

Lös grooming-nöten och bli en framtida nobelpristagare

Det finns receptorer i din hud som bara reagerar på lätt beröring. De gör att hjärnan frisätter en grupp ämnen som går under namnet endorfiner som skapar en känsla av välbefinnande.



KRÖNIKA ANDERS HANSEN

Publicerad: 25 september 2019, 21:58

Apor har också sådana receptorer och de använder dem. Gorillor och schimpanser spenderar en stor del av sina dagar med att plocka i varandras päls. Beteendet kallas "grooming". Då aporna groomar varandra, och det gör de kors och tvärs, skapas inte bara en känsla av tillhörighet mellan två individer utan till hela gruppen.

Gorillor och schimpanser lever i grupper om 20-30 individer och då fungerar grooming som metod att vårda gruppens sociala band. Människor har historiskt levt i grupper om 150 individer och det är för många för att hålla ihop med grooming, ska man klappa 150 individer blir det knappast tid till något annat.

Oxford-professorn Robin Dunbar bestämde sig för att se om det finns något annat som har samma effekt som beröring – alltså att hjärnan släpper ut endorfiner – men i större antal än bara en och en. Han lät en grupp försökspersoner som aldrig träffat varandra titta på en komedi tillsammans. Det visade sig inte bara frisätta endorfiner, deltagarna upplevde också närhet till varandra efter filmen. De gick in på bion som främlingar och kom ut med fröet till en känsla av grupptillhörighet.

Andra känslor än positiva kan också vara sammansvetsande. Dunbar lät en grupp försökspersoner se en film där skådespelaren Tom Hardy gestaltar en missbrukare som tar sitt liv. Effekten var densamma. Att se en känslös film med andra resulterade i en känsla av tillhörighet med de man sett filmen med.

Att dansa tillsammans med andra frisätter också endorfiner. Likaså att sjunga och motionera, särskilt i grupp. Det verkar med andra ord som att den positiva känsla du upplever när du sjunger med på en konsert, ser en komedi på bio eller är med på ett pass på gymmet beror på att din hjärna frisätter endorfiner. Detta skapar en känsla av samhörighet med de i din närhet. Det du gör med dessa beteenden är att "grooma" och bli groomad men mer effektivt än att plocka varandra i pälsen en och en. Den gemensamma nämnaren är att det måste göras tillsammans. Att se filmen hemma eller sjunga för sig själv ger inte samma effekt.

Robin Dunbars forskning visar att människan är ett flockdjur med ett djupt rotat behov av närhet till andra. Det finns en dimension av den närheten som är fysisk.

Den som kan uppfinna virtuell belöning bör tilldelas Nobels fredspris menar Robin Dunbar. Att grooma på distans skulle möjliggöra en enorm känsla av tillhörighet mellan miljoner människor. Så till den it-entreprenör som vill ha en uppgift värdigt ett Nobelpris – här är den.