

# folkvett.

ORGAN FÖR VETENSKAP & FOLKBILDNING  
NUMMER 1 2024



**Antipsykiatri, sekter  
och källkritik**



# folkvett.

---

ORGAN FÖR VETENSKAP OCH FOLKBILDNING

*Folkvett* är organ för Föreningen Vetenskap och Folkbildning (VoF), som har till uppgift att främja folkbildning om vetenskapens metoder och resultat. Särskilt tar föreningen som sin uppgift att i fri opinionsbildning bekämpa de felaktiga föreställningar som förekommer i frågor som kan avgöras vetenskapligt. *Folkvett* utkommer sedan 1983 med 4 nr/år. ISSN 0283-0795.

**Adress:** c/o Föreningshuset Sedab AB, Lumaparksvägen 7, plan 7, 120 31 Stockholm.

**E-post:** folkvett@vof.se

**Prenumeration:** Ingår i medlemsavgiften till VoF, 300 kr/år (250 kr/år för medlemmar 25 år och yngre). Prenumeration utan medlemskap: 300 kr/år.

**Redaktörer:** Sven Ove Hansson, ansvarig utgivare (sven-ove.hansson@vof.se), Lotten Kalenius (lotten.kalenius@vof.se), Dan Katz (dan.katz@vof.se) och Maria Wold-Troell (maria.woldtroell@vof.se). Redaktionen bistås av en redaktionskommitté, där VoF:s styrelse ingår.

**Grafisk form:** Elvy & Mikael Nyberg.

**Skriftliga bidrag** till *Folkvett* – artiklar, debattinlägg, recensioner, notiser – är alltid välkomna. Angivande av litteraturreferenser uppmuntras, däremot uppmanas till försiktighet med noter. Alla bidrag granskas av redaktionen. Eftersom VoF drivs ideellt kan skribenter inte arvoderas. Om inget annat överenskommits kan publicerat material komma att läggas ut på internet. *Folkvett* indexeras i Artikelsök.

**Manusstopp** för nr 2/2024 är 2024-05-17.

**Omslag:** *Människans kult* av Jacques Callot, förmodligen från 1627.

*Alla har en bias –  
även du, även jag*

**"K**rigets första offer är sanningen" är ett citat som lär härröra från den grekiske dramatikern Aischylos, 450 före vår tideräkning. Det var sant då, och det är lika sant nu, drygt 2 500 år senare.

Vi lever i oroliga tider. I skrivande stund har Ryssland gjort landvinningar i sin två år långa invasion av Ukraina – ett krig som började redan för tio år sedan med annekteringen av Krim. Den ökade krigsriskerna har drivit Sverige att överge sin omhuldade alliansfrihet och söka inträde i NATO. I Mellanöstern pågår ett krig mellan Israel på ena sidan och Hamas, Hizbollah och Houthisgerillan på andra sidan, med Iran i bakgrunden. Även detta krig har återverkningar i vårt land. Säkerhetstjänsterna i Sverige





respektive Tyskland avslöjade nyligen mordplaner på tre svenska judar och attentatsförberedelser mot svenska synagogor. Tydligt antisemitiska manifestationer, som firandet av Hamas groteska massaker den 7:e oktober förra året, har chockat svenska judar. Civilbefolkningens lidande i det efterföljande kriget har skapat en upprörd debatt. Även svenskar med arabiska eller andra rötter i Mellanöstern, har oroats av den ökade polariseringen.

Båda krigen dominerar massmedieflödet, både hos etablerad media och i den störtflod av information som når oss via internet. Vi kan se att krig numera inte bara förs på slagfältet. Alla inblandade parter och sympatisörer arbetar intensivt med att, via alla tänkbara massmediekanaler, föra

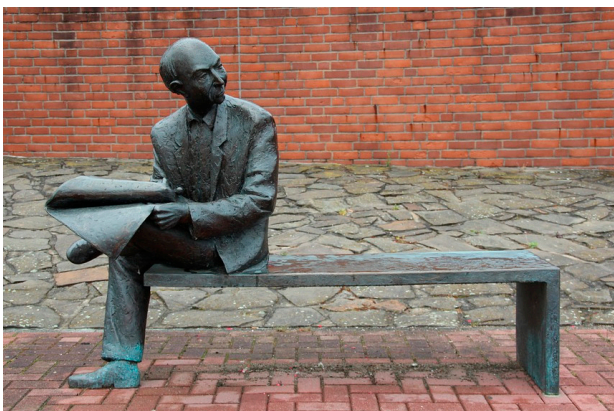
ut den bild de vill förmedla av både bakgrundshistorien och den pågående konflikten. Att skapa opinion för sin sak kan vara lika effektivt som att vinna militära segrar.

Internet har inneburit att vem som helst, var som helst på jordklotet, har ögonblicklig tillgång till information som man inte hade kunnat drömma om för bara trettio år sedan. Möjligheten att söka bakgrundsfakta och hålla sig à jour med de senaste nyheterna är näst intill obegränsad, i alla fall i de länder där informationsflödet inte stryps av totalitära regimer. Samtidigt är möjligheten att sprida desinformation lika obegränsad.

Ett vanligt, i stort sett klokt råd, är att vara extra mycket på sin vakt mot det som kan nå en via sociala medier. Dels kan i princip vem som helst lägga upp falsk information som ger intryck av att komma från en vederhäftig källa, dels har de sociala medieplattformarna inbyggda algoritmer som försöker bedöma vilken typ av information du föredrar. Algoritmerna förstärker alltså din din bekräftelsebias.

Den fantastiska möjligheten som internet ger oss att söka bakgrundsfakta kan också orsaka ett annat problem: material som bygger på felrapportering eller rena falskarijer kan ha ett evigt liv. De finns ofta fortfarande kvar och om man inte är noggrann kan man missa att de vederlagts.

Ett annat, och också detta i princip ett klokt råd, är att i första hand söka sin information hos det som kallas "etablerade medier". Vad som avses är exempelvis välkända dagstidningar och radio- eller tv-kanaler i länder där massmedia inte står under totalitär kontroll. Men, man kan inte utgå från att dessa heller förmedlar en korrekt bild. Alla individer har en bias – både medveten och



omedveten. Alla grupper – inklusive redaktioner – har ett gemensamt ”grupptänk” där vissa saker oreflekterat tas för absoluta sanningar. ”Etablerade medier” är inte det samma som sanningsvittnen. Däremot vet du att de har en lång tradition av att bevaka nyhetsflödet på ett sätt som du känner till. Du har en viss förförståelse för hur de brukar resonera. I denna förförståelse kan du också utgå från att du, i din medvetna eller omedvetna önskan att få din världsbild bekräftad, gärna väljer källor som stryker dig medhårs. En rimlig slutsats är därför: om du brukar prenumerera på *Dagens Nyheter*, läs även *Svenska Dagbladet*. Hämtar du din utlandsbevakning från SVT och Al Jazeera, läs också *Haaretz* och *Jerusalem Post*. Läser du *Fokus* och *Kvartal*, läs även *ETC*.

Ytterligare ett problem är att många tidningar hämtar avsevärda delar av sitt material från nyhetsbyråer. Den som dominerar i Sverige är TT – Tidningarnas Telegrambyrå, som i sin tur ofta hämtar material från andra, inter-

nationella nyhetsbyråer. Tag en titt i din dagstidning och du kommer med säkerhet finna att mycket av materialet, i synnerhet notiser, är producerat av TT. Det är därför du kan hitta nästan exakt samma information i många svenska dagstidningar. Men även TT består av journalister som medvetet eller omedvetet kan vinkla.

Man behöver inte heller vara konspirationsteoretiker för att inse att främmande makter i vissa fall kan ha ett intresse av att försöka påverka ledande nyhetskanaler i vårt land.

Källkritik är inte lätt. Alla har en bias. Och vissa har en agenda.

Detta nummer av *Folkvett* domineras av en debattartikel om psykiatri och dess belackare, skriven av göteborgsprofessorn Elias Eriksson. Eriksson argumenterar naturligtvis utifrån sin synvinkel och vi hoppas på att artikeln väcker en diskussion som fortsätter i nästa nummer. Den prisbelönta svensk-kanadensiske läraren Philippe Longchamps bidrar med en artikel om hur man lär ut kritiskt tänkande till skolelever. Xzenu Cronström Beskow tar ett grepp på incels och hur de framgångsmyter som sprids i *The Secret* kan förvilla. Alexander Gunnarsson berättar om hur hans skeptiska sinnelag räddade honom från en sekt. Och vår återkommande krönikör Teddy Winroth kåserar om Napoleon.

Vi uppmanar också våra medlemmar att närvara vid föreningens årsmöte, som i år går av stapeln i Göteborg den 11:e maj. Ytterligare information återfinns i slutet av tidningen.

Väl mött! ✍️

*Dan Katz*

# *Propagandan mot de antidepressiva läkemedlen*

**Elias Eriksson**, professor i farmakologi och en av Sveriges främsta experter inom området, ger sin syn på kritiken av SSRI-preparat och argumenterar mot den motvilja som finns rörande medicinsk behandling av psykiska sjukdomar. I denna artikel finns en del termer som kan vara obekanta för våra läsare. I slutet av artikeln finns därför en ordlista med förklaringar och definitioner.

*Jävsdeklaration:* Författaren har de senaste 10 åren hållit ett fåtal arvoderade föredrag vid möten som arrangerats av läkemedelsföretagen Servier, Janssen och Lundbeck och dessutom, vid ett tillfälle, deltagit i ett så kallat advisory-board-möte med Janssen. För de SSRI-medel som artikeln handlar om gäller att de sedan länge förlorat patentskydd och därför är kommersiellt ointressanta för läkemedelsindustrin.

## *Antipsykiatrin*

PSYKIATRISKA SJUKDOMAR kan orsaka stort lidande. Obehandlade leder de inte sällan till förtida död. Men för de flesta av dem kan man idag erbjuda effektiv farmakologisk behandling. Att vi har tillgång till hyggligt tolerabla läkemedel som lindrar symptom – och ibland eliminerar dem – vid tillstånd som schizofreni, bipolär sjukdom, de-

pression, tvångssyndrom och panikångest, utgör en av den medicinska vetenskapens största landvinningar.

Alla borde glädjas över detta. Men det finns många som inte gläder sig alls, utan tvärtom hyser en ideologiskt betingad motvilja mot psykofarmaka, och ägnar betydande tid och kraft åt att driva kampanj mot psykiatrins läkemedel. I sina mer extrema yttringar brukar denna hållning benämnas *antipsykiatri*.

Antipsykiatrin uppvisar tydliga likheter med antivaccinrörelsen. Liksom vaccinnmotståndare ogillar *alla* vaccin, och anser dem *både* överksamma *och* livsfarliga, brukar antipsykiatriska debattörer gå till storms mot *alla* typer av psykofarmaka, och tillskriva dem de mest förfärande egenskaper<sup>1,2,3</sup>. Medlen framställs som helt ineffektiva, men ändå svårt beroendeframkallande och behäftade med livsfarliga biverkningar.

Antivaccinrörelsen och antipsykiatrin har också det gemensamt att man gärna hemfaller åt konspirationsteorier – man tycks mena att läkemedelsindustrin, myndigheter, läkare och forskare över hela världen *med ont uppsåt* utsätter stora delar av befolkningen för substanser man vet är ineffektiva och farliga. Båda rörelserna är mycket aktiva på internet. Man lyfter fram enskilda fall, där en tragisk utgång tidsmässigt sammanfallit med exposition för ett vaccin eller ett psykofarmakon, som bevis för farligheten hos en substans som använts av miljarder.

Gemensamt för antivaccinrörelsen och antipsykiatrin är också att man lyckats mobilisera enstaka företrädare från den medicinska professionen som med sin titel ger förment vetenskaplig legitimitet också för de mest befängda påståenden. Men medan vaccinnmotståndarna i



*Sju medlemmar av den franska vaccinationskommittén skriker på Tapp, en hälsovårdare som sätter sig emot den nya upptäckten. Färglagd etsning, cirka 1800. Från Wellcome Collection.*

allmänhet avfärdas som stollar i etablerade media brukar företrädare för antipsykiatri bemötas med betydande respekt.

Kritik mot den medicinskt inriktade psykiatri har förekommit alltsedan 60-talet och utgått från mycket disparata läger, som Jacques Lacan och andra franska filosofer, 68-vänstern, psykoanalysen, den akademiska sociologin och scientologin. Bland de tongivande i den aktuella debatten kan nämnas Peter Gøtzsche (dansk läkare och professor)<sup>1</sup>, Robert Whittaker (amerikansk journalist)<sup>2</sup> och Irving Kirsch (engelsk psykolog tillika professor)<sup>4</sup>. Inlägg från en handfull läkare och psykologer, vars negativa in-

ställning till psykofarmaka tycks baseras på att den egna expertisen ligger inom området psykoterapi, är också ett återkommande inslag i svenska media.

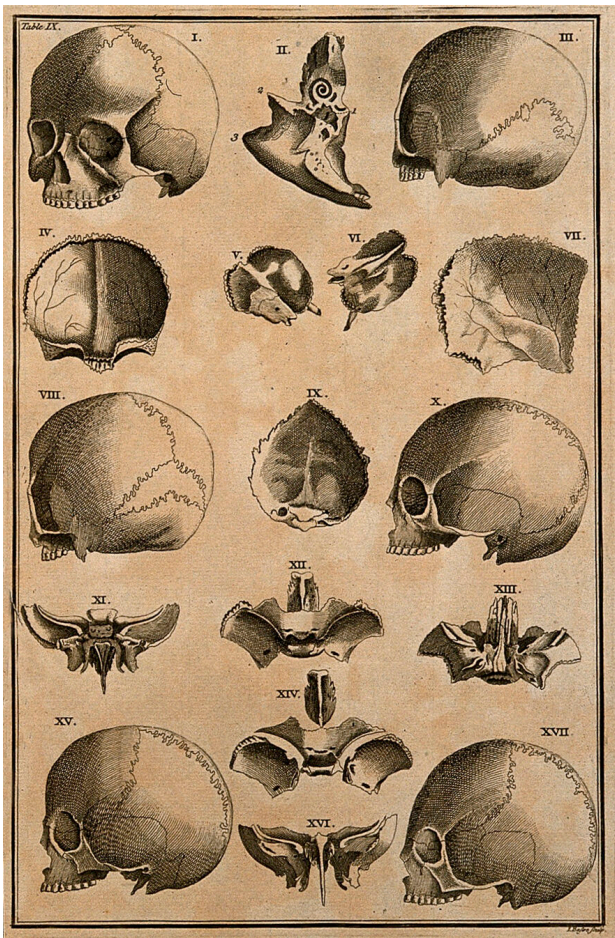
Trots att de olika kritikernas ideologiska utgångspunkt alltså skilt sig radikalt är argumenten – av vilka några skall bemötas i denna artikel – i allmänhet ungefär desamma. Men medan ifrågasättandet under 70-, 80- och 90-talen framför allt avsåg farmaka mot schizofreni<sup>5</sup>, och under 00-talet i hög grad gällde ADHD<sup>6</sup>, är det numera framför allt de antidepressiva medlen som hamnat i skottgluggen. Av utrymmeskäl kommer diskussionen därför att begränsas till argumentationen mot dessa preparat, och då framför allt till de mest använda av dem – de selektiva serotoninåterupptagshämmarna (SSRI).

### *Har serotoninhypotesen falsifierats?*

Ett ofta återkommande tema i kampanjen mot SSRI-medlen går ut på *i)* att användandet av dessa farmaka motiveras av antagandet att det föreligger brist på serotonin vid depression, *ii)* att denna hypotes har hittats på av läkemedelsföretagen för att öka profiten, och *iii)* att den sedan länge har falsifierats. Men alla de tre leden i resonemanget är missvisande.

*För det första* har hypoteser om verkningsmekanismen ingen betydelse alls för det berättigade i användandet av psykofarmaka. För många psykofarmaka gäller att de började användas innan man hade en aning om verkningsmekanismen, för vissa gäller att vi fortfarande inte har en aning om verkningsmekanismen, och för dem alla gäller att kunskapen om verkningsmekanismen är – som bäst – högst begränsad. Det viktiga är *att* de fungerar, inte *varför*.





*Skallar och skullfragment som visar olika skullformer och variationer i suturer, efter Esustachius. Etsning av Basire, 1743, efter gravyr, cirka 1552. Från Wellcome Collection.*

Visst hände det att företagen, när SSRI-medlen lanserades för drygt 30 år sedan, i sin marknadsföring ibland drog väl stora växlar på hypotesen att deprimerade lider brist på serotonin. Men att detta skulle ha haft någon större betydelse för den omfattande förskrivningen är osannolikt. Det finns rader av psykofarmaka som åtnjuter ett omfattande användande utan att möjlig verkningsmekanism någonsin berörts i några annonser.

Den som ändå bekymrar sig över hur SSRI-medlen en gång marknadsfördes kan dessutom trösta sig med att detta potentiella problem har upphört. Patenten för SSRI-medlen har löpt ut för länge sedan, och sedan dess har de inte marknadsförts alls. Att de likväl fortfarande åtnjuter betydande popularitet kan alltså ej skyllas på läkemedelsindustrins skurkstreck.

Att SSRI-medlen förblivit så populära måste i stället ha andra orsaker – som att de uppfattats som tolerabla och effektiva, och att de tillstånd de används för är – och alltid har varit – vanligt förekommande. Däremot kan framgången knappast förklaras av att man än idag återfinner en och annan olycklig formulering om depressionens orsaker i de finstilta bipackssedlar som medföljer några av SSRI-medlen, vilket likväl är något svenska debattörer funnit skäl att ondöra sig över<sup>7,8</sup>.

*För det andra* är serotoninhypotesen visst inte en bluff som hittats på – eller vidmakthållits – av läkemedelsindustrin. Teorins upprinnelse kan dateras till slutet av 50-talet, då schweizaren Roland Kuhn testade huruvida molekylen *imipramin* – föregångaren till SSRI-medlen – möjligen var verksam vid schizofreni. Det var den inte, men helt oväntat fann Kuhn att den däremot utövar en



*Sorg, version i olja av illustrationen till dikten På Vernamo  
marknad. Olja på duk av Albert Edelfelt, 1894.  
Från Kansallisgalleria.*

påtaglig antidepressiv verkan. Trots att man till en början inte visste något alls om verkningsmekanismen tog psykiatrin snabbt till sig detta veritabla genombrott. Det viktiga är – som sagt – *att* ett läkemedel fungerar, inte *varför*.

Kort senare upptäckte emellertid amerikanska forskare att imipramin blockerar den pump i hjärnans synapser som normalt inaktiverar signalämnet *noradrenalin*, och föreslog att den antidepressiva effekten kunde hänga samman med denna effekt<sup>9</sup>. Och några år senare visade den svenske farmakologen tillika nobelpristagaren Arvid Carlsson att imipramin påverkar även *serotonin* på motsvarande sätt<sup>10</sup>.

Om ett läkemedel som utövar antidepressiv verkan påverkar ett visst signalämne i en viss riktning är det fullt rimligt att spekulera i att signalämnet i fråga har med uppkomsten av depressiva symptom att göra. Och i synnerhet gäller detta om läkemedlet saknar humörhöjande effekt hos friska, vilket är fallet för imipramin och dess efterföljare. Under 60-talet föreslog därför akademiska forskare<sup>11</sup> att det kanske föreligger en brist på serotonin vid depression som imipramin delvis kompenserar för. Dessutom fanns det fler argument för denna teori, som till exempel att substanser som i stället ökar mängden serotonin genom att hämma signalämnets nedbrytning – så kallade MAO-hämmare – också är effektiva antidepressiva.

Detta skedde vid en tid då kunskaperna om den kemiska signalöverföringen i centrala nervsystemet var helt rudimentära. Bara ett drygt decennium tidigare hade forskarsamhället fortfarande varit oenigt om huruvida hjärnans nerver alls använder sig av signalämnena för att kommunicera med varandra. Och att aminosyrorna GABA och glutamat utgör de i särklass vanligaste av hjärnans signalämnena hade man fortfarande inte en aning om. Mot bakgrund av hur lite man på den tiden visste framstår serotoninhypotesen, i all sin enkelhet, som mycket rimlig.

För att testa om en antidepressiv effekt kunde knytas till en påverkan på serotonin – snarare än noradrenalin – tog Carlsson initiativ till utvecklandet av en substans som påverkar serotonin men inte noradrenalin – det första SSRI-medlet. Molekylen visade sig utöva antidepressiv verkan, och detsamma gäller den långa rad av SSRI-medel som därefter lanserades av olika företag, och som idag används av nästan var tionde svensk.

Serotoninhypotesen var alltså *inte* påhittad av läkemedelsföretagens marknadsavdelningar utan av oberoende forskare. Och oavsett om den är rätt eller fel var den tveklöst till gagn för psykiatrins patienter såtillvida att den ledde till utvecklandet av SSRI-medlen. Dessa substanser är visserligen inte mer antidepressivt effektiva än imipramin, men de har lindrigare biverkningar, och är långt mindre toxiska i överdos. Dessutom har de revolutionerat behandlingen av en rad kroniska ångestsjukdomar.

*För det tredje* är det inte så – som kritikerna hävdar – att hypotesen att serotonin spelar en viktig roll vid depression har falsifierats

<sup>12,13,14</sup>. Sant är dock att den mycket preliminära hypotes som lanserades på 60-talet – den *straw man* som kritikerna fortfarande går till storms mot – sedan dess förstås har modifierats. Det är exempelvis inte säkert

**Oavsett om den är rätt eller fel var den tveklöst till gagn för psykiatrins patienter såtillvida att den ledde till utvecklandet av SSRI-medlen.**

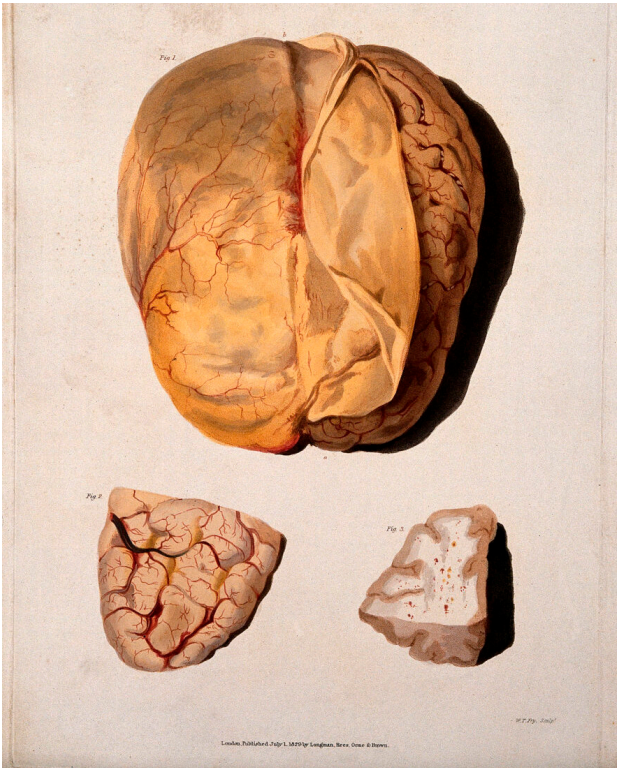
att en potentiell serotonerg avvikelse bäst beskrivs som en *brist*; i vissa delar av hjärnan kan tvärtom den serotonerga aktiviteten vara *förhöjd* vid depression och ångest, och nedregleras genom medicinering med SSRI<sup>15</sup>. Och ingen i fältet hävdar numera att depression är uttryck för en isolerad avvikelse hos ett specifikt signalämne – det trodde man knappast ens på 60-talet.

Samtidigt gäller dock att ett otal djurexperimentella och kliniska studier bekräftat vad man inte visste när effekten av imipramin på serotonerg aktivitet upptäcktes – nämligen att serotonin verkligen tycks vara en nyckelspelare i regleringen av sådana emotioner som ofta utgör del av det depressiva syndromet. Detta gäller bland annat ångestliknande beteende<sup>16</sup>, vilket är väl i linje med att SSRI-medlen visats utöva god effekt också vid ett antal ångestsjukdomar.

Två av varandra till en början oberoende forskningslinjer pekar alltså i samma riktning – *dels* studier av hur depression och ångest kan behandlas med serotoninpåverkande farmaka, *dels* studier av vilken fysiologisk roll hjärnans serotonerga nerver tycks spela hos djur och människa. Teorin att serotonin spelar en viktig roll för depressivitet och ångest är alltså i högsta grad *alive and kicking*.

Däremot har teorin aldrig baserats på att man kunnat påvisa att det faktiskt föreligger en nedsatt (eller förhöjd) serotonerg aktivitet vid depression. Och detta har en fullt naturlig förklaring – till följd av hjärnans komplexitet är våra möjligheter att avläsa den serotonerga aktiviteten hos levande människor mycket begränsad. Än så länge har därför serotoninhypotesen varken kunnat bekräftas eller falsifieras.





*En dissekerad hjärna och två sektioner av en sjuk hjärna. Färglagd punktgravyr av W.T. Fry för Richard Bright, 1829.  
Från Wellcome Collection.*

Otåliga inför avsaknaden av metoder som möjliggör bestämning av halten serotonin i synapserna i hjärnans olika regioner har dock forskare genom decennierna – fullt försvarligt – undersökt en rad åtkomliga men indi-

rekta markörer som *möjligen* skulle kunna tänkas spegla någon aspekt på den serotonerga aktiviteten. Halten av nedbrytningsprodukten av serotonin i olika kroppsvätskor, förekomst av specifika varianter av några av de många gener som påverkar den serotonerga aktiviteten och densiteten av enstaka av de 14 typerna av mottagarmolekyler för serotonin utgör några exempel.

Studier av sådana markörer har ibland givit intressanta utfall, men resultaten har sällan varit entydiga och alltid svårtolkade. För hypotesen att serotonin spelar roll vid depression har de därför aldrig varit avgörande. Och bland forskare i fältet har det alltid varit självklart att ingen av dessa tekniker medger något säkert svar på frågan hur det står till med den serotonerga aktiviteten hos den undersökta individen.

Likväl utbröt otyglad förtjusning i det antifarmakologiska lägret när häromåret en gruppering ledd av en starkt farmakakritisk psykiater<sup>3</sup> – Joanna Moncrieff – hade sammanställt utfallet av ett antal sådana studier och konstaterat att dessa inte hade bekräftat att det råder brist på serotonin vid depression<sup>13</sup>. ”*Depressioner beror inte på serotoninbrist*” var till exempel rubriken på den ”forskar-kommentar” i *Forskning & Framsteg* där psykiatern tillika professorn Åsa Nilsson okritiskt kommenterade artikeln<sup>12</sup>. Och detta var hur Moncrieffs bidrag tolkades i vida kretsar. Men även om man bortser från att studien hade påtagliga brister<sup>17</sup>, är det självklart att en *frånvaro av skillnad* avseende de ytterst indirekta och bristfälliga markörer som stått till buds aldrig kan utgöra bevis – eller ens stöd – för att den serotonerga aktiviteten skulle vara normal.





Teknikutvecklingen går dock framåt, och nyligen publicerades en studie med avancerad hjärnabbildning som indikerar att frisättningen av serotonin faktiskt är nedsatt i prefrontala kortex hos deprimerade patienter.<sup>18</sup> Inte heller den metodik som användes i denna studie är sofistikerad nog att erbjuda någon mer detaljerad inblick i den serotonerga transmissionen, och resultaten bör tolkas med försiktighet till dess att de replikerats. Men kan de bekräftas kommer ryktet om serotoninhypotesens död att framstå som än mer förhastat.

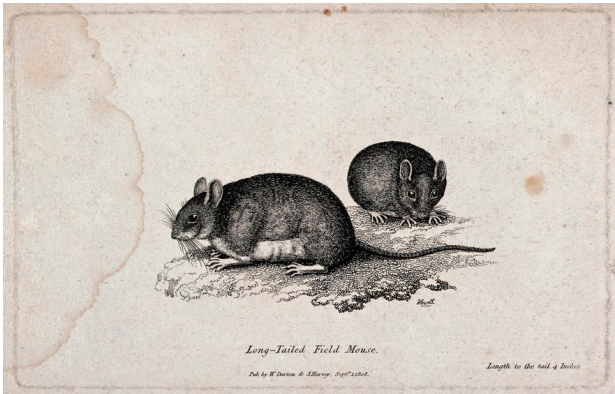
Att hypotesen alltså till nu dock främst vilat på farmakologisk argumentation är något kritikerna ofta raljerar över. En förnumstig lustighet – som ofta återanvänts – går ut på att *aspirin* kan lindra *värk*, men att man därför inte kan dra slutsatsen att värken *orsakas* av *aspirinbrist*. Analogin haltar förstås såtillvida att ingen har påstått att depression beror på brist på ett SSRI-medel utan – möjli-

gen – på en avvikelse i aktiviteten hos det signalämne som SSRI-medlen påverkar. Och för övrigt var det just studier kring aspirin och liknande läkemedel som en gång fick forskare att förstå de mekanismer och molekyler som är involverade i smärtreglering och inflammation. Att läkemedels verkningsätt kan kasta ljus över sjukdomars patofysiologi är alltså inget unikt för psykiatrin.

SSRI-kritikerna ondgör sig ofta över att medlen används trots att det inte är *bevisat* att de *korrigerar en känd avvikelse*. Som jämförelse – och exempel på hur det bör gå till – brukar anföras att man vid typ 1-diabetes minsann vet att det råder brist på insulin, och som behandling tillför den molekyl som saknas.

Om man krävde att läkemedel skall ha visats korrigera den primära sjukdomsmekanismen innan man börjar använda dem skulle man dock tvingas avskaffa de flesta mediciner (med undantag för antibiotika). Det är nämligen sällan vi på detaljnivå känner sjukdomars patofysiologi, och än mer sällan vi kan hävda att man med läkemedel korrigerar den primära avvikelsen. Inte ens vid typ-1-diabetes vet vi *varför* beta-cellerna i bukspottskörteln inte kan producera tillräckligt med insulin. Att tillföra insulin är alltså *inte* att korrigera den primära avvikelsen utan att *kompensera* för den. Sannolikt kan motsvarande sägas om många psykofarmaka.

Exemplet typ-1-diabetes illustrerar också hur svårt det är att klarlägga sjukdomars patofysiologi. De resurser som under många decennier lagts på att klargöra vari den primära dysfunktionen vid typ-1-diabetes består är mycket stora, men trots att forskarna kunnat fokusera sina studier på en enskild celltyp i bukspottskörteln har man ännu



*Två mindre skogsmöss. Etsning av W.S. Howitt.  
Från Wellcome Collection.*

inte löst mysteriet. Att avslöja patofysiologin vid hjärnans sjukdomar utgör förstås en utmaning i en helt annan division – skulle psykiatriens patienter inte erbjudas farmakologisk behandling förrän så skett, skulle de få vänta länge.

Det finns i detta sammanhang också skäl att beakta kunskapsutvecklingen avseende psykosjukdomen schizofreni. Tidigt 60-tal påvisade den tidigare nämnde Arvid Carlsson att antipsykotiska läkemedel *blockerar* mottagarna för signalämnet *dopamin* hos försöksdjur, vilket ledde till hypotesen att det vid schizofreni kanske föreligger en *förhöjd* aktivitet av detta signalämne.<sup>19</sup> I samma riktning talade dessutom det faktum att medel som *ökar* mängden dopamin i synapserna – som amfetamin i missbruksdoser och läkemedel mot Parkinsons sjukdom – kan *framkalla* eller *förvärra* psykotiska symptom. Några direkta bevis för en sådan avvikelse förelåg dock inte, och under många

decennier ondgjorde sig kritikerna över att någon kunde vara nog förmätn att försöka dra slutsatser om schizofrenisjukdomen baserat på hur möss påverkas av ett läkemedel, när man i stället – menade alltför många – borde fokusera på den förment schizofreniframkallande påverkan modern hade utövat under patientens uppväxt. (Redaktörens anmärkning: enligt psykoanalytisk/psykodynamisk teori orsakas schizofreni av brister i föräldraskapet. Något egentligt forskningsstöd för detta finns dock inte.)

Sedan dess har dock nya möjligheter att mäta den dopaminerga aktiviteten hos människan utvecklats, och idag är det välbelagt att det vid schizofreni faktiskt föreligger en ökad frisättning av dopamin i en viss del av hjärnan – associativa striatum.<sup>20</sup> Ingen tror förstås att man härmed slutligt och i detalj klarlagt sjukdomens biologi, men den teori som en gång baserades på den antagna verkningsmekanismen hos antipsykotiska medel har alltså – många decennier senare – kunnat bekräftas. Detta förhållande tycks dock inte nått det antipsykiatriska lägret – också dopaminhypotesen för schizofreni brukar nämligen fortfarande avfärdas som en bluff av debattörer som Gøtsche<sup>1</sup> och Whittaker.<sup>2</sup>

*Föreligger det över huvud taget någon ”kemisk obalans” vid depression?*

Efter att felaktigt ha konstaterat att serotoninhypotesen för depression är falsifierad tycks antipsykiatrin mena att det härmed kan fastslås att det över huvud taget inte föreligger någon ”kemisk obalans” – en formulering som framför allt används av kritikerna – vid denna sjukdom. Det är en märklig slutsats. Även om det skulle visa sig



*Trepanerad människoskalle. Fotografi. Från Wellcome Collection.*

att just den serotonerga aktiviteten faktiskt är fullt normal utesluter ju detta inte att denna sjukdom – i likhet med alla andra sjukdomar – är associerad med någon annan form av ”kemisk obalans”.

Alla våra tankar och emotioner har ett biokemiskt underlag. Också fullt normal glädje eller sorg är ett resultat av biokemiska processer. Och detsamma måste förstås också gälla de emotioner som präglar det depressiva syndromet eller någon av ångestsjukdomarna. Att de neurokemiska processerna hos en deprimerad patient är delvis annorlunda än motsvarande processer hos den som är symptomfri borde därför inte vara ett kontroversiellt antagande. Det är tvärtom en självklarhet.

Den aversion många uttrycker mot tanken att det skulle föreligga ett underliggande neurokemiskt korrelerat

till psykisk sjukdom är därför besynnerlig. Alla kroppens andra organ kan drabbas av maskinfel, med åtföljande symptomatologi, utan att vi vet varför. Skulle just hjärnan vara fredad från att råka i olag hade det varit förvånande. Därför är det heller ingen som ifrågasätter att de av hjärnans sjukdomar som påverkar till exempel vår motoriska förmåga – de neurologiska – har ett biologiskt underlag. Men så snart det är de neuronala kretsar som styr emotioner och tankar som genererar symptom, protesterar många mot idén att det skulle kunna röra sig om en ”kemisk obalans”.

Föreställningen att det föreligger ett biokemiskt underlag till depression utesluter förstås inte att sjukdomen i vissa fall kan utlösas av yttre, psykologiska faktorer – allt vi upplever påverkar hjärnans kemi, ibland temporärt, ibland mer permanent. Och av samma skäl motsäger förstås inte förekomsten av en ”kemisk obalans” att psykoterapi kan utgöra en framgångsrik behandling.

En fullt berättigad diskussion är dock hur man skall skilja på lindrigare former av depression, där farmaka kan vara till nytta, från sådan ledsenhet som utgör en förklarlig konsekvens av individens livssituation, och där farmaka inte kan förväntas hjälpa. Och säkert förekommer det att antidepressiva medel skrivs ut i primärvården till individer vars nedstämdhet inte är uttryck för depression. Men ingen som någon gång ställts inför en suicidal patient med djup hämningsdepression, och igen träffar samma patient efter framgångsrik farmakologisk behandling, kan ifrågasätta att depression kan vara en högst reell sjukdom, som utan minsta tvekan är associerad med någon form av underliggande ”kemisk obalans”.

*Är SSRI-medlen inte mer antidepressivt effektiva än placebo?*

Ett annat tema i senaste årens antipsykiatriska kampanj har avsett SSRI-medlens förmenta brist på antidepressiv verkan. Utgångspunkten har varit ett antal så kallade meta-analyser – det vill säga studier i vilka man efteranalyserat utfallet från de placebokontrollerade kliniska prövningar som läkemedelsföretagen en gång genomförde för att få sina preparat godkända.

Den som framför allt åstadkom *a major splash* inom detta område är psykologen och placeboforskaren Irving Kirsch, vars slutsats att SSRI-medlen inte är bättre än placebo mottogs med stor tillfredsställelse i psykofarmakafientliga kretsar.<sup>4,21</sup> Det finns uppenbarligen många som inte *vill* att det skall finnas effektiv medicin mot depression. Men Kirschs slutsats var fel.

Hamiltons depressionsskattningsskala (HAM-D) är ett skattningssinstrument som introducerades redan på 50-talet. Skalan omfattar 17 möjliga depressionssymptom vilka skattas 0-4 eller 0-2 vad avser svårighetsgrad. I psykofarmakaerans begynnelse använde man den sammanlagda poäng patienten uppnår som mått på sjukdomens svårighetsgrad, och reduktionen i denna summapoäng som utfallsmått i kliniska studier.

Att detta är en okänslig och missvisande effektparameter är dock väldokumen-

**Det finns  
uppenbarligen  
många som inte  
vill att det skall  
finnas effektiv  
medicin mot  
depression.**

terat.<sup>22</sup> Men likväl fortsatte företagen att använda den när man på 80-talet skulle jämföra SSRI-medlen med placebo. Man visste nämligen att myndigheterna, när man godkände äldre antidepressiva medel, hade accepterat detta utfallsmått, och vågade sig inte på några innovationer. Men dessutom var syftet med dessa studier aldrig att *kvantifiera* den antidepressiva effekten – kunde man bara demonstrera att skillnaden mellan aktiv substans och placebo var statistiskt signifikant kunde studien ligga till grund för ett godkännande, oavsett hur stor eller liten denna skillnad var. Och för detta syfte dög detta utfallsmått.

Trots att studierna alltså aldrig var designade för att bestämma magnituden på den antidepressiva effekten har de på senare tid kommit att användas av metaanalytiker för just detta syfte. Och trumfkortet i argumentationen från Kirsch och andra har härvid utgjorts av att skillnaden i medelvärde mellan SSRI- och placebogrupperna vad avser summapoängen på HAM-D – när man lägger samman resultaten från många studier – inte är större än 2-3 poäng. Och en skillnad om 2-3 poäng på en skala där man maximalt kan komma upp i 52 poäng är – hävdar Kirsch – alltför blygsam för att ens märkas.<sup>4</sup>

Argumentationen kan synas bestickande, men har avgörande brister. Den mest uppenbara är att en skillnad i *medelpoäng* mellan behandlingsgrupperna om 3 poäng förstås inte innebär att alla på SSRI blir just 3 poäng bättre än de hade blivit om de fått placebo. Cirka 30 % svarar inte på SSRI, så en genomsnittlig skillnad om 3 poäng betyder att många uppvisar betydligt större symptomreduktion än så.





*Herkules sitter på en kolonn, deprimerad.  
Etsning av F. Bartolozzi, 1781. Från Wellcome Collection.*

Än viktigare är dock att Kirsch inte har beaktat skattninginstrumentets väl kända brister. För de 17 *möjliga* symptom på depression man skattar med HAM-D gäller att många bara förekommer hos en minoritet av patienterna, och därför ofta skattas noll redan när studien startar. Även om man *maximalt* kan uppnå 52 poäng så är det poängantal en deprimerad patient brukar uppnå avsevärt lägre – 18 poäng brukar räcka för diagnosen ”medelsvår” depression.

Dessutom gäller att många av de symptom som skattas kan förekomma också hos den som inte är deprimerad – som till exempel ryggont. Också en icke-deprimerad kontrollpopulation skattar sig därför betydligt högre än noll<sup>23</sup>, vilket förstås kan få effekten av framgångsrik behandling att framstå som mindre imponerande än den är.

Vad som framför allt försvårar tolkningen när summapoängen på HAM-D använts för just SSRI-studier är dock att skalan registrerar vanliga SSRI-biverkningar som vore de depressionssymptom. Störd sömn, viktning, dämpad sexualdrift och gastrointestinala besvär *kan* visserligen utgöra symptom på depression, men är också vanliga biverkningar av SSRI-medel. Hos den deltagare som under behandling med SSRI erfarit att centrala depressionssymptom helt upphört – som nedstämdhet, suicidtankar och ångest – kan förekomst av vanliga SSRI-biverkningar därför innebära att denna förbättring i hög grad maskeras.<sup>24,25</sup>

I vilken omfattning ett läkemedel ger upphov till biverkningar är visserligen viktigt att undersöka, och att väga in när man gör en samlad bedömning av dess för- och nackdelar. Men tolerabilitet och effektivitet är olika kvali-

teter som bör analyseras var för sig. Att HAM-D-skalan kontamineras av SSRI-biverkningar är därför olyckligt, och en av de viktigaste anledningarna till att läkemedlen har framstått som mindre effektiva än de faktiskt är.<sup>25</sup>

Vid Göteborgs universitet har vi genomfört en rad studier där vi – i likhet med Kirsch – har efteranalyserat utfallet av de studier som företagen genomfört avseende SSRI-medlen. Till skillnad från Kirsch har vi dock utgått från data på individnivå snarare än på gruppnivå, vilket ger väsentligen mer information. Och till skillnad från Kirsch har vi beaktat skattningsinstrumentets brister.

I en analys som inkluderade alla relevanta studier av någorlunda storlek där man jämfört något av de tre SSRI-medlen citalopram, paroxetin eller sertralin med placebo kunde vi bekräfta att effekten av aktiv behandling på det konventionella effektmåttet – summapoängen på HAM-D – verkligen inte är ägnad att imponera. SSRI-medlens kritiker brukar påpeka att SSRI lyckats slå placebo i endast hälften av genomförda studier, men i vårt material var utfallet ännu sämre. I enbart 40% av studierna utgick SSRI-medlet som

**Att HAM-D-skalan kontamineras av SSRI-biverkningar är därför olyckligt, och en av de viktigaste anledningarna till att läkemedlen har framstått som mindre effektiva än de faktiskt är.**

segrare vad avser den sammanlagda poängsumman för de 17 HAMD-D-symptomen.

När vi i stället begränsade jämförelsen till centrala depressionssymptom – och uteslöt de *items* som utgör vanliga SSRI-biverkningar – blev utfallet dock ett helt annat. Vad gäller symptomet *depressed mood* utgick SSRI som segrare i 91% av studierna.<sup>24</sup> I studie efter studie har alltså kunnat bekräftas att SSRI mer effektivt än placebo kan förbättra stämningläget hos deprimerade patienter.

*Effektstorlek* är ett mått på hur pass mer effektivt ett läkemedel är än placebo. 0,3 brukar ses som en blygsam, 0,5 som en medelstor och 0,8 som en stor effekt. När vi exkluderat de studier där man inte givit en optimal dos av SSRI-medlet ser vi en effektstorlek om 0,5 vad avser förbättring av den depressiva förstämningen<sup>26</sup>, vilket är bättre än vad som gäller för en majoritet av de medel som används inom den somatiska medicinen<sup>27</sup>. Och detta trots att det föreligger en rad faktorer i depressionsstudier – jämfört med exempelvis studier av diabetes eller högt blodtryck – som motverkar möjligheten att demonstrera skillnad mellan aktiv substans och placebo. Bristen på objektiva inklusionskriterier, ett oprecist utfallsmått, en betydande grad av spontanremission, en viss placeboeffekt och dålig följsamhet till ordinerad behandling utgör några exempel.

Att skillnaden i effektivitet mellan SSRI och placebo skulle vara för liten för att vara kliniskt relevant är alltså en myt som kunnat uppstå för att Irving Kirsch och andra inte beaktat skattningssinstrumentets begränsningar. Fokuserar man på de centrala depressionssymptomen bekräftas SSRI-medlens fördel över placebo i de allra flesta studier, och detta med fullt respektabla effektstorlekar.



Också i andra avseenden har Kirsch och andra grumlat diskussionen om de antidepressiva medlen med påståenden som saknar grund men tagits för sanna. Man har exempelvis hävdats att det för den antidepressiva effekten av SSRI inte skulle föreligga något samband mellan dos och effekt – vilket det ju bör göra för ett sant verksamt läkemedel.<sup>4</sup> Men våra och andras analyser har tydligt visat att ett sådant samband visst föreligger.<sup>26,28</sup>

Kirsch har också hävdats att medlens antidepressiva effekt, om den nu alls existerar, endast är relevant hos patienter med mycket djup depression. Men det stämmer inte heller – våra analyser visar att effekten av SSRI på centrala depressionssymptom är i stort sett lika uttalad vid fall som klassificerats som medelsvåra.<sup>29</sup> Att Socialstyrelsen i sina riktlinjer nedgraderat värdet av antidepressiva farmaka för behandling av medelsvår depression får därför ses som ett olyckligt missgrepp.

Kirsch och hans epigoner har vidare hävdad att det faktum att SSRI-medlen ibland slår placebo inte har med substansernas påverkan på centrala signalämnen att göra, utan på att de framkallar biverkningar. Tanken är att de patienter som i kliniska studier erfar bieffekter förstår att de lottats till aktiv behandling snarare än placebo, vilket antas förstärka den psykologiska placeboeffekten. Antidepressiva medel kan alltså – enligt Kirsch – ses som *extra-strength placebos*.<sup>4</sup>

Vore denna hypotes korrekt skulle ju dock alla farmaka som ger upphov till biverkningar framstå som lika antidepressivt effektiva, men så förhåller det sig inte. En lång rad potentiella nya antidepressiva farmaka har aldrig nått kliniken eftersom de – trots att de inte varit biverkningsfria – visat sig vara sämre än etablerade farmaka, eller inte bättre än placebo, i kliniska prövningar.

Att farmaka skulle utöva sin antidepressiva verkan genom en placeboeffekt motsägs också av historien. Innan ovan nämnde Kuhn råkade upptäcka den antidepressiva effekten av imipramin tillgrip man, i brist på annat, en lång rad farmaka för att försöka lindra depression – som opioider, barbiturater och amfetamin – men utan större framgång. När så imipramin dök upp var det däremot uppenbart att man äntligen fått i sin hand ett sant antidepressivt medel. Hade det bara rört sig om en placeboeffekt borde ju dock alla de farmaka man tidigare använt framstått som alldeles lika effektiva.

Kirschs hypotes att antidepressiva bara fungerar som placebo kunde därför avvisas redan vid första anblicken, men har likväl vunnit betydande genklang. I våra metaanalyser på individnivå har vi därför – för säkerhets skull –





*En man attackeras av blåa djävlar, vilka representerar depression eller psykisk sjukdom. Färglagd etsning av R. Newton, 1795, efter sig själv. Från Wellcome Collection.*

undersökt om SSRI är mer effektivt än placebo också hos individer som inte rapporterat några biverkningar. Inte oväntat fann vi att så var fallet.<sup>30</sup>

De debattörer som ondgör sig över SSRI-medlens förmenta svårighet att prestera bättre än placebo i kontrollerade studier pläderar ofta för alternativa behandlingsformer, som exempelvis psykodynamisk psykoterapi (PDT), *mindfulness* eller fysisk aktivitet. Detta är en inkonsekvent hållning, eftersom stödet för att dessa åtgärder skulle leda till bättre resultat *än en trovärdig kontrollbehandling* är helt obefintligt. Och även för den form av psykoterapi som har bättre stöd än PDT i tillgänglig evidens, kognitiv beteendeterapi (KBT), gäller att magnituden på den skillnad i utfall som kan uppvisas när metoden jämförs med en trovärdig kontroll – snarare än med att stå på väntelista eller vara föremål för en oidentifierad *treatment as usual* – ofta är ganska blygsam. Det är svårt att förstå varför många, vad gäller just farmaka, kräver att en tydlig skillnad visavi placebo skall kunna uppvisas, men däremot tar lätt på avsaknaden av motsvarande form av evidens när det gäller de alternativa behandlingsformer man i stället förespråkar.

Under senare tid har en ny flank öppnats i attackerna mot SSRI – det hävdas att de visserligen nog trots allt kan minska en depressiv förstämning, men att detta beror på att de framkallar en *generell emotionell avtrubbning*, så att patienten varken kan känna sorg eller glädje. Det tycks verkligen som att vissa patienter kan erfara en sådan påverkan<sup>31</sup>, men skulle detta vara ett vanligt fenomen hade medlen förstås inte varit så populära som de är.

I en av de skattningsskalor som använts vid depressionsstudier – Montgomery Åsbergs depressionsskatt-



ningsskala (MADRS) – är *inability to feel* ett av de inkluderade symptomen. I de kliniska prövningarna *förbättras* patienten vad avser detta symptom – snarare än försämras – parallellt med att stämningsläget förbättras.<sup>25,32</sup> Hypotesen att den antidepressiva effekten är sekundär till generellt avtrubbade emotioner kan därför avvisas.

### *Andra indikationer*

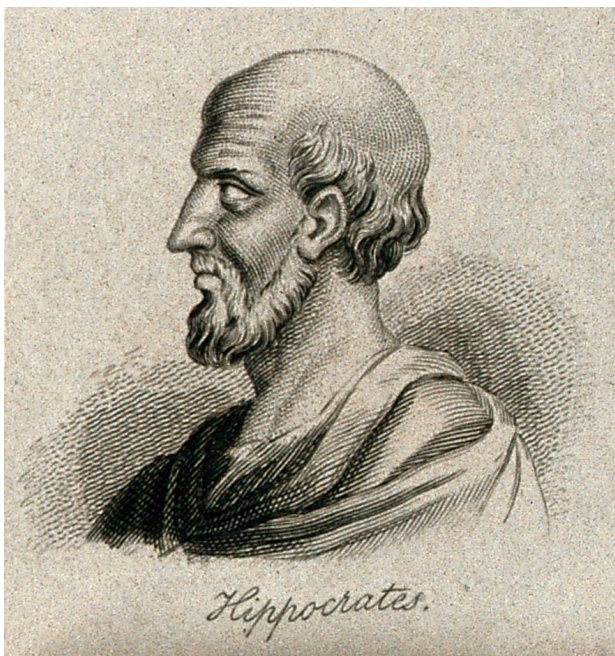
När SSRI-kritiker förfasar sig över det omfattande användandet av SSRI-medel brukar de framhålla att förskrivningen är högre än punktprevalensen för depression (det vill säga den andel av befolkningen som i ett givet ögonblick är deprimerad) – 8-10 % vs 5 %. Dock bortser man då från att individer med upprepade depressioner inte sällan väljer att fortsätta att medicinera kontinuerligt efter andra eller tredje episoden, för att förebygga nya depressioner, vilket förstås medverkar till att totala förskrivningen blir högre än punktprevalensen. Men framför allt bortser man från att SSRI-medlen utgör förstahandsbehandling också vid en rad andra indikationer vars sammantagna prevalenstal är betydligt högre än prevalensen för depression.

Det är framför allt vid olika ångestsjukdomar som SSRI har kommit att inta rollen som förstahandsmedel, men de är god-

**Hypotesen att den antidepressiva effekten är sekundär till generellt avtrubbade emotioner kan därför avvisas.**

kända även för behandling av tvångssyndrom, hetsätning och premenstruell dysfori. Vid paniksyndrom har de en remarkabel effekt – det är få patienter med återkommande panikattacker som inte kan befrias från dessa med hjälp av ett SSRI-preparat. Vid generaliserat ångestsyndrom och social fobi är effekten inte fullt lika dramatisk, men tydligt bättre än den av placebo. Också posttraumatiskt stressyndrom utgör en godkänd indikation, men här är effekten tyvärr ringa, och användandet därför måttligt. Att nå full symptomfrihet vid tvångssyndrom är tyvärr svårt, men effekten av SSRI, som ofta kombineras med KBT, är ostridig. Vid hetsätning är effekten inte imponerande, och vid anorexia nervosa fungerar de inte. Vid premenstruell dysfori är däremot effekten påtaglig – för reduktion av det centrala symptomet, det vill säga stegrad irritabilitet i premenstruell fas, är effektstorleken ca 1,4 (!).<sup>33,34</sup>

Generellt gäller att skillnaden mellan SSRI och placebo i kliniska prövningar för de icke-depressiva indikationer där medlen brukar användas varit snarast mer robust än motsvarande skillnad i depressionsstudier. Inte ens de mest notoriska SSRI-kritikerna brukar därför finna det lönt att ifrågasätta att dessa medel utövar effekt vid dessa diagnoser. Men i stället för att glädja sig över att man numera kan erbjuda patienter med dessa ofta starkt plågsamma och begränsande tillstånd en effektiv behandling brukar man ifrågasätta även detta användande. Men här brukar kritiken i stället gå ut på att indikationen *inte finns*, utan är påhittad av läkemedelsföretagen för att öka försäljningen. Trots att exempelvis social fobi och premenstruell dysfori omnämndes redan av Hippokrates – om också inte under dessa benämningar – hävdar man



*Hippokrates. Linjegravyr. Från Wellcome Collection.*

att dessa och andra tillstånd utgör exempel på företagens *disease mongering*.

Att läkemedelsindustrin skulle ha gått i bräsch för att introducera SSRI för påhittade icke-depressiva indikationer är dock osant. För alla dessa tillstånd gäller att de beskrivits och varit föremål för forskning och behandlingsförsök långt innan SSRI-medlen dök upp, och att det varit enskilda läkare och forskare som först uppmärksammat de gynnsamma effekterna av SSRI. Och ofta har

det då dröjt länge innan företagen låtit sig övertalas att genomföra de studier som krävts för att den nya indikationen skulle godkännas – inom läkemedelsindustrin är man konservativ och vill gärna vara viss om att det finns pengar att tjäna innan man ger sig in på nya områden.

### *Är SSRI-medlen farliga?*

Främsta skälet till att SSRI-medlen kom att inta positionen som förstahandsmedel vid depression var inte att de är mer effektiva än sina föregångare – vid fall av djup depression är de nog snarast något mindre effektiva. I stället var det de nya medlens relativt lindriga biverkningar som gjorde att de började förskrivas i betydande omfattning, inte bara inom psykiatri utan också inom primärvården.

Biverkningsfria är de dock inte – att SSRI-medlen kan utöva negativ påverkan på till exempel sexuellt intresse, sömn och gastrointestinal funktion är väl känt, och något som förstås bör vägas in närhelst man överväger att förskriva dem. Men det är likväl sant att de, när de lanserades, av både patienter och läkarkår uppfattades som långt mer fördragbara än tidigare antidepressiva medel. Och över 30 år senare – efter att miljarder av människor har exponerats för dem – kvarstår denna bedömning. I propagandan mot SSRI-medlen gör likväl kritikerna – genom våldsamma överdrifter – sitt bästa för att väcka oro hos patienter och anhöriga.

Professor Gøtsche hör till dem som brukar påstå att SSRI-medlen rent generellt är livsfarliga<sup>1</sup>, och några av hans landsmän publicerade nyligen en i massmedia uppmärksammanad metaanalys som de hävdade utgjorde stöd för att SSRI ökar risken att dö<sup>35</sup>. Men de hade analyserat

sina egna data slarvigt – dödligheten var tvärtom lägre hos dem som exponerats för SSRI än hos dem som fått placebo.<sup>36</sup> Författarna var alltså mer lojala med sin övertygelse att dessa preparat är i alla avseende förkastliga än med sina egna resultat.

Den notoriske professor Götzsche har också hävdat – med den psykiatrikritiske journalisten Robert Whittaker som referens – att den omfattande medicineringen med SSRI-medel och farmaka mot ADHD är skälet till att bipolär sjukdom är *250 gånger (sic!) vanligare* nu än före läkemedelseran.<sup>1</sup> Hypotesen hade kanske varit värd att överväga om bipolär sjukdom faktiskt hade blivit vanligare, men så är inte fallet – prevalensen för det som då kallades manodepressiv sjukdom, och numera kallas bipolär I, var ca 1 % i början på 50-talet och är ca 1 % än i dag.

Att SSRI-medlen ibland kan öka ångest och oro i behandlingens inledningsskede är däremot sant. Detta drabbar dock inte mer än kanske 10% av deprimerade patienter, och nettoeffekten på gruppnivå av SSRI på det symptom som i HAM-D-skalan kallas *psykisk ångest* är gynnsam redan första behandlingsveckan.<sup>37</sup>

Hos patienter som behandlas för panikångest är initial ångestförstärkning mer vanligt men fullt hanterligt genom långsam upptrappning av dosen och eventuellt tillfälligt tillägg av något lugnande medel.

**Hypotesen hade kanske varit värd att överväga om bipolär sjukdom faktiskt hade blivit vanligare, men så är inte fallet.**

Att SSRI-medlen skulle öka risken för suicid är en utbredd myt. Det kan visserligen inte uteslutas att det bland de miljarder som exponerats för SSRI-medel finns enskilda fall där behandlingen, till följd av en paradoxal initial reaktion, varit medskyldig till att individen genomfört ett suicidförsök kort efter behandlingens start. Men samtidigt råder det ingen alls tvekan om att *nettoeffekten* av SSRI, redan under första veckornas behandling, tvärtom är gynnsam, det vill säga att medicineringen oftare *minskar än ökar* suicidala tankar (åtminstone hos vuxna). Kliniska prövningar och epidemiologiska studier är i detta avseende samstämmiga.<sup>38,39</sup>

Mycket talar också för att den minskning av antalet självmord vi bevittnat sedan SSRI-medlens genombrott är resultatet av att fler deprimerade patienter blir föremål för behandling tidigt i sjukdomsförloppet.<sup>40</sup> Hade medlens nettopåverkan på suicidalitet varit den motsatta, som kritikerna hävdar, hade självmordskurvorna pekats i motsatt riktning.

Det har länge uppmärksammats i den vetenskapliga litteraturen att SSRI-medel vid abrupt utsättning kan framkalla vissa karakteristiska utsättnings symptom, som till exempel yrsel och upplevda ljusblixtar. Men dessa besvär är i de allra flesta fall milda och snabbt övergående, och bör – när de är mer uttalade och segdragna – kunna hanteras genom långsam uttrappning eller genom att man byter till det SSRI-medel som lämnar kroppen mycket långsamt (fluoxetin).<sup>41</sup> Problemet med utsättningsbesvär skall inte förringas, men det borde heller inte finnas skäl att, som ofta skett under senare tid, utmåla problemet som mer utbrett eller mer svårhanterligt än det faktiskt är.



*Tunga, hjärna, näshåla: två dissektioner. Mezzotint i färg av J.F. Gautier d'Agoty, 1748. Från Wellcome Collection.*

Att det kan förekomma utsättningsbesvär bör vidare inte tolkas som att antidepressiva medel är *beroendeframkallande* – åtminstone ger de inte upphov till den typ av beroende som kan framkallas av till exempel opioider, bensodiazepiner och alkohol. Gemensamt för alla substanser som orsakar det man normalt menar med drogberoende är att intag av ämnet ger upphov till en omedelbar känsla av välbehag, och att det är en intensiv önskan att ånyo erfara denna upplevelse som ligger till grund för drogsuget. Men SSRI ger ingen omedelbar känsla av välbehag, och ej heller åtnjuter substanserna någon efterfrågan på svarta marknaden.

Ett annat inslag i kritiken mot psykofarmaka går ut på att man inte bör *mixtra* med hjärnans biologi om man



inte fullt ut kan överblicka konsekvenserna. Vad gäller SSRI-medlen har vi numera dock en hygglig sådan överblick – miljontals har medicinerat kontinuerligt med dessa farmaka under decennier utan att det dykt upp några oroande överraskningar. Och primärvårdens doktorer anser uppenbarligen fortfarande att detta är hanterliga medel som de flesta patienter fördrar väl.

Det finns ju för övrigt också många andra exempel på hur vi människor *mixtrar* med hjärnans biologi trots att vi har begränsad insikt i hur nervcellernas signalerande påverkas av detta mixtrande – som till exempel när man tar sig ett glas vin, dricker en kopp kaffe eller tändar en cigarett. Och även de olika läkemedel som används mot de neurologiska sjukdomarna innebär ett mixtrande med hjärnans kemi, ofta utan att vi vet exakt varför medlen fungerar, och utan att vi kan hävda att de rättar till en känd primär patofysiologi. Men ändå bedrivs ingen kampanj mot dessa farmaka – kanske för att de neurologiska sjukdomarna, till skillnad från de psykiatriska, betraktas som *riktiga* sjukdomar.

Det skall nämnas att resonemangen i denna artikel avseende effekter och biverkningar av SSRI-medel gäller behandling av vuxna. Vad gäller dessa medels för- och nackdelar vid behandling av depression hos barn är kunskapsläget fortfarande mer oklart, både vad avser eventuell antidepressiv effekt i olika åldrar, och vad avser den möjliga risken för en paradoxal symptomprovokation. Förhoppningsvis kommer pågående metaanalyser att kunna kasta ökat ljus över vilken eventuell roll dessa medel bör spela i yngre åldersgrupper.



### *Vem är mest partisk?*

Att man för en vetenskapligt grundad debatt om värdet av olika behandlingsmetoder är förstås inte av ondo och inte unikt för psykiatrin. Vad som gör kampanjen mot antidepressiva medel så nedslående är dock att kritikerna sällan eller aldrig – ens i de vetenskapliga artiklar man ibland lyckas få publicerade – nämner de resultat som talar mot den egna antifarmakologiska inställningen. I stället famlar man febrilt efter nya invändningar, som antingen är grundlösa eller våldsamt överdrivna. Man har en gång för alla bestämt sig – man är *mot*. Kritikerna brukar peka ut alla forskare som någon gång samarbetat med ett läkemedelsföretag som *biased*, men mest *biased* är de själva.

För att upprätthålla glöden i denna typ av engagemang brukar krävas att där finns en ondskefull *fiende* mot vilken man kan rikta sin harm och indignation. Till skillnad från inlägg i normala vetenskapliga diskussioner rymmer inläggen från anti-SSRI-lägret mycket riktigt ofta ett ifrågasättande av det *goda uppsåtet* hos dem man uppfattar som sina motståndare, där beskyllningar om ett korrupt samröre med läkemedelsindustrin är den anklagelse som oftast tillgrips.<sup>1</sup> Givet att myndigheter i de flesta av världens länder tillstyrker användandet av SSRI-medel, att de flesta psykiatrer och allmänläkare förskriver dem, och att det finns många tusen forskare som bedriver forskning rörande betydelsen av serotonin vid depression och ångest, är det dock – om kritikerna har rätt – en helt *gigantisk* konspiration man är på spåren.

Den passionerade intensiteten i angreppen kan synas förvånande. Scientologerna har länge bedrivit en hätsk kampanj mot psykiatrin, men exempelvis den tidigare nämnde professor Götzsche har inget att lära av denna sekt när det gäller att ta heder och ära av sina meningsmotståndare. Men mer förvånande än att debatten rymmer enstaka bisarra debattörer i marginalen är den respekt deras påståenden ofta åtnjuter i mer civiliserade sammanhang – Kirsch och Götzsche har således sina anhängare på så respektabla platser som Karolinska institutet<sup>42,43</sup> och *Dagens Nyheters* ledarsida.<sup>44</sup>

Kampanjen är dock Don Quijotsk. Den ondskefulla motståndare som håller SSRI-medlens fiender vakna om nätterna existerar inte. Att läkemedelsföretagen begick vissa missgrepp när dessa medel en gång marknadsfördes är visserligen lätt att hålla med om, men det var – som

nämnts – många år sedan medlen förlorade all kommersiell betydelse för läkemedelsindustrin. Att försvara SSRI-medlen ligger därför inte längre i något företags intresse – tvärtom har de bolag som försöker marknadsföra nya och dyrare antidepressiva medel goda skäl att lyfta fram SSRI-medlens brister.

Ej heller existerar det något sinistert vetenskapligt etablissemang som har skäl att förtiga obehagliga sanningar om dessa farmaka. I vetenskapliga tidskrifter och kongresser uppmärksammas ständigt – och med rätta – det faktum att en stor andel av deprimerade patienter inte svarar på behandling med SSRI. Och medlens biverkningar – inklusive utsättningsbesvären – har varit föremål för ett stort antal forskningsprojekt och inomvetenskapliga diskussioner. Ingen har något incitament att framställa dessa preparat som bättre än de faktiskt är. Men det borde heller inte finnas skäl att framställa dem som sämre än de är. 🗨️

### Referenser

1. Gøtzsche, P. C. *Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse* (Karneval Förlag, 2016).
2. Whitaker, R. *Pillerparadoxen* (Karneval Förlag, 2014).
3. Moncrieff, J. *The myth of the chemical cure – a critic of psychiatric drug treatment* (Palgrave Macmillan, 2008).
4. Kirsch, I. *The Emperor's New Drugs. Exploding the Antidepressant Myth* (The Bodley Head, 2009).
5. Ohlsson, A. *Myt och manipulation – Radikal psykiatrikritik i svensk offentlig idédebatt 1968–1973*. Vol. 2008 (Acta Universitatis Sockholmiensis, 2008).
6. Kärfve, E. *Hjärnspöken. DAMP och hotet mot folkhälsan* (Symposion, 2000).
7. Mulinari, S. Varför fara med osanning om depressioners orsaker? *Läkartidningen* 38, 1839–1840 (2011).

8. Marx, A. <<https://www.equalsthlm.se/artiklar/ga-inte-pa-myten-om-kemisk-obalans-i-hjarnan/>>
9. Schildkraut, J. J. The catecholamine hypothesis of affective disorders: a review of supporting evidence. *Am J Psychiatry* 122, 509-522 (1965).
10. Carlsson, A., Fuxe, K. & Ungerstedt, U. The effect of imipramine on central 5-hydroxytryptamine neurons. *J Pharm Pharmacol* 20, 150-151 (1968).
11. Coppen, A., Shaw, D. M., Malleison, A., Eccleston, E. & Gundy, G. Tryptamine metabolism in depression. *Br J Psychiatry* 111, 993-998 (1965).
12. Nilsson, Å. <<https://fof.se/artikel/2022/8/depressioner-beror-inte-pa-serotoninbrist/>> (2022).
13. Moncrieff, J. *et al.* The serotonin theory of depression: a systematic umbrella review of the evidence. *Mol Psychiatry* 28, 3243-3256. (2022).
14. Healy, D. Serotonin and depression. *BMJ* 350, Apr 21;350:h1771 (2015).
15. Naslund, J. *et al.* Differences in anxiety-like behavior within a batch of Wistar rats are associated with differences in serotonergic transmission, enhanced by acute SRI administration, and abolished by serotonin depletion. *Int J Neuropsychopharmacol* 18, doi:10.1093/ijnp/pyv018 (2015).
16. Harmer, C. J., Mackay, C. E., Reid, C. B., Cowen, P. J. & Goodwin, G. M. Antidepressant drug treatment modifies the neural processing of nonconscious threat cues. *Biol Psychiatry* 59, 816-820 (2006).
17. Jauhar, S. *et al.* A leaky umbrella has little value: evidence clearly indicates the serotonin system is implicated in depression. *Mol Psychiatry* 28, 3149-3152 (2023).
18. Erritzoe, D. *et al.* Brain serotonin release is reduced in patients with depression: A [(11)C]Cimbi-36 positron emission tomography study with a d-amphetamine challenge. *Biol Psychiatry* 93, 1089-1098 (2023).
19. Carlsson, A. & Lindqvist, M. Effect of Chlorpromazine or Haloperidol on Formation of 3-methoxytyramine and Nor-

- metanephrine in Mouse Brain. *Acta Pharmacol Toxicol* 20, 140-144 (1963).
20. McCutcheon, R. A., Abi-Dargham, A. & Howes, O. D. Schizophrenia, dopamine and the striatum: from biology to symptoms. *Trends Neurosci* 42, 205-220 (2019).
  21. Kirsch, I. *et al.* Initial severity and antidepressant benefits: a meta-analysis of data submitted to the Food and Drug Administration. *PLoS Med* 5, e45, doi:10.1371/journal.pmed.0050045 (2008).
  22. Bagby, R. M., Ryder, A. G., Schuller, D. R. & Marshall, M. B. The Hamilton Depression Rating Scale: has the gold standard become a lead weight? *Am J Psychiatry* 161, 2163-2177 (2004).
  23. Zimmerman, M., Chelminski, I. & Posternak, M. A review of studies of the Hamilton depression rating scale in healthy controls: implications for the definition of remission in treatment studies of depression. *J Nerv Ment Dis* 192, 595-601 (2004).
  24. Hieronymus, F., Emilsson, J. F., Nilsson, S. & Eriksson, E. Consistent superiority of selective serotonin reuptake inhibitors over placebo in reducing depressed mood in patients with major depression. *Mol Psychiatry* 21, 523-530 (2016).
  25. Hieronymus, F., Lisinski, A., Eriksson, E. & Østergaard, S. D. Do side effects of antidepressants impact efficacy estimates based on the Hamilton Depression Rating Scale? A pooled patient-level analysis. *Transl Psychiatry* 11, 249, doi:10.1038/s41398-021-01364-0 (2021).
  26. Hieronymus, F., Nilsson, S. & Eriksson, E. A mega-analysis of fixed-dose trials reveals dose-dependency and a rapid onset of action for the antidepressant effect of three selective serotonin reuptake inhibitors. *Transl Psychiatry* 6, e834, doi:10.1038/tp.2016.104 (2016).
  27. Leucht, S., Hierl, S., Kissling, W., Dold, M. & Davis, J. M. Putting the efficacy of psychiatric and general medicine medication into perspective: review of meta-analyses. *Br J Psychiatry* 200, 97-106 (2012).

28. Furukawa, T. A. *et al.* Optimal dose of selective serotonin reuptake inhibitors, venlafaxine, and mirtazapine in major depression: a systematic review and dose-response meta-analysis. *Lancet Psychiatry* 6, 601-609 (2019).
29. Hieronymus, F., Lisinski, A., Nilsson, S. & Eriksson, E. Influence of baseline severity on the effects of SSRIs in depression: an item-based, patient-level post-hoc analysis. *Lancet Psychiatry* 6, 745-752 (2019).
30. Hieronymus, F., Lisinski, A., Nilsson, S. & Eriksson, E. Efficacy of selective serotonin reuptake inhibitors in the absence of side effects: a mega-analysis of citalopram and paroxetine in adult depression. *Mol Psychiatry* 23, 1731-1736 (2018).
31. Goodwin, G. M., Price, J., De Bodinat, C. & Laredo, J. Emotional blunting with antidepressant treatments: A survey among depressed patients. *J Affect Disord* 221, 31-35 (2017).
32. Hieronymus, F., Lisinski, A., Ostergaard, S. D. & Eriksson, E. The response pattern to SSRIs as assessed by the Montgomery-Asberg Depression Rating Scale: a patient-level meta-analysis. *World Psychiatry* 21, 472-473 (2022).
33. Eriksson, E. *et al.* Escitalopram administered in the luteal phase exerts a marked and dose-dependent effect in premenstrual dysphoric disorder. *J Clin Psychopharmacol* 28, 195-202 (2008).
34. Landén, M. *et al.* Placebo-controlled trial comparing intermittent and continuous paroxetine in premenstrual dysphoric disorder. *Neuropsychopharmacology* 32, 153-161, (2007).
35. Jakobsen, J. C. *et al.* Selective serotonin reuptake inhibitors versus placebo in patients with major depressive disorder. A systematic review with meta-analysis and Trial Sequential Analysis. *BMC Psychiatry* 17, 58, doi:10.1186/s12888-016-1173-2 (2017).
36. Hieronymus, F., Lisinski, A., Naslund, J. & Eriksson, E. Good news regarding SSRI safety in Danish meta-analysis. *Acta Neuropsychiatr* 32, 54-56 (2020).



37. Naslund, J. *et al.* Incidence of early anxiety aggravation in trials of selective serotonin reuptake inhibitors in depression. *Acta Psychiatr Scand* 136, 343-351 (2017).
38. Naslund, J., Hieronymus, F., Lisinski, A., Nilsson, S. & Eriksson, E. Effects of selective serotonin reuptake inhibitors on rating-scale-assessed suicidality in adults with depression. *Br J Psychiatry* 212, 148-154 (2018).
39. Gibbons, R. D., Brown, C. H., Hur, K., Davis, J. & Mann, J. J. Suicidal thoughts and behavior with antidepressant treatment: reanalysis of the randomized placebo-controlled studies of fluoxetine and venlafaxine. *Arch Gen Psychiatry* 69, 580-587 (2012).
40. Isacson, G., Rich, C. L., Jureidini, J. & Raven, M. The increased use of antidepressants has contributed to the worldwide reduction in suicide rates. *Br J Psychiatry* 196, 429-433 (2010).
41. Zajecka, J. *et al.* Safety of abrupt discontinuation of fluoxetine: a randomized, placebo-controlled study. *J Clin Psychopharmacol* 18, 193-197 (1998).
42. Lekander M, Sachs L. Kejsarens nya kläder. *Sans* 3 (2013).
43. ABF/Gøtsche/Nilsson. <<https://www.youtube.com/watch?v=-fKp4T8CqYA>> (
44. Shachar, N. Skojares och svindlares bransch. *Dagens Nyheter* 2 januari 2014.

### *Förklarande ordlista*

*Associativa striatum*: del av hjärnan som tar emot signaler från främre pannloben, där våra högre hjärnfunktioner finns.

*Beta-cell (eller betaceller)*: de celler i bukspottskörteln som producerar insulin.

*Biased*: (engelska) att man har en tendens att tolka eller ta in information i enlighet med sin förutfattade mening.

*Disease mongering*: (engelska) ett nedsättande uttryck för en påstådd strävan från exempelvis läkemedelsföretag att öka antalet diagnostiserade för en sjukdom för att på så sätt öka sin försäljning av läkemedel eller andra behandlingsmetoder.

*Gastrointestinal:* något som tillhör mage eller tarm.

*Hämmningsdepression:* depressiv tungsighet som även kan innebära en förlångsammad motorik.

*Patofysiologi:* läran om sjukdomsmekanismer, om hur funktionen i olika fysiologiska system påverkas av sjukdom och kan påverkas av olika behandlingar.

Prefrontala cortex: främre delen av pannloben där högre hjärnfunktioner finns.

*Premenstruell dysfori:* svåra mentala premenstruella symptom.

*Serotonerg:* adjektiv som används om nervceller och nervcellssystem som innehåller eller utlöser serotonin.

*Spontanremission:* tillfrisknande "av sig själv" – utan att behandling satts in.

*Symptomatologi:* läran om sjukdomars symptom.

# *Berättelsen om när jag nästan gick med i en sekt*

Voffaren **Alexander Gunnarsson** berättar om hur han, trots sitt skeptiska sinnelag, initialt attraherades av vad som sedan visade sig vara en sekt. (Redaktionen har tagit del av material som bekräftar Alexanders berättelse men har valt att inte publicera vilken sekt som åsyftas.)

JAG MÖTTES AV EN MAN på stan som delade ut flygblad. “Jag vill inte ha reklam” tänkte jag för mig själv, men mannen hann berätta att det handlade om filosofi. Det väckte mitt intresse.. Så jag tog ett flygblad, och vi kom överens om att det behövs mer filosofi i samhället innan jag gick vidare.

Bladet var en informationsbroschyr för en grupp som kallar sig för en "livsfilosofisk förening". De tar inspiration från både de gamla grekiska filosoferna och från buddhismen, men med en modern västerländsk tolkning. Platonsk kärlek och andlig utveckling nämns. En del lät lite flummigt, men jag är van vid flummiga personer och brukar låta dem få göra sin egen grej, så det skrämde inte bort mig. På hemsidan läste jag att de hade samtalsträffar varje vecka med olika teman. Tiden gick och till slut bestämde jag mig för att göra ett besök.

Temat för kvällen var mod. Jag möttes av en person som vi kan kalla för Patrik, och jag berättade att jag var ny. Han informerade om föreningen och sin egen personliga utveckling, hur han själv som ung vuxen haft ytliga ideal och i sitt sökande efter djupare mening hittat till föreningen. Det rörde sig många personer i lokalen, i samtalsgruppen blev vi totalt fem. Vi pratade om vad mod innebär och om situationer där vi känt oss modiga. Vi gick laget runt först, och pratade sedan fritt. Jag märkte att så fort jag antydde att jag hade något att säga, så hoppade Patrik in och gav mig ordet. Han nämnde mig väldigt ofta vid namn. Det kändes smickrande men falskt, som ett medvetet försök att få mig att känna mig inkluderad. Det är väl bara hans sätt, tänkte jag. Kvällen avslutades och jag kände mig nöjd. Något kändes också udda någonstans, men jag är van vid udda personer. Så jag bestämde mig för att gå dit igen.

Nästa vecka var temat ledarskap. Vi hade återigen ett trevligt samtal och jag fick veta mer om föreningen. Väldigt mycket var odefinierat och jag fick sällan konkreta beskrivningar. Det visade sig att de hade en metod som de kallade för "meditation", men som inte alls var samma



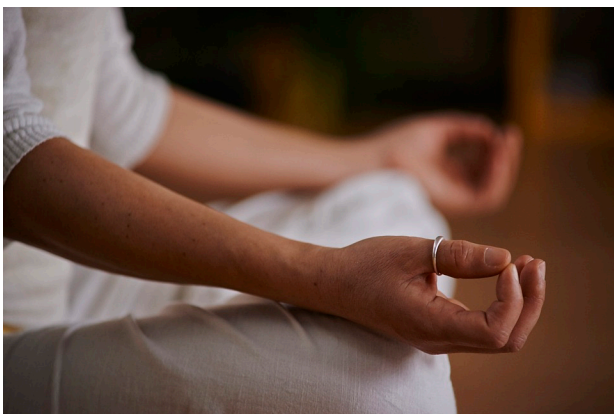
*Malström av Arthur Rackham, 1935. Från Wikimedia Commons.*

sak som “vanlig” meditation. Vad det faktiskt innebar var svårt att få reda på. Två personer sitter tillsammans i ett rum, där en “mediterar” och en är “meditator”. Jag tolkade det som någon form av samtal, som hos en psykolog, så jag

frågade om metoden hade någon vetenskaplig grund, men de svarade att de kommit på den själva. Vem som blir ens "meditatör" fick man i alla fall välja själv, så jag tänker att jag kanske skulle ta Patrik som jag hittills kände bäst. Jag fick även en ny broschyr med olika kurser de håller i till "självkostnadspris", ofta tusenlappar. Jag ifrågasatte priset, men fick bara svaret att kostnaden går till "kursmaterial". Hur länge en kurs pågick var också odefinierat, och man kunde ta samma kurs flera gånger. Något om tidigare liv nämndes och hur kurserna hjälper en att upptäcka dessa. Jag sade försiktigt att det låter lite som en sekt, på vilket Patrik svarade leende ungefär: "Vi är ingen sekt, du får lämna när du vill."

Hem gick jag sedan – med en olustig känsla. Jag hade ett aktivt socialt liv, men just filosofi och personlig utveckling var områden där jag saknade ett gruppsammanhang. Samtalen var verkligen givande och passade dessutom mitt veckoschema. Men något kändes kusligt redan efter första besöket, och ännu mer efter det andra. Nåja, jag är ju van vid människor som tror på allt möjligt och låter inte det hindra mig. Folk kan få tro på vad de vill, så behåller jag min vetenskapliga grund och deltar i det som passar mig. Om jag ska fortsätta gå dit borde jag bli medlem, tänkte jag, som har lätt för att ta på mig medlemskap i olika organisationer (när detta utspelade sig hade jag nyligen blivit medlem i VOF).

Jag gick dit en tredje gång. Det var ingen samtalskväll, men jag visste att de hade öppet. Jag kom in till lobbyn där det satt några personer och pratade avslappnat. Bredvid syntes ett glasfönster till ett mötesrum med ca 40 personer. Jag kände igen flera i lobbyn och jag nämnde att jag



tänkte bli medlem. Efter en stund frågade jag vad det var för möte bakom glasfönstret. “Det vet vi inte, det är för de som har högre grad”. Ojdå. Jag reagerade skeptiskt och fick svaret att “det är som på universitetet, man måste gå grundkursen innan man går den avancerade kursen”. Ett svar jag inte alls köpte, men jag valde att inte motsätta mig mer för att inte förstöra stämningen. En annan person berättade att hon varit medlem i föreningen i 10 år och var där nästan varje kväll. Hennes omgivning hade tyckt att hon borde umgås mer med sina barn, men hon resonerade att hon utvecklades mer hos föreningen och därmed blev en bättre förälder. En annan ny medlem hade just varit med om sin första “meditation” och berättade hur bra det var, hon kunde verkligen rekommendera det.

När det stora mötet avslutats kom alla personer ut. Flera av dem hade varit med på de tidigare samtalskvällarna och hälsade varmt på mig. Jag sade att jag tänkte



bli medlem. Till slut kom ledaren, samme person som gav mig flygbladet några månader tidigare. Jag hade pratat kort med honom de tidigare gångerna, men nu när jag sagt att jag vill bli medlem var han desto mer tydlig med hur föreningen faktiskt fungerade. Det som tidigare varit odefinierat blev nu väldigt detaljerat.

Han rabblade på stolt och jag behövde inte fråga mycket. Han sade öppet att det är en sekt, och att det inte är något fel med det. Övriga samhället kallade han för "normalsekten" och att det är föreningen som är de upplysta. Under "meditationen" används en så kallad "L-mätare". En likadan mätare som scientologerna använder, fast föreningen har ett eget namn på den. Den är till för att mäta medvetandet. En död kropp ligger enligt dem på mellan 2 500 och 12 500 ohm, medan en levande kan befinna sig både över och under det. Han berättade hur han tidigare jobbat inom den akademiska världen, men att hans kollegor vände sig mot honom när han bytte livsåskådning, så han hade brutit kontakten med dem. Återigen nämndes tidigare liv som han påstod sig minnas. Jag sade att jag inte trodde på sånt och att det inte var därför jag var där. Han svarade: "vänta bara så ska du få se," med ett leende som förtäljde att han minsann visste bäst. Jag fick hans mailadress, jag hade ju sagt att jag ville bli medlem. Sedan gick jag hem.

Visst är jag van vid oförnuftiga människor och kan låta dem vara, men här gick även min gräns. Samtalskvällarna kändes fortfarande trevliga, men alltför många varningsklockor ringde. Jag hade tidigare försökt att ta reda på extern information om föreningen utan att lyckas, då de hade ett ganska generellt namn. Men jag gjorde ett nytt

försök och hittade till slut flera äldre artiklar i GT (Göteborgs-Tidningen, redaktionens anmärkning) som granskat dem. Det blev spiken i kistan som också bekräftade allt det olustiga jag känt. Ledaren var en tidigare scientolog som hoppat av och bildat sin egen sekt. Det stod om personer som förlorat sina familjemedlemmar till sekten, om avhoppare som blivit förföljda och personer som vittnade om hur de känt sig hjärntvättade och blivit skuldsatta efter att ha gått dyra kurser. Ledaren var dessutom straffad för ekonomisk brottslighet. Mycket som jag tidigare hört, men valt att bortse från stod där – och ännu mer.

Här fick jag en chock, som jag kanske borde ha fått mycket tidigare. Mina två parallella tankespar att “det här är bra” och “det här är galet” möttes till slut. Jag som hade haft det så trevligt och just börjat lära mig namn och bygga vänskaper. Jag som hittat en gemenskap som passade vad jag då sökte. Det kändes plötsligt som en förlust, och jag blev arg. Jag ville ännu inte riktigt ge upp det hela, men sakta klarnade tankarna och jag insåg att jag aldrig mer ville gå dit igen. När jag berättade för vänner om vad jag varit med om blev jag skakig. Jag kände mig tvungen att söka upp en person som jag

**Det stod om personer som förlorat sina familjemedlemmar till sekten, om avhoppare som blivit förföljda och personer som vittnade om hur de känt sig hjärntvättade.**

hunnit tipsa om föreningen och varna om att det visade sig vara en sekt. Personen hade turligt nog inte hunnit gå dit än. Jag hade inte kunnat leva med om hon hade fastnat.

Så här kände jag efter endast tre gånger. Jag tänker på dem som varit medlemmar i flera år, som kanske inte längre har andra sociala sammanhang att luta sig mot. Jag vill hjälpa dem, men förstår att jag inte kan. Jag känner en liknande sorg för personer som är fast i konspirationsteorier, som jag skrivit om att jag själv var för tio år sedan.<sup>1</sup> Den här gången fastnade jag inte. I efterhand kan jag säga att upplevelsen gjort mig tryggare i min vetenskapliga grund och säkrare inför att möta människor med väldigt främmande värderingar, som jag nu fått ännu mer erfarenhet av.

Här kunde historien ha tagit slut. Men jag hade ju lovat att jag skulle maila ledaren om medlemskap. Löften är något jag håller, och jag vill inte "ghosta" dem som jag fortfarande kände lite samhörighet med. Jag väntade två dagar och skickade sedan ett mail där jag vänligt skrev att jag tänkt igenom saken och kommit fram till att föreningen inte passade mig och att jag aldrig ville gå med i en sekt.

Mitt mail var fem rader långt. Dagen efter fick jag ett svar som var 22 rader långt. Ledaren tyckte att jag hade "fel-tankar" och "fel-känslor" och bad mig tänka igenom mitt beslut och fortsätta kommunicera med dem. Jag hade så mycket att vinna på om jag kom till insikt och ändrade mig, menade han. Han insisterade att föreningen är en sekt, men det är ingen "destruktiv" sekt. Det omgivande samhället, "normalsekten", är skadligare. Hos föreningen utvecklas man som individ och får förmågan att tänka själv. Det fanns även en bifogad artikel om hur föreningen

gör anspråk på att odla “sann vänskap” samt två länkar till hans egen blogg där han skrivit om hur Sokrates metoder kan hjälpa oss veta vad som är sant så vi inte behöver tro.

Jag fick en impuls att skriva ett svar, men jag insåg snabbt att det inte skulle leda till något gott, så jag lät bli. Radiotystnad. Ibland undrar jag vad som hade hänt om jag inte hittat tidningsartiklarna. Det kommer jag som tur är slippa få veta, men det hade varit intressant om jag hade spelat med och se vart det tog vägen... ✍️

*Alexander Gunnarsson*

### *Noter*

1. Gunnarsson, Alexander. “Förlorad i filterbubblan”, *Folkvett* nr 2 (2023), 75-79.

*Incels och “hemligheten”:  
destruktivt  
önsketänkande och  
predatorisk sexualitet*

Vi har nog alla blivit erbjudna en hemlighet som utlovar att lösa alla våra problem. **Xzenu Cronström Beskow** tar dels en titt på varför *The Secret* inte håller vad den lovar, dels på hur både den och en incelmentalitet riskerar att förgifta anhängarnas tänkande tills de blir en fara för både sig själva och andra.

DEN 23:E MAJ 2014 spelade den 22-årige studenten Elliot Rodger in en kort selfie-video, varpå han mördade tre andra studenter och tre slumpvisa förbipasserande för att se-



*Adam och Eva av Harald Slott-Møller, 1891.  
Från Wikimedia Commons.*

dan ta sitt eget liv.<sup>1</sup> Det hade lätt kunnat bli mycket värre. Hans egentliga plan, vilken misslyckades, var att ta sig in i ett hus för kvinnliga studenter och mörda alla kvinnor där.

Efter sig lämnade han sitt manifest "My Twisted World"<sup>2</sup>, en text som kan sägas vara ett försvarstal för patriarkat<sup>3</sup> och som hade mycket gemensamt både med Breiviks manifest och med Hitlers *Mein Kampf*.<sup>4</sup> Av manifestet framgick att han hade hämtat sin inspiration främst från två källor: dels en populär NewAge-artad bok vid namn *The Secret*, dels den del av den så kallade "mano-

sfären” som kallas för ”incelrörelsen” – vilken utifrån hans massmord och suicid sedermera kom att betrakta honom som en hjälte eller rentav ett helgon.<sup>5</sup>

Rodger hade utvecklat en ideologisk övertygelse som gjorde hans massmord och suicid helt logiska. Ett grundproblem med logik är att varje analys bygger på sina egna grundantaganden, även kända som axiom: utifrån orimliga och destruktiva axiom är det helt logiskt att begå orimliga och destruktiva handlingar. “Garbage in equals garbage out”, som det så vackert heter.

Med en välbärgad framgångsrik pappa och med fotomodeller till mamma och styvmamma beskriver Rodger hur han växte upp i materiellt överflöd, men i känslomässig misär. Ett liv fyllt av besvikelser, som när han i förskoleåldern var på besök i Spanien. Vid en av turistattraktionerna fanns ett torn som han väldigt gärna ville gå upp i, men tyvärr kvalificerade han sig inte för dess åldersgräns. Föräldrarna fann dock snabbt en enkel lösning på detta problem. De lämnade helt enkelt pojken ensam nere på marken, medan de själva gick upp i tornet. Medan pojken var ensam och övergiven nere på marken skadade han sig på en kaktus.

För den som har ett hål i sitt hjärta kan det te sig ohyggligt lockande att ta till sig ett budskap om att vara ett oskyldigt offer för orättvisor (vilket incelrörelsen erbjuder) eller ett budskap om att vara älskad av universum (vilket *The Secret* erbjuder). Detta säger så klart ingenting om huruvida budskapen är rimliga eller sanna, utan enbart om varför en person kan känna sig lockad av dem. Låt oss nu ta en närmare titt dels på *The Secret* och dels på





manosfären i allmänhet och på incelrörelsen i synnerhet, för att därefter analysera.

### *The Secret i ett nötskal*

Budskapet är enkelt. Universum älskar dig, och vill att du ska ha allt som du önskar dig. Det gäller bara att du måste se till att önska riktigt ordentligt, så att universum får veta vad du vill ha. Detta utgör budskapet i ett nötskal, även om själva boken *The Secret* så klart även innehåller diverse i det finstilta. Många anhängare skulle säkert ha sammanfattat budskapet på ett annat sätt. Huvudprinci-

pen kallas för "Law of Attraction"; positiva tankar lockar till sig positiva resultat medan negativa tankar lockar till sig negativa resultat.

Säkerligen går det att finna tröst i ett budskap som *The Secret*, och denna tröst kan i sin tur vara användbar. Denna användbarhet handlar inte enbart om placebo, även om placeboeffekten säkert också kan göra mycket nytta i ett fall som detta. Nej, förutom själva placeboeffekten så har vi även det faktum att mönster av attityder och beteenden kan bli självförstärkande. Det är lätt att hamna i en god spiral där positiva saker leder till mer positiva saker, eller i en dålig spiral där negativa saker leder till fler negativa saker. Tar du hand om dig själv så förbättrar det dina chanser att orka med saker, inklusive att orka fortsätta ta hand om dig själv. Är du aktiv och trevlig så är chansen större att människor i din omgivning erbjuder dig olika former av möjligheter än om du aldrig pratar med dem, eller om du ständigt är otrevlig när du pratar med dem.

Det sistnämnda gäller väl i någon mån i så gott som samtliga samhällen, men extra mycket i ett samhälle som USA, där det torde vara mer populärt än i Sverige att dela in sina medmänniskor i vinnare att hylla respektive förlorare att förakta. Att tro på någonting som *The Secret* kan i vissa fall fungera som att koka soppa på en spik, likt Kajsa Varg kan du till slut plocka ut spiken och ha en riktigt god soppa, men först när du efter hand har lagt i alla de riktiga ingredienserna också. Så visst går det att bli lycklig med *The Secret*, för den som har tur och/eller ser till att själv göra ordentliga insatser för att lösa sin situation. Även en trasig klocka visar rätt tid två gånger om dygnet, men desto oftare fungerar den inte alls.

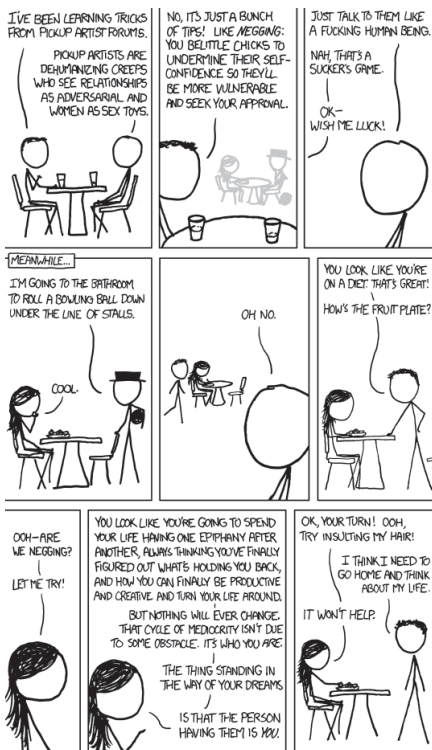


### *Manosfären och dess pseudokunskap*

I början av nittiotalet genomgick den högprofilerade amerikanske manlige radikalfeministen Warren Farrell en livskris i samband med en jobbig skilsmässa, vilket kom att omstörta hans perspektiv på livet.<sup>6 7</sup> När han kommit ut på andra sidan var det med sin bok *The Myth of Male Power* (1994), om att män blir systematiskt utnyttjade och sedda som framgångsobjekt istället för att bli sedda som medmänniskor. Istället för ett nyanserat perspektiv där cismän och ciskvinnor och transpersoner alla (om än på olika sätt) drabbas av förtryckande samhällsstrukturer, kom Farrells bok att lägga grunden till en rörelse som behöll den svartvita uppdelningen i förtryckare versus förtryckta, men nu istället med kvinnorna positionerade som förtryckarna och männen som de förtryckta.

Genom att positionera kvinnor som privilegierade och män som förfördelade var det möjligt att intala sig att spridandet av hat mot kvinnor skulle vara moraliskt rättfärdigt.<sup>8</sup> (Håll i er, för nu kommer några förkortningar som är bra att känna till.) Dessa MRA<sup>9</sup> kom tillsammans med MGTOW<sup>10</sup> och PUA<sup>11</sup> att bilda den så kallade manosfären.<sup>12</sup> De båda sistnämnda grupperna fokuserade på att män som inte respekterar kvinnor ska träffas och prata med varandra om kvinnor, skaffa sig respekt i varandras ögon genom att skryta om sin förmåga att hålla sig borta från kvinnor, respektive att manipulera kvinnor till att ha sex med dem.

Som gemensam kärna för manosfärens grenar MRA, MGTOW och PUA, samt med tiden även incelrörelsen, återfinns en strikt uppdelning i två sorters människor: männen versus kvinnorna, med en definition av "man" som underförstått förefaller inkludera toxiska versioner av att vara heterosexuell och av att ständigt försöka vara socialt och sexuellt dominant. Genom misstänksamhet och förakt undviker de att bygga några genuina vänskaper med personer som är kvinnor, eller med män och ickebinära personer som inte hatar kvinnor. Istället ägnar de sig åt en massiv produktion av "kunskap" om kvinnor, men kunskap av mycket låg kvalitet – ren pseudokunskap. En kunskapsproduktion där bitterhet och skryt upphöjs till expertis om "kvinnans sanna natur". Närmare bestämt bitterhet över sin skilsmässa (MRA), över att inte ha någon partner och förvisats till att vara en "incel", eller skryt om sin förmåga att undvika kontakt med kvinnor (MGTOW), alternativt om sin förmenta förmåga att manipulera främmande kvinnor till sexuella kontakter (PUA). Medan kvinnors



Bildtext: Webbserien XKCD om "PUA". Källa: [xkcd.com](http://xkcd.com) #1027

egna erfarenheter istället systematiskt avfärdas som lögnar och manipulation, alternativt som självbedrägeri eller ren dumhet. De män som inte delar ideologin avfärdas i sin tur med att de lider av falskt medvetande, vilket i mansofärens terminologi kallas för "The Blue Pill", en referens till den scen i *The Matrix* där huvudpersonen ska välja hu-

ruvida han vill se verkligheten som den är eller fortsätta att leva i okunskap.

Uppdelningar i så kallad ingrupp och utgrupp frodas inte minst på sociala medier, vilkas algoritmer tycks premiera när människor delar in sig i två läger, som i högt tempo tjafsar mot varandra utifrån att deras dogmer är delvis identiska och delvis motsatta. Genom sin kamp mot varandra kan de rekrytera nya anhängare, inte bara till sina egna respektive läger utan även till varandras. Det gör de dels genom att lyfta fram varandra på bekostnad av mer nyanserade perspektiv, dels genom att avkräva omgivningen att välja sida mellan de båda extrema fraktionerna. På det sättet premierar manofären inte enbart kvinnohat i sitt eget namn, utan även manshat i feminismens namn; den person som inför människor med den här mentaliteten försöker föra fram en mer nyanserad analys kan räkna med att bli såväl utfrusen som ignorerad. Oavsett om analysen står på feministisk grund eller ej, så kan hen räkna med att bli bemött med “är du inte med oss så är du emot oss”, och utifrån detta bli beskylld både för att vara en manshatande feminist samt för att vara en kvinnohatande incel/manofäranhängare.

För den som väl har gått med på att välja sida kan både identiteten och det svartvita tänkandet bli svåra att överge. För den som valt den “feministiska sidan” kan det dock finnas gott om möjligheter att söka sig till mer nyanserade versioner av feminism och därmed överge det svartvita tänkandet utan att överge identiteten. Men identiteten för den som börjat identifiera sig som manofärare eller incel torde endast öppna upp vägar till allt djupare hat och misär.



### *Incelbegreppet – från könsneutral support till misogyn hatrörelse*

I dagens samhälle har begreppet “incel” en starkt negativ värdeladdning. Termen har två olika betydelser, baserat på att begreppet har utvecklats i två olika vågor. Det var först i och med den andra vågen som begreppet, inte minst tack vare Elliot Rodger, blev känt för allmänheten. Den andra vågens incelbegrepp handlar om självömkanse ensamma män som anser sig ha äganderätt till kvinnors kroppar. Den andra vågen rörelse uppstod ur en kombination av två källor – dels den ursprungliga incelrörelsen, och dels den så kallade manosfären.

Den ursprungliga incelrörelsen var en liten grupp olyckliga singlar, startad av en lesbisk ciskvinna vid namn Alana.<sup>13</sup> Hon var trött på att inte ha någon flickvän, och hittade på termen som en plattform för medmänniskor (av alla kön och läggningar) i samma situation som hon

själv. Själva namnet var en förkortning av “involuntary celibacy”, ofrivillig celibat. Grupperingen var könsneutral och hade inte någon speciell världsbild eller människosyn. Vartefter fick den många olika sorters anhängare. Däribland återfanns bittra män som hoppat av den tidigare nämnda PUA-rörelsen: män som inte fått genomföra några samlag, trots att de betalat enorma mängder pengar till självförhärlikande män som predikar att man ska förakta både kvinnor generellt och de män som inte har haft många sexpartners. Dessa PUA-förbittrade män, däribland Rodger, kom att ta över incelrörelsen och gjorde den till sin egen mardrömslika skuggvärld, där kvinnor konstrueras som en slags mytologiska sagoväsen vilka å ena sidan är avgrundsdjupt avskyvärda och värdelösa, men å andra sidan utgör den enda befintliga (om än stängda) vägen till lycka, social status och psykisk hälsa.

Det är inte i sig självt något dåligt att försöka bygga kunskap om relevanta delar av tillvaron, att skaffa sig en livsåskådning för att hantera sin ångest och/eller annan psykisk ohälsa, eller att bygga sig en gemenskap för likasinnade. Men när manofären, inklusive incelrörelsen, gjorde just det så byggde de sin kunskap på tre missriktade grundpremissor. Dessa gjorde att slutresultatet blev destruktivt: för det första en alltför förenklad syn på sexualitet, för det andra en alltför förenklad syn på rättvisa, och för det tredje en alltför ensidig syn på mellanmännsliga relationer.

### *Att nyansera synen på sexualitet*

Att blanda ihop kön och sexualitet är alltför lätt på svenska, och ännu lättare på engelska i och med att ordet ”sex”





*Apollo och Daphne av Paolo Veronese, ca 1560.  
Från Wikimedia Commons.*

tillerkänns båda betydelseerna. Här bör vi ifrågasätta heteronormen/cisnormen och särskilja parternas könssexuella läggningar och preferenser från deras dynamisk-sexuella läggningar och preferenser, såsom att vara dominant eller undergiven eller att attraheras av partners intelligens.<sup>14</sup> För varje sådant attraktionsmål kan en persons attraktionsmönster ses som fyra separata skalor: i vilken mån personen känner sexuellt betingad attraktion, i vilken mån hen känner sexuellt betingad repulsion (avsmak), i vilken mån hen känner ideologiskt betingad attraktion, samt i vilken mån hen känner ideologiskt betingad repulsion.

Medan en “vanlig heterosexuell man” torde ha en hög sexuell attraktion och låg sexuell repulsion till kvinnor (men däremot låg attraktion och/eller hög repulsion till män) så verkar en typisk incels inställning till kvinnor vara präglad av både hög attraktion och hög repulsion. Om båda är genuint sexuella kan denna motsättning vara obotlig. Men om åtminstone den ena är rent ideologisk så borde han kunna lösa sitt problem genom att byta ideologi. Tänk om hans attraktion eller repulsion (eller båda) bara är något han blivit itutad att han måste reproducera för att vara “en riktig man”?

### *Att nyansera synen på rättvisa*

Samhället bör vara till för alla människor, och då fungerar det inte att bygga sin syn på rättvisa genom att dela in människor så att de med viss könstillhörighet eller hudfärg eller annan kategoritillhörighet ska ses som förtryckare respektive förtryckta. Vi bör absolut se att vissa kategorier av människor blir utsatta för olika former av strukturellt förtryck på samhällsnivå, men vi bör inte begränsa vår analys till enbart någon variant av detta – än mindre tilldela verkliga, enskilda människor hjälte- och skurkroller utifrån kategoritillhörighet.

Att begränsa sin syn på mänskligheten till en uppdelning i två kategorier går tvärtemot grundsynen i de mänskliga rättigheterna<sup>15</sup> och utgör i sig självt första steget till folkmord.<sup>16</sup> Rent känslomässigt torde det även vara ett fruktansvärt lidande att leva i en värld där man tror att halva mänskligheten är ond. Eller hela mänskligheten, för den delen; om man börjar använda flera kategoriseringar som uppdelningar i ont och gott, så kommer varje männ-



iska i slutändan att ingå i minst en av de “onda” kategorierna. Att se andra som onda torde i längden vara mindre plågsamt än att se sig själv som ond: när vissa flickor blir uppfostrade att bli sedda som det “dåliga könet” (“Eva gav Adam av äpplet, så att han åt”, “kvinnan ska tiga i församlingen” och så vidare), så är det närmast oundvikligt att en del av dem reagerar med att börja hata män. När vissa pojkar blir uppfostrade att bli sedda som det dåliga könet (“idioter och patriarkala förtryckare hela bunten”), så är det närmast oundvikligt att en del av dem reagerar med att börja hata kvinnor.

En extra stark grund för hat finns det i de fall där personen blivit utsatt för sexuella övergrepp och det har sopats under mattan. Som när utsatta flickor/kvinnor avfärdas med myter om att övergreppet inte räknades för att offrets blotta existens “frestade” mannen (eller för att

förövaren också var kvinna). Eller som när utsatta pojkar/män avfärdas med myter om att de skulle vara sexuellt osårbara och alltid villiga, att de därför bör vara tacksamma för övergreppet. Myten om den manliga osårbarheten blir tyvärr allt farligare för män i takt med att samhället (lyckligtvis) slutar acceptera den homofobi och misogyni/”slutshaming” som tidigare låtit män (med myten om den egna osårbarheten i behåll) freda sig från oönskade sexuella handlingar genom att anklaga angriparen för att vara en ”bög” respektive en ”slampa”.

I stället för att hårdkoda människor in i narrativa roller bör vi se ett samhälle där vår förståelse och medmänsklighet för varandra begränsas av kategorism, underskott och kyriarkat. Med *kategorism* avses fördomar, bigotteri och diskriminering utifrån en kategorisering av människor. Exempel på inriktningar av kategorism är rasism, sexism, homofobi, transfobi, kinkfobi, ageism/ålderism och funkofobi. Med *underskott* (deficit) avses bristfällig kvantitet och/eller kvalitet på kunskap, fysisk och psykisk hälsa, mat, sjukvård, säkerhet, förståelse och respekt, eller annat som gör livet hanterbart och uthärdligt. Med *kyriarkat* avses (våldigt förenklat) socioekonomiska maktstrukturer på samhällsnivå där makthavarna har viss kategoritillhörighet. Patriarkat respektive matriarkat, när makthavarna är män respektive kvinnor. Slaveri, segregering eller apartheid, när makt utgår utifrån hudfärg. Geoarkat eller apartwelt, när det är utifrån medborgarskap.

Kategorism, underskott och kyriarkat föder varandra, och orättvisa kyriarkat kan inte överleva utan kategorism. Att småbarn inte får rösta (”vuxenkrati”, om man så vill) är en självklar följd av barnens kognitiva begränsningar.

Att vuxna kvinnor av naturen skulle ha motsvarande begränsningar utgör däremot en pseudovetenskaplig lögn/fantasi.<sup>17</sup>

Övergången från patriarkatteori etc. till kyriarkatteori innebär just att man slutar basera sin världsbild på specifika kategorier (såsom kvinnor och män) i sig, för att istället fokusera på själva dynamiken i att vissa kategorier (oavsett vilka dessa kategorier är och hur samhället konstruerar dem) blir premierade av samhället. När Schussler Fiorenza myntade kyriarkatbegreppet 1992 så tog hon en konstruktiv version av patriarkatteori och utvecklade den genom att föra upp den till en mer allmän nivå.<sup>18</sup> Ungefär samtidigt gick Warren Farrel i motsatt riktning: efter att ha fastnat i en destruktiv version av patriarkatteori så inverterade han den, och grundade därmed manofären.

### *Att se medmänniskan*

För att kunna bygga kunskap av god kvalitet om våra medmänniskor, behöver vi först och främst se dem som just medmänniskor. För att kunna göra detta behöver vi använda nyanserade perspektiv, där vi dels skiljer mellan sak och person, dels skiljer mellan att förstå och att acceptera. Detta kräver i sin tur att vi avstår från att mystifiera medmänniskor genom att tillskriva dem narrativa roller,

**Kategorism,  
underskott och  
kyriarkat föder  
varandra, och  
orättvisa kyriarkat  
kan inte överleva  
utan kategorism.**

till exempel genom att se dem som gåvor från universum eller som erövringar, eller att se dem som avatarer för någon slags kosmisk kamp mellan en god och en ond kategori (ett synsätt som uppmuntras av så gott som alla totalitära läror, inklusive totalitära avarter av i övrigt icke-totalitära läror). Sträva efter att alla våra nära relationer ska bygga på ömsesidig kommunikation med förståelse utifrån förstahandsinformation, snarare än att vara predatoriska i bemärkelsen att behandla den tilltänkta partnern som ett byte att nedlägga utifrån sina egna fantasier eller utifrån utsagor från tredje part.

För att ha en rimlig chans att våga och orka hålla oss med nyanserade och medmänskliga perspektiv behöver vi ha våra egna behov någorlunda tillfredsställda och slippa ha alltför stora underskott. Den kanske mest intressanta detaljen i Rodgers manifest var att han sade sig inse att *The Secret* var absurd, men att han ändå valde att tro på den. Sina högst verkliga känslomässiga och sociala underskott försökte han fylla via *The Secret* och incelrörelsen, ett försök som åtminstone delvis lyckades, om än kortsiktigt; i slutändan till ett ohyggligt högt pris både för honom själv och för de oskyldiga medmänniskor han mötte. Vi behöver alla göra vårt bästa för att hjälpa oss själva och varandra: dels med att direkt motverka destruktiva läror och den pseudovetenskap eller pseudokunskap de erbjuder, dels med att förebygga och bota de underskott som skapar grogrund för att dylika läror alls är lockande. ♣

*Xzenu Cronström Beskow*

## Noter

1. Blum, Dinur och Christian Gonzalez Jaworski. "From Suicide and Strain to Mass Murder". *Society*, vol 53, nr 4 (2016): 408-413. DOI: 10.1007/s12115-016-0035-3
2. Rodger, Elliot. "My Twisted World: The Story of Elliot Rodger". Självpublicerad online av Elliot Rodger innan hans suicid (2014).
3. Lindsay, Angus. "Incel violence as a reclamation of masculinity and defence of patriarchy on three distinct levels". *New Zealand Sociology*, vol 36, nr 1, (2021): 25-49.
4. Lucken, Walter Anthony. "Anders Breivik and Elliot Rodger: Violence, Communication and the Mediated Sphere". Wayne State University Theses, 2016.
5. Witt, Taisto. "If i cannot have it, i will do everything i can to destroy it.' the canonization of Elliot Rodger: 'Incel' masculinities, secular sainthood, and justifications of ideological violence". *Social Identities*, vol 26, nr 5 (2020): 675-689. DOI: 10.1080/13504630.2020.1787132
6. Farrell, Warren. *The Myth of Male Power: Why Men are the Disposable Sex*. London: Fourth Estate, 1994 [rev. ed.].
7. Kyparissiadis George och Emmanuel Skoulas. "Manosphere and Manconomy: Divergent Masculinities in the Digital Space". *Ex-centric Narratives: Journal of Anglophone Literature, Culture and Media*, nr 5 (2021): 199-217. DOI: 10.26262/exna.v0i5.8501
8. Carian, Emily. "No Seat at the Party': Mobilizing White Masculinity in the Men's Rights Movement". *Sociological Focus*, vol 55, nr 1 (2022): 27-47. DOI: 10.1080/00380237.2021.2009075
9. "Mens Rights Activists", mansrättsaktivister.
10. "Men Going Their Own Way", män som går sin egen väg.
11. "Pick-Up Artists", män som påstår sig vara skickliga på att träffa, attrahera och förföra kvinnor. Från början inspirerade av boken *The Game* (Neill Strauss, 2005).
12. Horta Ribeiro, Manoel, Jeremy Blackburn, Barry Bradlyn, Emiliano De Cristofaro, Gianluca Stringhini, Summer

- Long, Stephanie Greenberg och Savvas Zannettou. "The Evolution of the Manosphere across the Web". *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media*, vol 15 nr 1 (2021): 196-207. DOI: 10.1609/icwsm.v15i1.18053
13. Kelly, Casey Ryan. och Chase Aunspach. "Incels, Compulsory Sexuality, and Fascist Masculinity". *NWSA Journal*, vol 32, nr 3 (2020): 145-172. DOI: 10.1353/f.2020.0044
  14. Cronström Beskow, Xzenu. "Existens & Identitet del 2: En fråga om kunskap". *Folkvett*, nr 1 (2021): 44-71.
  15. Förenta Nationerna. Den allmänna förklaringen om de mänskliga rättigheterna (1948).
  16. Sen, Amartya. *Identity and Violence: The Illusion of Destiny*. New York: W.W. Norton & Co, 2006.
  17. Hanssons, Sven Ove. "Kvinnan som avslöjade skallmätarna". *Folkvett*, nr 2 (2018): 33-38.
  18. Schussler Fiorenza, Elisabeth. *But She Said: Feminist Practices of Biblical Interpretation*. Boston: Beacon Press, 1992.



# *Tvårvetenskaplighet för hållbara källkritiska färdigheter i skolan*

För 20 år sedan flyttade **Philippe Longchamps** från Québec till Sverige. År 2020 blev han utsedd till "Sveriges Bästa Lärare" av Svenska Handelskammaren. 2021 var han finalist för Global Teacher Prize och 2022 tilldelades han priset som "Årets historielärare" av De Svenska Historiedagarna. I den här artikeln berättar Philippe om hur han arbetar med att lära ut källkritiska färdigheter till sina elever på Bilingual Montessori School of Lund.

I DAGENS SNABBT föränderliga värld står utbildningssystemet världen över inför en kritisk uppgift: att rusta alla elever med de nödvändiga färdigheter som krävs för att klara sig i en snabbt ombyttid. Det är en förändring som accelererar exponentiellt genom stora framsteg inom

tekniken för artificiell intelligens. I kontexten av en “info-  
demi” som följer med denna revolutionerande epok i his-  
torien, och med tanke på den våg av desinformation som  
översvämmar sociala medier och traditionella nyhetsby-  
råer, är kritiskt tänkande en avgörande färdighet. I infor-  
mationsåldern är okunnighet inte nödvändigtvis ett aktivt  
val. Om samhällen inte lyckas utbilda ungdomar i att ut-  
veckla en sund dos av skepticism under skoltiden kommer  
de negativa effekterna att märkas i årtionden framöver.

Sverige har insett vikten av att främja kritiskt tänkande  
och ligger i framkant när det gäller att implementera käll-  
kritik i skolorna. Det har ingått i läroplanen i mer än ett  
decennium. Med den senaste läroplanen Lgr22, har Skol-  
verket lyft fram behovet av att ytterligare utveckla svenska  
ungdomars färdigheter inom området. Men ett problem  
kvarstår: lärare i Sverige får otillräcklig formell utbildning  
för detta. Dessutom erbjuder väldigt få skolor fortbildning  
för sin personal och läroplanen ger utrymme för en hel del  
tolkningar. Även om alla verkar vara överens om vikten av  
att utveckla förmågan till kritiskt tänkande i skolan, är det  
ofta svårt för lärare att effektivt integrera detta förhåll-  
ningssätt i sina klassrum.

På Bilingual Montessori School of Lund (hädanefter  
BMSL), där jag undervisar i historia, geografi och teknik,  
har jag förmånen att vara förstelärare och arbetslagsle-  
dare för högstadieavdelningen. För flera år sedan börja-  
de vårt arbetslag att använda hybridiserade pedagogiska  
metoder som överbrygger klyftan mellan innovativa och  
traditionella undervisningsmetoder. Vi inkluderade en  
stor mängd ämnesövergripande inlärningsaktiviteter av-  
sedda att utveckla elevernas förståelse för vikten av kri-



*Klassrum med barn vid långa bänkar och en lärarinna med en bok i handen. Litografi av J.B. Sonde. Från Wellcome Collection.*

tiskt tänkande som en livslång färdighet. Vårt arbetslag tog läroplanens mål om att arbeta ämnesövergripande på allvar och har visat våra elever fördelarna med denna evidensbaserade undervisningsmetod. Detta har lett till en rad framgångar i olika tävlingar och enastående resultat i olika nationella prov i slutet av årskurs 9. Dessa framsteg har satt vår skola och våra elever i rampljuset.

Men den verkliga betydelsen av uppmärksamheten ligger i möjligheten att dela innovativa undervisningsmetoder, tvärvetenskapliga pedagogiska tillvägagångssätt och framför allt, att förmedla vikten av att förbättra undervisningen i källkritik. Därför skrev jag och min tidigare kollega och skolledare Charlotte Graham en bok, *Transformative Education*. I boken används omfattande metaanalyser och forskning om pedagogik för att tillhandahålla evidensbaserade metoder i syfte att utveckla elevers kritiska

tänkande med hjälp av ett multimodalt tillvägagångssätt. Vi visar hur undervisning för hållbar kunskapsinhämtning och “know-how” har använts på BMSL, där lärarlaget för årskurs 7 till 9 har anammat dessa metoder och strategier. Boken – och dess digitala resurser med QR-koder – ger en mängd idéer om hur man kan utforma inlärningsmiljöer som främjar kreativitet, problemlösning och utvecklingen av den vetenskapliga undersökningsmetod som är avgörande för sund skepticism.

### *Att hjälpa elever navigera i informationssamhället*

När det gäller konspirationsteorier, bluffar, vandringsgäster och skämt är det viktigt att lärare hjälper sina elever att utveckla ett starkt kritiskt tänkande för att effektivt kunna identifiera och motverka desinformation. Syftet är att ge eleverna kompetensen att urskilja felaktiga argument, kognitiva fördomar och falska korrelationer. Genom att utveckla denna färdighet kan eleverna navigera i en värld där bedrägliga individer, grupper, företag eller organisationer försöker manipulera dem till att tro på ogrundade påståenden. Att utbilda elever om källor till bedrägerier och främja effektivt kritiskt tänkande kan skapa en framtid där massorna är mindre mottagliga för manipulation av kvacksalvare och demagoger. Lärarna bör betona verkligheten: sanningen är inte alltid lika kittlande som vår fantasi.

I stunder av maktlöshet kan människor finna tröst i att tro på mer intrikata och storslagna narrativ kring traumatiska händelser, vilket förstärker bekräftelsebias (partiskhet). Därför är det viktigt att belysa att betydande händelser inte nödvändigtvis har storslagna orsaker. Eleverna

kan bättre förstå konceptet genom att undersöka exempel, som att påvisa skillnaden i den mycket höga andelen amerikaner som tror att mordet på USA:s president John F. Kennedy var resultatet av en storslagen konspiration, med den mycket låga andel som tror att det misslyckade mordförsöket på USA:s president Ronald Reagan var resultatet av en komplott. Med andra ord, ju mer traumatisk en händelse uppfattas, desto mer tror människor att stora händelser har orsakat den.

Genom en öppen diskussion i klassrummet, utan att avslöja personliga åsikter, kan lärare uppmana eleverna att reflektera över skillnaden i tro på konspirationsteorier vid liknande händelser, som till exempel de många konkurrerande konspirationsteorierna kring 11:e september-attackerna. Målet är att plantera tvivel i elevernas sinnen, främja konstruktiv debatt och reflektion. Det är viktigt för lärare att förbli neutrala när de talar om känsliga ämnen, även om opartisk analys är en utmaning. Att skilja mellan “kontroversiella uttalanden” och “uppgjagade uttalanden” är av stor vikt. Effektiv undervisning i kontroversiella ämnen kräver inte bara ett specifikt pedagogiskt tillvägagångssätt, utan också fingertoppskänsla för den rådande klassrumsmiljön.

Lärare bör utbildas i att påtala likheterna mellan konspirationsteorier, vandringsägner, skämt och bedräglig desinformation. Relevanta paralleller kan

**Det är viktigt för lärare att förbli neutrala när de talar om känsliga ämnen, även om opartisk analys är en utmaning.**

dras för att exemplifiera viral spridning av felaktigheter som uppstått genom desinformation. Till exempel kan en kraftfull fallstudie vara den ökända vetenskapliga artikeln av Andrew Wakefield, som påstod att det fanns en koppling mellan MPR-vaccinet och autism. Det exemplet bör vara obligatoriskt i någon av de tvärvetenskapliga lärandeaktiviteter som syftar till att utveckla eleverna i kritiskt tänkande, särskilt inom historia och/eller biologi.

Den undersökande journalisten Brian Deers bok, *The Doctor Who Fooled the World: Science, Deception, and the War on Vaccines* belyser Wakefields bedrägeri som ledde till den grovt felaktiga artikel som publicerats i *The Lancet*, en av de viktigaste medicinska tidskrifterna i världen. Tack vare Deers skepticism och hängivenhet återkallades Wakefields artikel. Det är dock viktigt att lärare är medvetna om att detta ämne kan vara känsligt, eftersom vissa elever kan ha föräldrar som är vaccinmotståndare ("anti-vaxxers") med starka åsikter i frågan. Lärare bör hantera sådana exempel med omsorg och känslighet. Trots att Wakefields resultat har motbevisats, håller fortfarande ett betydande antal människor fast vid hans falska berättelse och bidrar till att stärka antivaccinationsrörelsen. Genom att utforska sådana fall kan eleverna känna igen farorna med vilseledande information och vikten av skepticism vid utvärdering av anekdoter och statistiska avvikelser.

När man diskuterar misstro mot läkemedelsindustrin måste lärare erkänna vissa företags oetiska praxis att ta ut oskäligen priser på livräddande läkemedel, vilket bidrar till allmänhetens aversion mot industrin. Men det är viktigt att presentera olika perspektiv och belysa frågans komplexitet. Lärare kan initiera diskussioner om "Big Phar-



mas” inflytande, spridningen av idéer på internet och övertygelser om gömda botemedel mot cancer. Att uppmuntra debatter och utforska motstridiga argument kan hjälpa eleverna att få en mer nyanserad förståelse och känna igen vilka intressen som ligger bakom spridning av desinformation. När det gäller storslagna konspirationsteorier, som tro på fejkade mänlandningar eller att jorden är platt, bör lärare vara tydliga med deras orimlighet. Det är dock viktigt att ge utrymme för oenighet och undvika att förlöjliga individer som har sådana övertygelser. Lärare bör i stället peka på det osannolika i att samtliga inblandade under så lång tid varit involverade i komplotten. Genom öppna diskussioner och uppmuntran till holistiska lärandeprocesser kan eleverna identifiera brister i resonemang och utveckla sina källkritiska färdigheter.

Vikten av att undervisa i källkritik understryks av statistik från Program for International Student Assessment (PISA, 2018) som visar att endast 9 % av 15-åriga elever i OECD-länderna har förmågan att skilja mellan fakta och åsikter. Därför har utbildning i att kritiskt tänkande hos elever har blivit viktigare än någonsin. Lärarutbildningsprogram bör fokusera på att förse lärare med nödvändiga verktyg och tekniker, såsom förmågan att identifiera kognitiva snedvridningar och logiska felslut. Lärarna behöver också lära sig skillnaden mellan kritiskt tänkande och cynism. Genom att ge lärare en solid grund i pedagogiken för kritiskt tänkande kan de effektivt guida eleverna i att analysera information, ifrågasätta antaganden och utvärdera bevis.

Effektiviteten av de tvärvetenskapliga pedagogiska tillvägagångssätt som används vid BMSL syns tydligt i elevernas prestationer. Deras segrar i lokala, regionala, nationella och internationella tävlingar, liksom konsekvent höga betyg i nationella prov, är ett resultat av dessa undervisningsmetoder. Dessutom främjar de samarbets- och tävlingsinriktade metoderna samarbete, solidaritet och empati bland eleverna. Begåvade elever får samarbeta med elever som har svårigheter – för att skapa en stödjande lärandemiljö där kollektiva framsteg prioriteras. Med andra ord hjälper begåvade elever, som behöver extra stimulans och som söker utmaningar, de mer utmanade eleverna för ett bättre kollektivt resultat. Dessutom uppmuntras elever som behöver extra stimulans att bli faktagranskare under genomgångar eller föreläsningar. Den auktoritära, ofelbara och allvetande traditionella läraren måste ersättas av en mycket mer ödmjuk typ av pedagog. När eleverna ser



att deras lärare gör ett misstag vill vi att de ska känna sig bekväma med att berätta det. Lärarna bör uppmuntra, i stället för att förebrå som "gammaldags" lärare.

Att ifrågasätta allt är ett beteende som bör uppmuntras i "post-sanningens era". Nyckeln till att förbättra våra elevers resonerande färdigheter är att visa dem var de ska leta, inte att berätta för dem vad de bör se. Tvärvetenskapliga undervisningsmetoder bidrar till ett hållbart och livslångt lärande. Genom att integrera praktiska undervisningsmaterial – som 4DFrame, LuxBlox och Lego Spike Prime, samt digitala och robotiska element – förbättras elevernas engagemang och förståelse samt ger dem förutsättningar till fortsatt lärande i en ständigt föränderlig värld.

### *Hur BMSL lär ut källkritik*

Flexibilitet och individualisering är avgörande för effektiv undervisning. Lärare på BMSL använder olika strategier – som diskussionspaneler, utflykter, teaterinslag, föreläsningar, seminarier, workshops och andra praktiska och aktiva lärandeaktiviteter – för att nå varje elev individuellt.

Oavsett elevens inledande nivå, har läraren ansvaret att agera fyr i ett hav av desinformation. För att ska-

**Nyckeln till att förbättra våra elevers resonerande färdigheter är att visa dem var de ska leta, inte att berätta för dem vad de bör se.**

pa meningsfulla kopplingar mellan förvärvat kunskap och färdigheter följer lärare på högstadiet vid BMSL en kronologisk strategi för att organisera kärninnehållet. Med hjälp av den svenska digitala plattformen Loops har lärarna systematiserat hela treårsplanen för högstadiet till en utvecklings- och historisk tidsaxel. Detta tillvägagångssätt gör att eleverna kan ta till sig kunskap inom ett historiskt ramverk och skapa kopplingar mellan olika ämnen.

Samarbetet mellan lärarna är avgörande för att organisera och använda kunskapen effektivt. Loops fungerar som en kollektiv tankekarta, vilket gör det möjligt för lärarna att anpassa både lektioner och innehåll baserat på elevernas behov. Att förstå elevernas förkunskaper gör att lärare kan bygga vidare på dem och forma sin undervisning därefter.

Genom att integrera virtuell eller förstärkt verklighet, blandat lärande, upplevelsebaserat och

praktiskt lärande och "gamification" skapar lärare välbalanserade och varierade lärandemiljöer som ger utrymme för kontinuerlig inkludering av kritiskt tänkande. Dessa multimodala lärandemiljöer tillgodoser de olika behoven hos elever i heterogena klasser och uppmuntrar tvärvetenskapliga undervisningsmetoder. Samarbetsmetoderna korsar gränserna mellan individuella ämnen och letar efter synergieffekter mellan olika discipliner för att hjälpa eleverna att koppla samman ämnen. Detta skapar en solid kunskapsbas som är nödvändig för att undersöka och skeptiskt granska allt som lärs ut i skolan. Tillvägagångssättet gör det möjligt för lärare att täcka ämnen inom och utanför det centrala innehållet i samtliga skolämnen och främja hållbar förståelse och kompetens. Lärarna låter

eleverna utveckla kritiskt tänkande genom att urskilja vetenskap från pseudovetenskap.

De tvärvetenskapliga pedagogiska tillvägagångssätt som används av vårt arbetslag vid BMSL har många fördelar för lärare och elever. Genom att betona multimodalitet, grundlig planering och sökandet efter synergi mellan ämnen, kan lärare erbjuda kunskap som bidrar till utvecklingen av kritiskt tänkande. Pedagogerna spelar en avgörande roll i att inspirera till nyfikenhet, kreativitet och självlärande hos eleverna, vilket gör dem till självständiga människor utanför klassrummet och bli mindre benägna att tro på konspirationsteorier. Genom relevanta exempel framhävs sanningens alldagliga karaktär. Ungdomarna rustas att motstå sin bekräftelsebias samtidigt som de får en sund dos av skepticism.

I egenskap av medförfattare till boken *Transformative Education* rekommenderar jag naturligtvis en läsning av den för en mer omfattande förståelse av multimodala och tvärvetenskapliga metoder, förbättrade färdigheter i kritiskt tänkande och bekämpning av desinformation. 🐘

*Philippe Longchamps*

### *Referenser*

Christodoulou, Daisy. *Seven Myths About Education*. New York, Routledge, 2014.

Deer, Brian. *The Doctor Who Fooled the World: Science, Deception, and the War on Vaccines* Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2020.

Graham, Charlotte och Philippe Longchamps. *Transformative Education; A Showcase of Sustainable and Integrative Active Learning*. New York: Routledge, 2022.

Hattie, John. *Visible Learning: A Synthesis of 800 Meta-Analyses*

*Relating to Achievement*. New York: Routledge, 2009.

Muijs, Daniel och David Reynolds. *Effective Teaching Evidence and Practice*. London: Sage Publishing Ltd, 2018.

OECD, *PISA 2018 Results (Volume VI): Are Students Ready to Thrive in an Interconnected World?* Paris: OECD Publishing, 2020. DOI: 10.1787/d5f68679-en.

## *Om krönikan “Jag gick på Waldorf”*

*I december fick Folkvettredaktionen in en läsarkommentar på en nypublicerad krönika. Med läsarens goda minne publicerar vi den här tillsammans med svar från ansvarig utgivare (med smärre redaktionella ingrepp).*

*23 december 2023*

Hej!

Jag läser med behållning nästan varje nummer av *Folkvett*. Dock blev jag besviken när jag i nummer 3-4, 2023, finner att en före detta Waldorfelev berättar om sina upplevelser under skolåren. Anekdotiska beskrivningar – om än egenupplevda och under rubrik ”Krönika” – har inte, enligt min mening, någon plats i en seriös publikation som *Folkvett* som anstränger sig för att t.ex. genomskåda dåligt underbyggda teorier som t.ex. pseudovetenskap.

Det hade varit tillräckligt med de två artiklarna om Waldorfpedagogiken och om Antroposofins kris.

Det skulle utan tvekan gå att hitta en annan före detta Waldorfelev som skulle berätta om sin upplevelse av sin skolgång som helt underbar och som en bra grund för det fortsatta livet. Säkert också någon som ser både för- och nackdelar med att ha gått i Waldorfskola. Om man skulle vilja på allvar undersöka hur eleverna upplevt sin skolgång så skulle man behöva genomföra en omfattande/dyr/svår enkätundersökning – förvisso skulle det vara av intresse till skillnad från enstaka elevberättelser.

God Jul! 🍷

*Jan Linder*

*Umeå*

*30 december 2023*

Hej och tack för ditt brev. Det är alltid värdefullt att få synpunkter från läsare, och din reaktion ger upphov till eftertanke.

Vittnesmål från personer som på olika sätt varit utsatta för pseudovetenskapliga organisationers påverkan spelar ofta en stor roll i granskningen av dessa sammanlutningar. För att förstå hur sådana verkar, och hur deras verksamhet präglas av pseudovetenskapen, är personliga vittnesmål ofta ovärderliga.

Waldorf-pedagogiken bygger på Rudolf Steiners pseudovetenskapliga teorier, som sträcker sig över många områden och därför kan påverka undervisningen i alla skolämnen. Tillämpningen varierar, och det finns stora skillnader mellan skolor, mellan olika lärares undervisning i en och samma skola, och förstås mellan olika elevers



*Dam som skriver brev av Albert Edefelt, 1887.  
Från Wikimedia Commons.*

upplevelser. Men det finns också mycket som är gemensamt för olika Waldorfskolor och för många före detta elevers erfarenheter. Det finns en ganska stor (men nästan enbart tyskspråkig) granskande och kritisk litteratur om dessa skolor, byggd bland annat på många före detta elevers erfarenheter. Den text vi publicerade stämmer väl överens med vad som redovisas i denna litteratur, och jag bedömer därför att den har en avsevärd allmängiltighet. Men ett resonemang om detta hade säkert kunna motivera sin plats i tidskriften, kanske som presentation av den text vi publicerade. ✍

*Bästa hälsningar  
Sven Ove Hansson, ansvarig utgivare för Folkvett*

*Napoleon: en komplex  
historia om ett riktigt  
”asshole”*

**Teddy Winroth** kåserar om Napoleon och alla de myter som cirkulerar kring denne krigiske man. Som vanligt ger vi Teddy den konstnärliga friheten att hävda vad han vill utan att ange källor. Faktamässiga invändningar mot texten mottages med tacksamhet av redaktionen.

Napoleon Bonaparte skall ha sagt något i stil med att ”historien är en hög med lögner vi alla kommit överens om”. En som verkligen anammat Napoleons filosofi verkar vara filmregissören Ridley Scott.

Ytterst få människor går till världshistorien som Napoleon gjorde. Det råder ingen tvekan om att hans agerande har varit av stor betydelse för Europas, och därmed även





*Napoleon Bonaparte av Henry Brintnell Bounetbeau, ca 1850.  
Från Smithsonian American Art Museum.*

hela världens utformning de senaste 200 åren. En rolig kontrafaktisk spekulering är att om inte Napoleon blivit besegrad vid Waterloo 1815, hade engelsmännen förmodligen idag kört på höger sida av vägen och pratat med någon slags fransk-engelsk dialekt.

Kontrafaktiskt spekulerande i all ära, låt oss i stället titta lite på fakta och bli förbryllade över varför det ska vara så in i bänken svårt för Hollywood att göra en film som åtminstone *försöker* hålla sig till verkligheten. Historiker gav Ridley Scotts senaste film mörkdande kritik för historiska felaktigheter – som att Napoleon skall ha skjutit kanon på pyramiderna. Ridley svarade ungefär: ”Åh, hur fan vet du det? Var du där eller?” Med den filosofin kan vi avveckla och avfärda all historisk forskning.

Jag vill poängtera att jag tyckte att filmen var bra. En film behöver inte vara historiskt korrekt för att jag ska finna den underhållande. (Braveheart, hallå!) Däremot tror jag att det blir förrädiskt och rent av farligt när historielösa människor ser sådana filmer. Åtminstone borde filmen haft en liten "disclaimer" att den har tagit sig friheter med sanningen. Ungefär som cigarettpaketet har varningsetiketter.

Napoleons liv rädde det många missförstånd om, och faktoider kring, långt innan hans liv filmatiserades. Låt oss börja med den vanligaste feluppfattningen: att han var kort. Napoleon var av normal längd för sin tid. Det vet vi bland annat genom att vissa av hans kläder finns bevarade. När han obducerades av Dr. Franci Antommarchi 1821 så mätte man för övrigt hans längd. Myten att Napoleon var kortväxt kan ha sin upprinnelse i att det, på denna tid, rädde begreppsförvirring kring dåtidens längdenheter (fot, yard, inch). Det fanns nämligen både franska respektive engelska måttssystem. I denna begreppsförvirring kan människor ha utläst hans längd i fel enheter och därmed dragit slutsatsen att han var kort. Något som däremot förmodligen var kort var Napoleons penis. Det hävdas att Dr. Antommarchi skall ha skurit av organet i samband med obduktionen. Penisens gjorde sedan en lång och märklig resa. 1977 lät en urolog vid namn John K. Lattimer köpa den för 3 000 dollar och idag skall tydligen Johns dotter vara den stolta (?) ägaren av Napoleons penis.

Läkaren Nisse Simonsson hävdar att Napoleon med all sannolikhet hade något fel på hypofysen. Runt 1805 förändrades Napoleons hälsa och kroppsform ganska påtagligt. Han blev fet, frusen, frigid och förstoppad. En conse-

kvens av förstoppningen var att han fick svåra hemorrojder. Ordet hemorrojd dateras i engelskan till 1398 enligt vår tideräkning. Ordet bottnar i något grekiskt krångligt ord som betyder ”benägen att avge blod”. Det blir en slags ironisk och poetisk rättvisa kring det. Om någon gjorde människor benägna att avge blod var det Napoleon.

På vägen till Waterloo drabbades han av så svåra hemorrojdsmärutor (inklämnd hemorrojd) att han inte ens kunde rida. Han fick färdas i en vagn. Därmed blir det lite svårköpt att han skulle ha ridit i bräschen och svingat en sabel så som Ridley Scott filmade. Filmens huvudperson blir alltså raka motsatsen till vad Napoleon förmodligen var: ett gigantiskt ”asshole” med avsaknad av ”big dick energy” och som orsakade fruktansvärt mycket blodutgjutelse. 🍌

*Teddy Winroth*

# *Information om VoF:s webbforum*

**Riksstyrelsen** förklarar orsakerna bakom att VoF:s webbforum ligger nere och varför en lösning inte har kommit på plats.

SOM MÅNGA SÄKERT redan vet så ligger VoF:s gamla webbforum nere sedan en längre tid.

Anledningen till att den inte längre går att nå är att den mjukvara som forumet bygger på blev alltför gammal för att kunna användas. Att få forumet att återuppstå med modernare verktyg visade sig också vara svårt att uppnå. Vårt gamla forum var baserat på en uråldrig version av PHP. Uppgradering till nyare versioner visade sig vara enormt tidskrävande då delar kräver manuell uppgradering.



VoF ser fortfarande värdet av ett mer klassiskt diskussionsforum och har som ambition att hitta en plattform för det, som komplement till VoF:s nuvarande diskussionsgrupp på Facebook.\* Innehållet från det gamla forumet finns bevarad och vi undersöker möjligheten att återskapa det i läsläge – både som kuriosa och som för- eningshistorik.

VoF:s webbforum är en synnerligen viktig del av vår historia. Många medlemmar hittade föreningen och blev engagerade tack vare det. Så här berättar en medlem:

“Någon gång runt 2010 råkade jag av en ren slump snubbla över VoF-forumet i samband med att jag följde debatter på religiösa bloggar. Mitt möte med forumet förändrade mitt sätt att tänka. Jag lärde mig helt enkelt om källkritik från de andra medlemmarna. Många ’sanningar’ och antaganden jag tidigare haft blev som bortblåsta. “Jaså? Så det som står i vissa tidningar, att folk flyttat på föremål genom tankekraft, det är nog inte alls sant?”

Den förste som skrev till mig var Hexmaster, den numera bortgångne Peter Olausson. Han hade ett alldeles eget “skeptiskt uppslagsverk”, Hexmasters faktoider, som innehöll klargöranden kring många historiska myter och fakta. Superintressant! Jag fick dessutom en drös med trevliga bekanta genom träffar – skeptikerpubar – som jag delvis var med om att arrangera.

VoF:s debattforum på nätet samlade många nyfikna, sökande och resonerande individer. Inte många år före VoF-forumet kom sökmotorn Google, vilken var en smärre revolution för att snabbt kunna debattera fakta med andra – om det användes med eftertänksamhet!

Och alla roliga personligheter sen... med sina oerhörda avatarbilder! Många nyfikna människor har genom åren hittat föreningen och nya vänskaper genom forumet.”

VoF:s styrelse beklagar att frågan tagit tid. Vi söker efter en ny plattform för ett “VoF-forum 2.0”.

Har du erfarenhet av Discord, Reddit eller ett annat lämpligt alternativ? Är du intresserad av att vara admin för ett sådant forum? Kontakta [webmaster@vof.se](mailto:webmaster@vof.se) och berätta vad du vill och kan bistå med! ✍️

*VoF:s riksstyrelse*

*\*Diskussionsgruppen på Facebook finner du genom att söka på: Vetenskap och Folkbildning (VoF)*

*Vetenskap och  
Folkbildnings årsmöte  
den 11:e maj 2024*

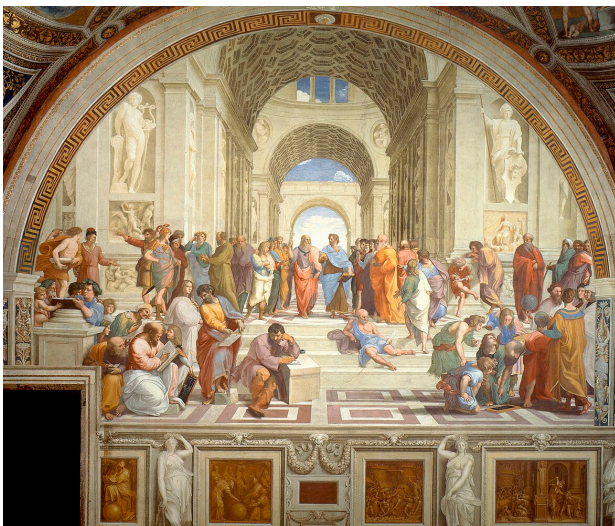
**K**om ihåg detta datum!  
Välkomna till riksårsmöte med Vetenskap och  
Folkbildning lördagen den 11 maj 2024 i ett vågrönt  
Göteborg!

Notera att detta enbart är information om tidpunkt  
och plats för årsmötet. En formell kallelse, instruktioner  
för anmälan och komplett program kommer att skickas ut  
senast två veckor innan mötesdatum.

Platsen blir i studieförbundet Sensus lokaler på Södra  
Hamngatan 29, mitt i centrala Göteborg (10 min prome-  
nad från centralstationen).

Lördag 11 maj kl.10:00 samlas vi för fika och mingel  
innan årsmötesförhandlingarna startar kl. 11:00. Vi plane-





*Skolan i Aten av Rafael, 1509–1511. Från Wikimedia Commons.*

rar också att arrangera skeptikerpub på både fredag och lördag kväll.

Medlemmarna kommer att ges möjlighet att delta digitalt via Zoom på årsmötet. Den som deltar digitalt kommer också att vara röstberättigad. Detaljer gällande digitalt deltagande kommer i utskick till medlemmarna.

För att delta i årsmötet behöver du vara medlem i föreningen. Vi passar därför på att påminna om medlemsavgiften. Ditt medlemskap hanterar du via den här webbadressen: <https://forening.foreningshuset.se/vof/loggain>

Hjärtligt välkomna! ✍️

*Riksstyrelsen  
Vetenskap och Folkbildning*

---

## NOTISER



### *Ditt dåliga bollsinne förklarar?*

Är du en av dem som aldrig kunde ta lyra när du spelade brännboll? Eller blir lika förskräckt varje gång bollen swishar förbi dig när du möter en storservare i tennis? Forskare vid Trinity College i Dublin har i en studie (som i skrivande stund väntar på publicering) kanske kommit ett steg närmare en förklaring till det som i vardagligt tal kallas för "bollsinne".

Förmågan att uppfatta

snabba visuella förändringar varierar stort mellan olika djurarter, och – som ovan nämnda forskare konstaterat – även mellan olika individer av människosläktet. Färdigheten mäts genom att man visar ett blinkande ljus och vid en viss hastighet av blinkningar är de så snabba att blinkningarna uppfattas som ett fast sken. Är du ett djur som har nytta av en förmåga att kunna följa snabba föremål, uppnås denna tröskel vid en mycket högre frekvens än för andra djur. Som exempel

---

## NOTISER



kan nämnas att pilgrimsfalkens tröskel ligger vid 130 blinkningar per sekund, medan människans maximala förmåga brukar anges till 60.

Forskarna på Trinity College testade 88 försökspersoner och upptäckte en stor variation mellan olika individer. Det genomsnittliga tröskelvärdet var 50 blinkningar per sekund, men förmågan varierade från 34 till 61.

Den rimliga slutsatsen borde vara att om du bestämmer dig för att ägna dig åt en bollsport bör du först kontrollera

ditt tröskelvärde. Har du ett lågt tröskelvärde kanske du är bäst lämpad att spela golf, där bollen ligger still när du slår den. Har du ett högt tröskelvärde skall du satsa på tennis, eller kanske bli målvakt.

*Clinton S. Haarlem, Redmond G. O'Connell, Kevin J. Mitchell, Andrew L. Jackson*

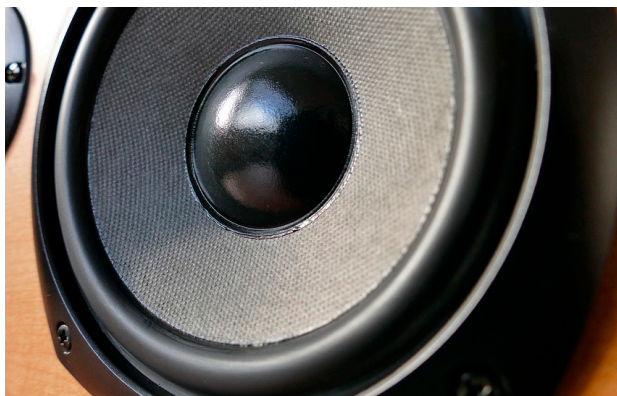
*The speed of sight: individual variation in critical flicker fusion thresholds,*

*bioRxiv, DOI:  
10.1101/2023.11.15.567175*

DK

---

## NOTISER



### Årets folkbildare 2022 får 40 museer att rocka

Mellan den 4:e och 19:e november 2023 genomfördes ett internationellt projekt med 140 museer i 30 olika länder av bandet Sabaton, Årets folkbildare 2022. Under namnet "History Rocks" ordnade de deltagande museerna olika event som marknadsfördes av bandet för att hjälpa museerna att nå ut till en ny publik av hårdrockfans. Museerna visade utan egen kostnad filmen *The War To End All Wars – The Movie*, en animerad film om första världskriget producerad av Sabaton utifrån bandets

musik. Då samtliga deltagande museer var intresserade av att delta i liknande framtida projekt, är det rimligt att anta att de såg en ökning av antalet besökare.

Pär Sundström, basist och manager för bandet, låter hälsa att det är svårt att veta hur titeln "Årets folkbildare" fungerat internationellt, men att det antagligen hjälpt till i marknadsföringen av projektet, även om sådant är svårt att veta säkert.

*Our "History Rocks" charity project for museums was a success! [www.sabaton.net](http://www.sabaton.net)*

PJR

---

## NOTISER



### *Pyramid troligen inte skapad av människor*

Enligt ett rafflande reportage från History Channel så ska det snarare vara förhistoriska utomjordingar som ... Skämt åsido. I en publicerad studie i *Archaeological Prospection* påstods att en urgammal "pyramid" i Indonesien, Gunung Padang, inte kan ha formats naturligt; den ska istället vara den äldsta människoskapade strukturen vi känner till, med upp till 25 000 år på nacken.

Andra arkeologer är dock skeptiska; om påståendet vore sant skulle allt vi hittills vet om människans utveckling

behöva skrivas om. Av allt att döma bygger studien på legitima data, men utifrån den har omotiverat vilda slutsatser dragits. Den "onaturliga" formen på förhöjningen beror troligen på slumpen. Som arkeologen Flint Dibble från Cardiff University, Storbritannien uttryckte det: "Material som rullar nerför en kulle kommer generellt att orientera sig självt."

*James Felton, IFL Science, "The 25 000 Year Old 'Pyramid' in Indonesia Was Likely Not Made by Humans", 29 november 2023*

LK

---

## NOTISER



### *Fint pris för fin studie*

I senaste numret av *Folkvett* under rubriken "Kunde vi ha fått fler att vaccinera sig mot covid-19 – och snabbare?" redogjorde Mattias Öhman för en studie som han och några kollegor gjort om kognitiv förmåga och vaccinationsgrad. Den studien har nu tilldelats Swedbanks Myrdalpris som ges till årets bästa artikel i Nationalekonomiska Föreningens tidskrift *Ekonomisk Debatt*. I motiveringen kan man läsa: "Artikeln är

välskriven med en tydlig linje och klar struktur och ger en tydlig beskrivning av data, metodval och resultat. Artikeln har viktiga policyimplikationer och bidrar på flera sätt till en informerad och nyanserad debatt."

Gratulationer till Mikael Elinder, Oscar Erixson och Mattias Öhman, Uppsala universitet.

*Swedbank, pressmeddelande, 17 januari 2024*

*PJR*



---

## NOTISER



### *Förbisedd nummermedverkande*

I vår obligatoriska förteckning av medverkande skribenter föll tyvärr Dan Larhammar bort i Folkvett 2023 3-4. Vi ber självklart professor Larhammar om ursäkt för denna fadäs.

En freudiansk tolkning av misstaget skulle kunna vara en omedvetet aggressiv och oïdipal önskan att utplåna en av VoF:s fadersgestalter. Men eftersom vi är skeptiker och ogärna grundar oss i pseudo-

vetenskap, är en rimligare tolkning av neglektet hög stress vid sammanställandet av det digra dubbelnumret. Lugnande intag av vin och folköl hos vissa redaktionsmedlemmar kan också ha varit en bidragande faktor.

*DK*

---

## NOTISER



### *Tryckfelsnisse i Folkvett 2023:3-4*

Folkvettredaktionen vill utfärda en rättelse av rubriken till Thomas Roths artikel i föregående nummer. Artikeln ska heta "Nytt vin i gamla läglar" och inget annat; en *lägel* är en påse av skinn avsedd för att förvara och dricka vin

ur. Artikeln gick dessvärre i tryck med ordet "läglar" i rubriken, vilket kan ses som en felskrivning passande numrets Freudkritiska tema.

LK



---

## MEDVERKANDE I DETTA NUMMER

I varje nummer av *Folkvett* deltar en rad olika skribenter med bidrag. Här följer en kort presentation av skribenterna i Folkvett 1/2024:

**Xzenu Cronström Beskow** är lärare i psykologi, engelska och SFI. Ledamot i VoF:s riksstyrelse 2016–17. Studerar lingvistik vid sidan av och är förbundsordförande i SFQ (Sveriges Förenade HBTQIA+-studenter).

**Elias Eriksson** är professor i farmakologi och har under mer än fyra decennier ägnat sig åt experimentell och klinisk psykofarmakologisk forskning. Han är verksam vid samma enhet vid Sahlgrenska Akademien, Göteborgs universitet, där en gång nobelpristagaren Arvid Carlsson utvecklade det första SSRI-medlet.

**Alexander Gunnarsson** är utbildad inom datavetenskap och medlem i VoF Göteborg.

**Sven Ove Hansson** är författare och professor i filosofi vid KTH. Han är redaktör för den filosofiska tidskriften *Theoria* och ansvarig utgivare för Folkvett. Han var VoF:s förste ordförande (1982–1987) och medlem i riksstyrelsen 1982–2013.

**Lotten Kalenius** är filosofie kandidat i kulturvetenskap. Hon är ledamot i VoF:s riksstyrelse, vice webmaster för vof.se samt redaktör för Folkvett.

**Dan Katz** är legitimerad psykolog och psykoterapeut, psykoterapihandledare och författare. Han är vice ordförande i VoF:s riksstyrelse och redaktör för Folkvett.

**Philippe Longchamps** är uppvuxen i Québec och flyttade till Sverige år 2002. Han är en prisbelönt lärare, historiker och författare. För närvarande arbetar han som lärare vid Bilingual Montessori School of Lund (BMSL) och är medgrundare av konsultföretaget Integreateach.

**Per Johan Råsmark** titulerar sig mentalist och sitter i VoF:s riksstyrelse..

**Teddy Winroth** är psykolog, kriminolog och psykoterapeut. Han arbetar inom psykiatrin och har tidigare bland annat forskat vid Lunds universitet. Ordförande för VoF Skåne.





## INNEHÅLL

- 4 Ledare: Alla har en bias – även du, även jag
- 9 Elias Eriksson: Propagandan mot de antidepressiva läkemedlen
- 53 Alexander Gunnarsson: Berättelsen om när jag nästan gick med i en sekt
- 62 Xzenu Cronström Beskow: Incels och “hemligheten”: destruktivt önsketänkande och predatorisk sexualitet
- 81 Phillippe Longchamps: Tvärvetenskaplighet för hållbara källkritiska färdigheter i skolan
- 93 Insändare
- 96 Teddy Winroth: Napoleon: en komplex historia om ett riktigt ”asshole”
- 100 Medlemsinformation
- 104 Föreningsnytt
- 106 Notiser