

## **Manteliumake on olennainen erityisesti pelon ja raivon säätelyssä. Mikä on sen merkitys muille tunteille? (Lukiolaiset)**

Jan Wikgren:

Manteliumakkeen eli amygdalan rooli on tosiaan yleensä nähty keskeisenä nimenomaan kielteisten emootioiden yhteydessä. Amygdalan aktiivisuus kasvaa hyvin nopeasti vasteena sellaisten ärsykkeiden havaitsemiseen, jotka ovat potentiaalisesti vaarallisia. Tämä tapahtuu jopa ilman tietoista käsittelyä ja lienee evolutiivista perua siinä mielessä, että mahdollisesti henkeä uhkaavia tilanteita ja asioita on syytä välttää myös ”varmuuden vuoksi”.

Amygdalan toimintaa onkin enimmäkseen tutkittu tästä näkökulmasta, mutta on myös tehty havaintoja, että sen aktiivisuus lisääntyy positiivistenkin ärsykkeiden läsnä ollessa. Tunteita herättäviä asioita voi yksinkertaistaen jakaa kahden ulottuvuuden avulla: valenssilla tarkoitetaan vaihtelua epämiellyttävästä/vältettävästä miellyttävään/lähestyttävään, kun taas salienssilla viitataan kokemuksen voimakkuuteen sen miellyttävyydestä vai epämiellyttävyydestä riippumatta. Miellyttävien tunnekokemusten yhteydessä on havaittu amygdalan aktivaatiota suhteessa siihen kuinka suuren vireystilan muutoksen tunnekokemus saa aikaan eli kuinka salientti kokemus on. Tästä voi päätellä, että amygdala on yleisesti ottaen osa sitä järjestelmää, joka saa yksilön valitsemaan nimenomaan merkityksellisiä ärsykeitä ympäristöstään. Pelkoa herättävät ärsykkeet toki ovat useimmiten eloonjäämisen kannalta juuri näitä mihin kannattaa reagoida heti, joten siinä mielessä on ymmärrettävää, että amygdalaan liittyvä tutkimus on keskittynyt nimenomaan välttämiskäyttäytymiseen.

Lähde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4877499/>