövaren har ju inte skjutit ihjäl människor, utan fiender eller avskum. Det är en språklig korrektion han har utsatt sig själv för. Språket är psykopatins verktyg."

Programledaren Daniel Sjölin från SVT-programmet Babel om hur språket möjliggjorde massakern på Utøya, i Språktidningen 6/2011.

Så påverkas unga av Facebook

Och det kan föräldrar göra åt saken

Tonåringar som facebookar mycket visar fler narcissistiska drag än andra. Unga vuxna som ägnar mycket tid åt Facebook visar dessutom mer antisocialt, maniskt och aggressivt beteende än andra.

Daglig överanvändning av digitala medier har negativa effekter på barns och tonåringars hälsa. Bland annat blir de mer sårbara för ångest och depression, förutom de fysiska besvär som kan komma senare i livet.

Skolelever som kollade Facebook minst en gång under ett 15 minuter långt försök hade lägre betyg än de som inte gick in på Facebook under studien.

Alla unga vuxna blir inte asociala av sociala medier. Många blir också bättre på att visa "virtuell empati" ju mer de är på Facebook och andra sociala nätverk.

Sociala medier kan också hjälpa blyga och introverta ungdomar att skapa sociala kontakter. Det är helt enkelt lättare att säga hej via en skärm än i verkliga livet.

Dessutom erbjuder de sociala medierna undervisningsredskap som engagerar eleverna.



Tips: Enligt Larry D. Rosen, professor i psykologi vid California State University, gäller det att tidigt börja bygga upp ett förtroende så att barnet faktiskt pratar med sin förälder om vad han eller hon är med om på nätet. Och förtroende byggs inte genom förmaningar utan genom att lyssna på sina barn: "Relationen mellan att föräldern lyssnar och pratar borde vara ett till fem. Prata i en minut och lyssna i fem."

– Jonas Mattsson

ÖMHETSBEVIS

När vi ser Jim Sturgess och Anne Hathaway kramas i biosuccén *En dag* aktiveras samma del av hjärnan som känner äkta smekningar.



KROPP & SJÄL

Att se är att beröras

Svensk studie kan göra dig mer empatisk

Ömma smekningar framkallar känslor även på avstånd. En studie utförd vid Sahlgrenska akademin visar att våra hjärnor reagerar lika starkt när vi ser någon annan bli smekt som när vi själva blir det.

Forskarna lät ett antal personer bli smekta av en mjuk borste, och mätte samtidigt blodflödena i deras hjärnor med hjälp av en skanner. När de sedan lät deltagarna se en film där någon annan åtnjöt samma smekning, såg de att deras hjärnor aktiverades lika snabbt

som vid den egna beröringen.

– Bara genom att titta på en sensuell hudsmekning kan vi alltså uppleva dess emotionella mening, säger India Morrison, en av forskarna bakom studien i en kommentar.

– Det antyder att vår hjärna är ”kopplad” så att vi kan känna och bearbeta andras känslomässiga beröring. Det kan öppna för nya vägar att studera hur vi skapar empati.

De medverkande fick också se en film där en hand smeker ett föremål, men den framkallade inte alls samma starka reaktion. – *Camilla Sveréus*

Wordfeudare läser snabbare

Men de förstår inte mer för det



Hör du till dem vars spelande av smartphonens svar på Scrabble och Alfapet – Wordfeud – börjat likna ett missbruk? Då är det bara att gratulera. När psykologer vid universitetet i Calgary, Kalifornien, mätte hur Scrabble-spelare förbättrat sin ordigenkänning, var de flitigaste spelarna 20 procent snabbare än vi andra. Frågan är bara vilken nytta de har av sin läsförmåga utanför spelet. De brydde sig nämligen inte särskilt mycket om ordens betydelse, bara de godkändes av Scrabble-bibeln *The official tournament and club word list*.

– *Jonas Mattsson*

PSYKOLOGISKOLAN
LEKTION 13
OIDIPUSKOMPLEXET

Gifta sig med mamma?

I våra dagar då lattepappor är ett lika hett begrepp som lattetammor kan Freuds gamla idéer om barnets utveckling kännas mer än mossiga. Men de symboliska uttrycken lever kvar i språket, exempelvis Oidipuskomplexet.

Det handlar om pojkbarnets överväldigande kärlek till sin mamma som får honom att se pappan som en rival. Om kärleken består i vuxen ålder kan den, enligt vissa psykologiska teorier, ta sig uttryck i att pojken som blivit man söker en kärlekspartner som liknar mamman.

Det var Sofokles som skrev det kända verket om kung Oidipus, sprunget ur grekisk mytologi. Det är en grym historia om pojken som sattes ut till vilddjuren för att dö för att profetian att han skulle döda sin pappa inte skulle slå in. Men allt slutar i tragedi: Oidipus dödar sin pappa, gifter sig med mamman och sticker sedan ut sina ögon när han förstår vad han har gjort.

Även om inte Oidipuskomplexet är självklart i den nya generationens diagnosflora, fortsätter den gamle grekiske kungen att spöka på teatern. I september hade regissören Kajsa Giertz premiär på dans- och teaterföreställningen *Kung Oidipus*, skriven av Jon Fosse efter Sofokles, på Malmö Stadsteaters scen Hipp. – *Nina Hedlund*

NOTA BENE
Per Naroskin
vill inte verka
snål – men det
finns gränser för
generositeten.



KRÖNIKA

Den enes girighet, den andres snålhet

”

Vi splittar väl lika?”

En gång i min ungdom, hamnade jag i ett sällskap med personer jag inte kände på en lyxkrog i södra Sverige. En av dem kände jag till, i hans egenskap av kulturpersonlighet. Jag använder epitetet utan ironiska undertoner, för att understryka att det var en person med hög status, inte kopplad till pengar. Anledningen till att jag satt vid samma bord som den celebre och hans entourage var att en kompis hade en roll i en pjäs där även kulturpersonligheten var involverad. När jag öppnade menyn kippade jag efter andan. Priserna låg skyhögt över min studentekonomi så jag valde en enkel pasta carbonara. Kulturpersonligheten och hans hov tog rätter som piggar och tournedos. De beställde årgångsviner och jag nöjde mig med en stor stark. Stämningen var trevlig, bullrig och inkluderande; samtalet böljade fram och

tillbaka längs bordet.

När det sedan blev dags att betala hade jag precis avslutat min andra starköl som fått räcka hela kvällen medan kulturpersonligheten hunnit med kaffe, cognac och en exklusiv cigarr som han handplockat ur humidoren. Det var när han beställt in och fått notan som han sade det.

– Vi splittar väl lika?

Det var inte ens en retorisk fråga. Han sade det leende, med utbredda armar som en öppen famn, förvillande likt

”
Han sade det leende, förvillande likt en storvulen gest av generositet

en storvulen gest av generositet. Som vore det en frikostig inbjudan och inte precis det motsatta. Hovet var med på förslaget och jag protesterade inte heller. I dag hade jag gjort det, men jag var yngre då. Jag var inte rädd för att verka fattig. Jag var rädd för att verka

snål. För snål är nog det mest oattraktiva man kan vara. Snålhetens antipod är girigheten. Den är en dödssynd. Enligt en ganska färsk Sifo-undersökning är den till och med ettan av dödssynder! Girigheten är offensiv medan snålheten är defensiv. Medan girigheten roffar åt sig suger snålheten liksom in kinderna och håller i plånboken så knogarna vitnar. Man skulle kunna se det som att den enes girighet försätter den andre i snålhet.

Det är inte den fantasisumma jag fick betala för min enkla pasta som upprör mig. Nej, det som stör mig är att den som ätit dyrast, i kraft av sin höga status hade mage att föreslå att splitta notan. Det är en lukrativt använd härskarteknik. Det måste ju utifrån vilken pengamoral som helst vara den som ätit billigast som har rätt att komma med förslaget. Motsatsen är en högst omoralisk handling. Den som är satt i skuld är icke fri, sade Göran Persson. Så sant. Den som betalar andras cigarrer inför hotet att försättas i snålhet är det inte heller.

Per Naroskin är psykolog och psykoterapeut. Han medverkar regelbundet i Spanarna i Sveriges Radio P1.

**SPATIAL
TÄNKARE**

De indiska khasi-
kvinnorna visar
på sambandet
mellan makt och
spatial förmåga.



GENUS

Ojämlighet bakom spatial könsskillnad

Bevis från indiskt matriarkat

När Harvarduniversitetets ordförande föreslog bristande förmåga som förklaringen till att få kvinnor söker sig till teknik och naturvetenskap, reste sig delar av publiken och gick. Anekdoten återberättas av den amerikanske beteendekonomen Moshe Hoffman som exempel på hur laddat ämnet är.

Flera mätningar har trots allt visat att kvinnor i allmänhet har sämre spatial förmåga än män i allmänhet. Och just den förmågan är avgörande för att komma någon vart inom många tekniska och naturvetenskapliga discipliner.

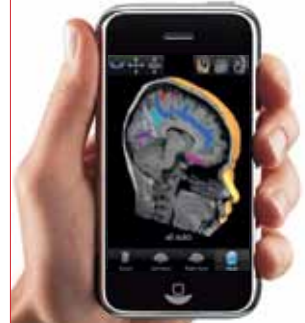
Men nu visar det sig att skillnaden kanske inte är helt naturgiven. För att undersöka det sökte Moshe Hoffman och hans kolleger upp ett par hyf-

sat lika folkgrupper i nordöstra Indien: *khasi* och *karbi*. Men där finns en viktig skillnad. Medan karbi är ett patriarkat, där den äldste sonen får hela arvet, är khasi ett matriarkat, där män inte har någon äganderätt och arvsrätten ligger hos den yngsta dottern.

När de nära 1 300 försökspersonerna lade ett pussel på tid uppenbarade sig en skillnad på 36 procent till männens fördel i patriarkatet, medan ingen könsskillnad syntes hos det kvinnostyrda khasifolket.

– Detta betyder att samhället kan spela en enorm roll för att minska den här skillnaden mellan könen, även om vi inte kan påverka biologiska skillnader. Det här är skillnader som vi som lärare, föräldrar och politiker kan påverka, konstaterar Moshe Hoffman.

– Jonas Mattsson



ITERAPI

Se hjärnan i mobilen

SÅ FUNKAR APPEN:

Brain tutor 3D är en navigerbar 3D-modell av hjärnan. Som användare väljer du mellan olika "atlas", om du vill orientera dig via hjärnans lobber, vindlingar (gyri), fåror (sulci) eller den uppdelning av hjärnan som kallas *Brodman areas*. Via dessa kan du sedan växla mellan den vrid- och skivbara 3D-kartan och text om den aktuella regionen. Appen är utvecklad med Brain voyager QX, ett program för att analysera och visualisera magnetkamerabilder.

JONAS UPPLEVELSE:

Det är onekligen en kick att vrida på och skiva sig genom hjärnan i 3D-funktionen som är intuitiv och snabbt sitter i fingrarna. Däremot skulle texterna gärna ha fått vara mer pedagogiska. Är man själv inte medicinare blir det telegramartade fackspråket inte till särskilt stor hjälp. Är neurovetenskap ditt huvudämne finns däremot ingen anledning till att inte ha Brain tutor ständigt till hands.

PRIS: GRATIS FÖR IPHONE**VETENSKAPLIGHET: 10****LÄTT ATT KOMMA I GÅNG: 8****ANVÄNDARUPPLEVELSE: 6****UPPLEVD EFFEKT: –****TOTALBETYG: 8**

– Jonas Mattsson

För iPad finns syskon-appen Brain tutor HD

KONST

LIV SVIRSKY,
LEGITIMERAD PSYKO-
LOG OCH PSYKOTERAPEUT
Jag vill ha tavlor som har
färg, men samtidigt gan-
ska vilsamma motiv.
Man ska orka titta
på dem flera
gångar.

**ARBETS-
BORD**

LIV SVIRSKY,
LEGITIMERAD PSYKOLOG
OCH PSYKOTERAPEUT
Här skriver jag journaler.
Genom fönstret ser jag
huset över gatan
och lite av him-
len.

FÅTÖLJER

INGRID UNSÖLD,
INREDNINGSDISIGNER
Fåtöljerna är nog valda
med omsorg. Där vill
man ha något som
känns bekvämt att
sitta i länge.

SOFFA

INGRID UNSÖLD,
INREDNINGSDISIGNER
Soffan är trevlig och
ljus. Det bidrar till
att rummet får lite
hemmakänsla.

KBT UNDER TAKÅSARNA

Högt i tak för stora och små

I Liv Svirskys soffa får hela familjen plats

I en vindsvåning i Vasastan i Stockholm har psykologen och psykoterapeuten Liv Svirsky sin mottagning. Här bedriver hon kognitiv beteendeterapi med barn, vuxna och hela familjer.

– Fördelningen är 50/50 mellan barn och vuxna, säger Liv Svirsky, som även är författare till flera böcker om kbt och föräldraskap.

Hon har varit sin egen sedan 2001. I den här lokalen, som

rymmer flera rum, har hon arbetat i två år.

– Vi var flera terapeuter som gick ihop. Vi tyckte att rummen var charmiga med sina fönsterkupor. Det är väl ljudisolerat och det finns ett bra väntrum.

I LIV SVIRSKYS rum avspeglas terapin i stort och smått. Den blå soffan är stor nog att rymma både barn och föräldrar när hon bedriver barn- eller

familjeterapi. Och i bokhyllan skymtar några badankor, som får symbolisera olika känslor och tankar i den kognitiva beteendeterapin.

Utänför bild finns även en whiteboardtavla.

– Ett måste i varje kbt-rum! påpekar Liv Svirsky.

Precis som Liv Svirsky och hennes kolleger charmades av lokalerna, slås inredningsdesigner Ingrid Unsöld av själva rummets utseende.

LAMPALIV SVIRSKY,
LEGITIMERAD PSYKO-
LOG OCH PSYKOTERAPEUTLampan har jag ärvt.
Den har en rolig färg
som piffar upp. Jag
tycker om att det är
färgaccenter.**BADANKOR**LIV SVIRSKY,
LEGITIMERAD PSYKOLOG OCH
PSYKOTERAPEUTBadankorna använder jag som
metafor när man pratar om sina
tankar. Det är en vit ängelanka som
skymtar och en djävulsanka, man
har bra tankar och man har jobbiga
tankar. Den lilla ankan represen-
terar positiva tankar som ännu
inte växt till sig. Jag använ-
der ankorna med både
barn och vuxna.

– Det är fin form på rummet och generöst med yta och takhöjd, säger Ingrid Unsöld, innan hon infliker att rummet känns lite obestämt. Är det ett hem eller en offentlig mottagning?

– Det ger ett avslappnat intryck och hemmakänsla genom att möblerna har lite olika stil, till exempel soffan och fåtöljerna. Men i bokhyllan ser man att det står facklitteratur och tidskrifter, och bilderna på väggarna känns mer som en offentlig miljö med sina lite allmängiltiga motiv, säger Ingrid Unsöld.

Det visar sig att det finns

en mycket medveten tanke bakom valet av konst på väggarna.

– Om det är mer speciella motiv är det lätt att tröttna på dem. Man ska orka titta på dem flera gånger, förklarar Liv Svirsky.

Själv skulle inredningsdesignern Ingrid Unsöld kunna tänka sig att gå i terapi i det här rummet.

– Det skulle jag absolut kunna göra eftersom det känns som att den som använder rummet fokuserar på arbetet – samtidigt som man har valt ett väldigt fint rum.

– Jonas Mattsson

**HJÄRNANS
ABC****Kognition:
Vi fattar före
aha-upplevelsen**

Att vi kan navigera i en komplex vardag med dess sociala krav och logistikproblem beror på att hjärnan tillåter oss att uppfatta, minnas, tänka och ta till oss nya saker. Begreppet kognition kan kort beskrivas som just de tankefunktioner som gör att vi kan hantera information och kunskap. Själva ordet kommer från latinets *cognitio*, undersökning och *cognoscere* – lära känna.

Kognitionsforskning bedrivs inom neurovetenskap, psykologi, lingvistik, artificiell intelligens och filosofi – fält där medvetandet står i centrum. Men kognitionen kan också vara omedveten.

Svenska forskare har undersökt aha-upplevelsen genom att mäta pupillstorlek och svettning hos försökspersoner som försöker tolka knepiga bilder. Mätningarna visar att vi förstår strax innan vi blir medvetna om det. Liknande resultat har även språkforskare sett när försökspersoner formulerar en sats. Och forskare intresserade av rädsla undersöker, via hjärnabildning, hur det går till när vi stannar i steget, just innan vi lägger märke till ormen på stigen.

– Lotta Fredholm

I nästa nummer av Modern Psykologi fortsätter Hjärnans ABC med L som i lillhjärnan.



JULHANDEL
Sommarens upplopp i London föregicks av våldsamma protester på Oxford street redan i december.

GLOBALT PSYKE

Hopplösa rebeller

Psykologer ser meningen i brittiska upplopp

Trots krisen och de hårda studentprotesterna mot besparingarna flöt fjolårets julhandel på som vanligt, ända tills Oxford street plötsligt fylldes av maskerade ungdomar. Målmedvetet samlades de framför klädkedjan Topshop för att försöka krossa skyltfönstren, i protest mot företagets påstådda skattesmitning.

Ända sedan den ekonomiska krisen bröt ut har britterna

tvingats vänja sig vid mer eller mindre omfattande utbrott av våldsamma protester. Trots att

”

Den som ser upploppen som sjuka bidrar till att öka problemen

oroligheter knappast är något nytt fenomen i Storbritannien, så har omfattningen tagit många briter på sängen. Det gäller både för de direkt

politiskt motiverade protesterna och för sommarens mer svårförklarade upplopp, som utmärkte sig genom det stora inslaget av plundring.

REGERINGENS SVAR HAR varit tydligt. Den som stör harmonin är en brottsling och ska bestraffas som en sådan. Domstolarna har arbetat för högttryck.

Föräldrarna till förövarna, i de fall det har rört sig om minderåriga, bär enligt mi-

nistrarna ett särskilt ansvar. Den bästa vägen för att stävja uppror är enligt rådande konsensus att svara med hårda tag, tuff kärlek.

Men den hållningen får hård kritik från många håll, inte minst psykologer. Bland dem finns Clifford Stott, doktor i psykologi med inriktning på grupppsykologi, fotbollsvård och polisinsatser. Han konstaterar att den som tolkar sommarens upplopp som sjuka och irrationella företeelser tvärtom bidrar till att öka problemen, om svaret på problemen leder till ökad repression.

– Men om man betraktar upploppen som ett meningsfullt svar på en gemensam känsla av utanförskap och brist på alternativ, så är det möjligt att tackla grunden till problemen. Det innebär att man måste se närmare på relationerna mellan de delar av samhället där upploppen ägde rum och de med auktoritet och inflytande, säger Clifford Stott.

Enligt honom är det inte fruktbart att tala om mobbmentalitet eller avindividualisering. I stället handlade sommarens upplopp om individer som agerar i grupp, med det gemensamt att de inte har särskilt mycket att förlora, och att de ständigt utsätts för kontroller av polisen.

Historikern Tim Hitchcock, expert på upplopp, är inne på samma linje.

– Vi har skapat stora exkluderade grupper som känner att de inte har något att förlora. I de här områdena möts invånarna dagligen av polis som granskar allt de gör. Lågkonjunkturen bidrar, men räcker inte som förklaring. I stället handlar det om stora skillnader i samhället och om stora grupper som helt saknar röst i det politiska samtalet.

– Jon Pelling

BYT KANAL
Barns exekutiva funktioner påverkas av vad de ser på tv.



MEDIER

Barn-tv fördummar

Varning för snabba klipp

Nu är det bevisat som många föräldrar misstänkt länge. Film med många klipp och osannolik handling gör faktiskt barnen aningen sämre mentalt rustade för livet. Det är psykologer vid University of Virginia, USA, som har studerat fyraåringar direkt efter att de sett det animerade Nickelodeon-programmet Svampbob Fyrkant, känt för sina snabba klipp och sin fantasifulla handling. Efter bara nio minuters tittande hade Svampbob-publiken fått avsevärt svårare att koncentrera sig, lösa problem och behärska sig jämfört med en grupp barn som sett den lugnare tv-serien Caillou eller suddit och ritat.

Psykologen Angeline Lilliard har lett studien som publi-

cerats i den vetenskapliga tidskriften *Pediatrics*. Hon konstaterar att de här så kallade exekutiva funktionerna är avgörande för barns skolprestation: ”Om ett barn just har sett ett tv-program som försämrar de här förmågorna kan vi inte förvänta oss att barnet presterar på sin normala nivå.”

Forskarna har två förklaringar till varför barnen påverkas så negativt av tv-programmen. Antingen är det det höga tempot och den fantasifulla handlingen som gör att barnen har svårt att koncentrera sig på verkligheten direkt efteråt. Eller så är det så att barnen identifierat sig med filmkaraktärerna och helt enkelt betar sig lika ofokuserat och spöttigt själva efter att de tittat klart.

– Jonas Mattsson

SIFFRAN

20 år

Så mycket kortare förväntas svenska manliga psykiatripatienter leva, jämfört med befolkningen i övrigt. För kvinnor är motsvarande siffra 15 år. Källa: Nordiska högskolan för folkhälsovetenskap.

Kognitiv terapi hjälper schizofrena

Bättre än medicin

Medan antipsykotisk medicin inte biter på mellan en tredjedel och hälften av alla schizofrenipatienter så har en ny studie visat vad som däremot hjälper. Den kognitiva terapin är en föregångare till kognitiv beteendeterapi, kbt, och utvecklades på 1960-talet av Aaron Beck. Nu har Beck och hans kolleger vid University of Pennsylvania School of Medicine studerat 60 schizofrena patienter.

”
Det sociala utbytet minskade symtomen

Utöver medicinering fick halva gruppen kognitiv terapi för att identifiera konkreta mål för att öka sin livskvalitet och återintegreras i samhället. Med terapins hjälp kunde de påbörja en kvällskurs, arbeta ideellt eller helt enkelt träffa andra människor mer regelbundet. När patienterna aktiverade sig så minskade deras hallucinationer och vanföreställningar i en uppåtgående spiral. Det sociala utbytet minskade symtomen som i sin tur ökade motivationen för att bli ännu mer aktiv.

Enligt Aaron Beck pekar resultaten på en vinn-vinn-situation. Patienterna får ökad livskvalitet, samtidigt som psykiatrin kan spara stora summor genom att låta på trycket från sin i särklass dyraste patientgrupp. Studien har publicerats i tidskriften *Archives of General Psychiatry*.

– Jonas Mattsson



MINNESMÅSTARE

Det barn säger stämmer bättre än vuxnas vittnesmål enligt ny forskning.

BROTT & STRAFF

Barn är pålitligare vittnen än vuxna

Polisen förhör fel enligt ny studie

Barn är mer tillförlitliga vittnen än man tidigare har trott. Det hävdar vittnesforskaren Gunilla Fredin i sin doktorsavhandling *Minnesåtergivning och olika metoder för vittneskonfrontationer* vid Institutionen för psykologi, Lunds universitet. I studien, som omfattar 640 barn och 200 vuxna, har hon undersökt hur väl barn kan återberätta en bevitnad händelse.

Det ett barn säger visar sig stämma bättre överens med sanningen än vuxnas vittnesmål. Studien visar också att barn kan identifiera åldersgrupper bättre än vuxna. Men det kanske mest uppseendeväckande är att svensk polis använder sig av en metod som inte är förankrad i forskningen vid vittneskonfrontationer, enligt Gunilla Fredin.

I Sverige visar man upp bilder på gärningsmannen

vid upprepade tillfällen. Men i sådana sekventiella vittneskonfrontationer finns enligt Fredin en stor risk för att vittnet förlorar sin egen minnesbild av gärningsmannen.

– Visas bilden bara upp en gång, får vittnesmålet större tillförlitlighet, säger hon.

Enligt den modell som polisen använder, pekade 60 procent av barnen och 50 procent av de vuxna ut oskyldiga i Fredins studie. Därför hävdar hon att polisen bör vara försiktig med att bedöma korrektheten i sina identifikationer.

Men vittnes- och minnesforskaren Pär-Anders Granhag, vid Göteborgs universitet, är mycket kritisk till Gunilla Fredins avhandling.

– Att hävda att barn har bättre minne än vuxna är alltför svepande. Man måste nyansera ett sådant påstående, vara mer tydlig med vad man menar, anser han.

– Marcus Ridung

MED RÄTT ATT GÖRA UPPROR

Det är när vi trotsar som vi utvecklas, hävdar Malin Alfvén.



PSYKOLOGI

Stora psykologpriset till Malin Alfvén

Belönas för sitt arbete om trots

Livet är emellanåt rätt besvärligt. Folk sätter sig på tvären och vägrar att anpassa sig. Men enligt psykologen Malin Alfvén är det då vi utvecklas som mest.

Treårstrotsen är välkänt. Men det är inte först. Enligt Malin Alfvén har vi redan under det första levnadsåret sju trotsperioder. Sedan återkommer trotsperioder vid 4 år, 9 år, 12 år och i tonåren. Även vuxna är trotsiga: 30- och 40-årskrisen är typiska trotsperioder.

Malin Alfvén har varit verksam som barn- och föräldrapsykolog i över 30 år. Hon är kanske mest känd för sina böcker om trots och som medarbetare i radio. I oktober fick hon Stora psykologpriset.

Att det var ett populärt val visade genväret bland publiken. Malin Alfvén fick stående ovationer på Berns Salonger i Stockholm när hon tog emot utmärkelsen.

– Priset behövs för att höja statusen för psykologer, sade hon efter prisutdelningen.

De andra finalisterna var Södermottagningen i Helsingborg, som är en öppenvårdsmottagning som drivs av företaget Psykiatripartners, samt Anna Kåver, psykolog och psykoterapeut, som bland annat behandlar unga vuxna med självskadebeteende. Stora psykologpriset delas ut av Sveriges Psykologförbund och Pearson Assessment. Prissumman är på 100 000 kronor.

– Patrik Hadenius

KLASSISKA EXPERIMENT GORILLAN OCH BOLLEN



Såg du apan?

Hur kan en grupp bollspelande människor missa en person i gorilladräkt, som mitt under spelet passerar klungan av spelare och slår sig för bröstet?

Denna fråga väckte 1999 i ett filmat experiment, arrangerat av de amerikanska psykologiforskarna Daniel Simons och Christopher Chabris.

Försökspersonerna ombads att hålla koll på hur många gånger de via passningsspel lyckades kasta en basketboll mellan sig. Medan spelet pågick, skickade forskarna in gorillan.

Precis som de hade anat, märkte många av spelarna inte något av detta. Ju fler passningar som deltagarna lyckades räkna, desto större var sannolikheten att de missade gorillan.

Fenomenet i det numera välkända experimentet kallas för selektiv uppmärksamhet eller *inattention blindness*. Företeelsen kan också svara på frågan om huruvida det kan vara fördelaktigt att låta mobiltelefonen vila medan man kör bil.

– Katarina Libert

FOTO: JOHN AIRAKSINEN, ISTOCKPHOTO

ENKÄTEN

Har du gått i psykoterapi?

Svaren bygger på en enkät med 310 deltagare på Modernpsykologi.se. Gå in på sajten och svara på frågor du också!

