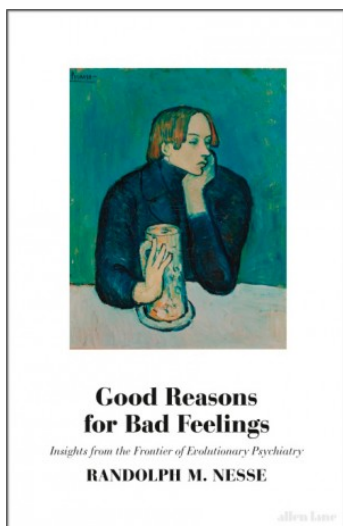

Inspirerende evolusjonspsykiatri

ANMELDELSER

CHRISTOFFER ANNERSTEDT

Overlege, BUP Sentrum, Stavanger universitetssjukehus



Randolph M. Nesse

Good reasons for Bad Feelings

Insight from the frontier of evolutionary psychiatry. 384 s. London: Allen Lane, 2019. GBP 20

ISBN 978-0-241-29108-5

Hvorfor har vi evne til dårlig og godt humør? Hvorfor har vi følelser? Hvorfor fører disse egenskapene så ofte til psykisk, eksistensiell og relasjonell lidelse og til sykdom? Disse og mange flere spørsmål tar forfatteren for seg. Med velskrevet og underholdende tekst leder han oss gjennom innsikter fra et langt psykiaterliv. Nesse, som er professor i psykiatri og psykologi, grunnla Center for Evolution and Medicine ved Arizona State University og er en pioner innenfor evolusjonsmedisin.

Med besteforeldre fra Nesse på Bømlo mener forfatteren selv at boka er farget av en «norsk følsomhet», og det, sammen med sans for humor, gjør boka til en fornøyelse å lese. Det blandede utvalget av vidt forskjellige temaer skaper en frisk stemning. Nesse skriver lettforståelig og for et bredt publikum med interesse for evolusjon og psyke. Leseren får en introduksjon i evolusjonsteori som appliseres på områder som angst, affekt, følelser, sosialt liv, sex, moral, spiseforstyrrelser og avhengighet. Han er modig i sine temavalg, med bl.a. et forsvar for psykoanalysen og utforskning av det ubevisste fra et evolusjonsperspektiv. Bokens referanser og indeks strekker seg over 100 sider som inspirasjon for videre lesning.

Nesse tegner et bilde av evolusjonspsykiatri som en bro mellom ulike teorier. Hans innsikter stimulerer til en beundring for kompleksiteten i kropp og sinn. De bidrar til forståelse for hva som går galt, og hvorfor, når mennesker utvikler psykiske vansker. Dette er fint å ta med seg i terapirommet og diskutere med pasienten som fortvilet ønsker svar på hvordan det kunne gå så galt. Nesse tar også for seg dypere begreper som nestekjærlighet, moral og begjær. Her blir diskusjonen ydmyk og håpefull.

Det er vanskelig å være menneske, og våre drifter og lyster gjør livet spennende og umulig. God innsikt i misforholdet mellom vårt moderne liv og hva vi egentlig er bygget for å utstå, kan hjelpe oss å forstå følelsene i situasjonene bedre og få til endring.

Evolusjonen fører artene fremover. Menneskenes evolusjon er uovertruffen, og vi har utviklet fantastiske mentale evner. Men følelsene dine, fantastiske og vanskelige som de kan være, er ikke nødvendigvis der for at du skal ha det fint og bra. De er der for at du skal, som en av mange, lykkes i evolusjonens spill – spillet der vi alle på en måte er vinnere.

Publisert: 18. november 2019. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0615

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 14. juni 2026.