

Borges Blue corner

NAFO Glåmdal Nes

BBC 91, JULENUMMER: METAFORER OG ANALOGIER, EN SPRÅKLIG JULEGAVE

Det er viktig å snakke presist, særlig når misforståelser kan få alvorlige følger. I andre situasjoner kan vi snakke løsere, eller mer «bildelig». Forskjellige psykologiske skoleretninger har forskjellige typer begreper. Noen har relativt dristige og hypotetiske begreper, særlig psykoanalyse. Noen har mer presise og tekniske begreper for observerbare prosesser, ikke minst atferdsanalyse. Blant oss atferdsanalytikere har noen oppfattet det slik at den begrepsmessige presisjonen også gjelder dagligtalen, og at vi skal snakke så presist som mulig i alle situasjoner, og tilsvarende lite billedlig. Jeg husker en samtale jeg hadde med en atferdsanalytiker. Det gikk dårlig med hans fotballag, og treneren mente at spillerne måtte «gå i seg selv». Atferdsanalytikeren mente at det var latterlig. Hvordan kunne noen gå i seg selv? Haha. Andre kolleger har hatt en lignende holdning. Noen har reagert på at væremåter beskrives som «modne» eller «umodne», og har ment at slike ord bør reserveres for frukt, vin og lignende. Noen har mislikt at verbalt impulsive personer «mangler filter», og har ment at filtre hører hjemme i renseanlegg. Det er mange slike eksempler.





Jula kan få det til å tippe over for de fleste, slik det har skjedd for Europris-nissen på Sand. Europris-nissen på Skotterud har klart julestria litt bedre. Begge er jo masseproduserte standardnisser, men nissenes svar på «Oppblåsbara Barbara» (en sexdukke på 1970-tallet) er bedre enn ingen nisser.

Noen med autismespekterforstyrrelse går langt i å ta ting bokstavelig, og forstår knapt verbale bilder. De danner seg kanskje et sterkt visuelt bilde av metaforens bokstavelige innhold, og «oversetter» den ikke til verbale alternativer. Det visuelle trumfer det verbale.

Også andre kan ha lite glede av verbale bilder. Usikre personer tør ikke å stole på hva de betyr, eller å bruke dem. Tvangspregede personer kan synes at slike verbale friheter er en uting. Kverulanter kan ta dem bokstavelig selv om de forstår dem, i alle fall hvis det kan gi en fordel. De mest firkantede atferdsanalytikerne oppfører seg i praksis langt på vei som om de har problemer à la de som jeg nevnte. Jeg ser ingen grunn til at personer som fungerer slik, skal være våre forbilder, i alle fall ikke språklig.

Når atferdsanalytikere har reagert negativt på verbale bilder, har noen gjort det av vrangvilje, det vil si av tvangsnevrotisk eller kverulantisk motivasjon. Noen har villet markere seg selv, og det unike og progressive og unike ved atferdsanalyse. Særlig før i tiden kunne noen være usikre på hva strenge «atferdsfedre» mente om løs tale, som kunne bli slått ned på. Uansett er skepsis til verbale bilder misforstått. Skal vi være så strenge, blir det kjedelig. Vi går også glipp av effektive måter å snakke på, og kan bli oppfattet som rare, helt fortjent. I det hele tatt er det grunn til å «skille jobb fra privatliv». Atferdsanalyse er også mer enn prinsipper som er direkte relevante for opplæring og behandling. Atferdsanalyse er opptatt av å forstå hvordan vi tenker, snakker og forstår. Her har lite bokstavelige måter å snakke på en viktig plass. Da snakker vi gjerne om metaforer, analogier og den slags.



I Norge har vi alltid hatt godt juleøl, og de senere årene har utvalget blitt enda mer spennende. Men hvorfor ikke brygge det selv? Kos dere uansett med godt øl i julen.

Heller ikke i vår forståelse av det språklige kommer vi utenom Skinner, som tok opp langt mer enn de enkleste formene for utsagn. Allerede i 1957, altså i *Verbal behavior*, var han inne på metaforer. Han tok utgangspunkt i tacts, det vil si utsagn som beskriver stimuli som er til stede, og i *utvidelser* av tacts. En enkel tactutvidelse er *generisk* utvidelse, altså utvidelse innenfor en type. Vi lærer at en bil er en bil, og at også en annen bil er en bil. Temmelig fort lærer vi at alle ting som oppfyller noen generelle krav, er biler. *Metaforisk* utvidelse er litt mer komplisert, men er fortsatt ganske enkelt så lenge alle stimuli er offentlige. Vi kan for eksempel beskrive en unnselig og kjedelig person som en «mus», eller en «grå mus». Personen, og en mus, har felles at de gjør lite av seg. Hvis vi sier at en person er «en sol», har han eller hun en lignende effekt på oss som solen har, for eksempel å få oss i godt humør. En naiv og gavmild person kalles gjerne «nisse» eller til og med «julenisse».

Hvis man har lært ordet «eksplosjon» om virkelig sprengning, er det rimelig å si det om en som blir rasende. I alle tilfellene utvides den opprinnelige betydningen til noe annet.

Metaforiske utvidelser er litt mer kompliserte når private stimuli er involvert. Et eksempel er et barn som smaker julebrus for første gang, og sier at «det smaker som når foten har sovnet». Hvor har barnet det fra? Jo, fra stimuleringen fra kullsyren, som ligner på prikking i en fot som har sovnet. (Barnet må da ha lært å si at «foten har sovnet», trolig ved at noen har sett at barnet har hatt problemer med å bevege foten etter å ha hatt den i en vond stilling. Så har de sagt at «foten har sovnet». Uten offentlige stimuli er det som kjent vanskelig å lære noen å beskrive seg selv. Den som har en sovende fot, merker prikking, som er en privat stimulus. Dermed blir prikking en stimulus for å si at foten har sovnet.) Men hva gjør sammenligningen av julebrus i munnen med en sovende fot til en metafor? Ifølge Skinner er det at beskrivelsen utvides, eller overføres, altså generaliseres, til noe annet enn det som den beskrev opprinnelig. I det nevnte eksemplet er det at beskrivelsen «foten har sovnet» *utvides* fra foten til brusen. En annen ting er at friskt juleøl kan gi litt av den samme prikkende stimuleringen som julebrus, men når vi er gamle nok til juleøl, har vi for lengst lært å beskrive slike stimuli på andre måter.



Flott julelandskap slik det kan ses fra tårnet på Årkjølen.

Ordet metafor kommer for øvrig fra gresk meta, som betyr deling eller felles handling og mål, og pherein, som betyr å bære eller overføre. Dermed kan metafor oversettes med «deling basert på overføring». Skinner gjør altså ikke skam på den opprinnelige betydningen. Han skrev jo både om deling, og om overføring, eller utvidelse.

Ellers var Skinner streng i sin definisjon av metaforer. Han mente at bare utsagn som sies uten å ha hørt eller lest det direkte fra andre, er egentlige metaforer. Han mente altså at standarduttrykk ikke er det. «Snill som en julenisse» er altså neppe en metafor. Skinners begrensning bryter nok en del med hva ordet metafor betyr til daglig, men jeg er enig med Skinner i at et det metaforiske ved et utsagn forsvinner når det blir et vanlig uttrykk. For det første er metaforer noe kreativt. Faste uttrykk, eller fraser, har lite med kreativitet å gjøre. For det andre har ikke minst Skinner vært mye inne på at svært mange ord, ikke minst for tenking

og føling, har en historie som metaforer før de fikk dagens betydning, som jeg tok opp i BBC 74. Det er altså vanskelig å åpne munnen uten å si noe som opprinnelig var en svært kreativ metafor. Å snakke om bein på møbler var nok opprinnelig en metaforisk tactutvidelse særlig fra dyrs bein, siden de fleste dyr har fire bein, men å si «bein» om møbelbein i dag er lite metaforisk. Når vi tar i betraktning at de fleste ord og utsagn opprinnelig var metaforer, men neppe er det lenger, blir vrange atferdsanalytikeres motstand mot metaforer ekstra dum. Hvis de skal være konsekvente, kan de knapt hverken godta noe som andre sier, eller si noe selv!

Når det gjelder nytte og glede av metaforer, mente Skinner at metaforiske utvidelser opplagt er berikende, og nødvendige, særlig når vi møter noe som vi ikke kan beskrive mer presist, for eksempel en ny situasjon. Da kan en metaforisk utvidelse i det minste si hva det i hovedsak dreier seg om. Nyvinninger og danning av nye ord og begreper hører gjerne sammen. Ikke minst er metaforer viktige når vi skal beskrive smaker som andre ikke kjenner, for eksempel av nye juleøl. Det er derfor beskrivelser av for eksempel forskjellige humletyper går ut på å sammenligne med noe som de fleste har smakt eller luktet. Noen sammenligninger er nokså ville. Det viser at vi må ty til det nærmeste vi har, som er bedre enn ingenting.

RFT (relational frame theory, eller relasjonell rammeteori), som altså er nyere atferdsanalytisk forståelse av språk, er veldig opptatt av metaforer. Ifølge RFT har en metafor noen felles egenskaper med det som den er en metafor for. I en metafor som «Å kjempe mot angst er som å kjempe mot kvikksand» er likheten at begge deler er fåfengt. Funksjonen, eller betydningen, overføres fra den ene delen til den andre, altså *fra* å kjempe mot kvikksand *til* å kjempe mot angst. Likheten overføres ved hjelp av «som» for substantiver, og «som å» for verb. «Som å» (for eksempel kjempe mot kvikksand) markerer altså likhet mellom å kjempe mot kvikksand og mot angst. Da kan vi umiddelbart også forstå at det er fåfengt å kjempe mot angst. Likheten kan også få oss til å trekke ut, eller derivere, viktige årsaksforhold, som at «Å kjempe mot angst vil bare gjøre vondt verre» og «Jeg overveldes av angst fordi jeg prøver å unngå den». Dermed kan vi få en mulighet til å endre atferd overfor angst, for eksempel å innta en mer aksepterende holdning. Også for eksempel «Han er som en julenisse» gir følger for hvordan det går an å opptre, særlig overfor vedkommende.



Fra det vellykkede dagsseminaret som lokallaget hadde på Skogtun på Skarnes 23. november. Bildet til venstre viser Bjørn André Torve, og bildet til høyre viser Marius Bakken, i aksjon i sine gode forelesninger. (Se omtale mot slutten.)

For øvrig er det andre leddet i setningen, altså det som kommer etter «som» eller «som å», ofte et bedre eksempel, eller prototype, på den overordnete kategorien som begge leddene tilhører. Å oppfatte likheten kan kreve at den som hører metaforen, vet fra før at det er fåfengt å kjempe mot kvikksand, og at det gjør vondt verre.

RFT stopper ikke der, og er også opptatt av historier, lignelser og analogier. Fra historier og lignelser, som for eksempel bibelen er full av, kan vi trekke ut metaforer. Fra

lignelsen om den barmhjertige samaritan kan vi trekke ut «Å være som den barmhjertige samaritan» hvis noen ligner på bibelfiguren.

Ordet analogi kommer fra gresk ana logon, som betyr «ifølge et forhold». En analogi kan være en likhet i proporsjonale forhold. Slike analogier kalles gjerne proporsjonale analogier, naturlig nok. Mer interessante analogier i denne sammenhengen dreier seg om likhet i funksjon, ved at de forbinder to begreper som kan sammenlignes ved hjelp av en egenskap som gjelder for begge begrepene. De kalles gjerne attribuerende, eller forklarende, analogier, og overfører informasjon fra en kjent kilde til det som skal forklares. De to delene blir ekvivalente, eller får samme funksjon. Ifølge RFT er forklarende analogier snevrere og enklere enn metaforer, men jeg ser ingen vesentlig forskjell mellom analogier og metaforer, særlig når det knapt gis eksempler på analogier (i alle fall ikke i RFT-boken fra 2001).

Ellers gjør RFT-miljøet ofte et poeng av at de er mer avanserte enn Skinner. Når det gjelder metaforer, er det muligens tilfelle, selv om jeg knapt ser praktiske forskjeller. Også Skinner mente blant annet at likheter er sentralt. Til å ha vært så tidlig ute som han var, vil jeg si at han fikk med mye, og det viktigste. Han fikk mange engler til å dale ned i skjul.



Black Wind av det berømte Stange-bandet Legacy of the Beginning, et selvsagt julegavetips for atferdsvenner. Musikk framført av steintøffe karer som man ikke uten videre legger seg ut med – se bildet! De synger mye om atferd, blant annet om å være «Lucified» og «Victim of persecution».

Skinner var inne på at metaforer, lignelser og analogier er svært viktige i vår tenkning. I beste fall kan de få oss til å forstå, og få oss til å hjelpe andre til å forstå, svært mye svært fort. Et bilde, i betydningen et foto, kan «si mer enn tusen ord». Det kan også metaforer. Hvor intelligente vi oppfattes som bestemmes mye av hvordan vi kan bruke og oppfatte slike «redskaper». Innenfor RFT er man enda mer opptatt av metaforer og lignende verbale fenomener, også fordi de er nyttige i behandling. Metaforer og den slags brukes mye i ACT (acceptance and commitment therapy, eller aksept- og forpliktelsesterapi), en terapiform som i alle fall delvis bygger på RFT. For at de skal fungere i behandling, bør de inneholde hendelser og generelle beskrivelser som ligner på pasientens situasjon, uttrykke sunn fornuft, vekke emosjonelle reaksjoner, og være lette å huske i situasjoner der de kan være nyttige. En vanlig ACT-lignelse er at vi ikke adlyder alt som andre sier, som vi hører på TV og så videre. Da ligger det mer eller mindre i kortene at vi heller ikke trenger å adlyde vonde tanker og ideer. Hvis pasientens vansker er diffuse, kan det være en fordel med metaforer som kan ha mange betydninger. Er vanskene mer avgrensede, kan mer entydige metaforer være best.

De fleste forstår at et liv uten metaforer og annen ikke-bokstavelig språkbruk gjør oss fattigere. Det er ingenting ved atferdsanalyse som tilsier at vi ikke skal snakke i slike vendinger, eller ikke prøve å forstå andre som gjør det. Etter min mening vil slik avvisning være totalt misforstått, og en mislykket måte å markere seg selv eller vår egenart på. Atferdsanalytikere som misliker, eller til og med harselerer, med metaforer, har derfor mye å lære, og bør ta imot denne (jule)gaven med åpne armer. Å avvise metaforer og lignende fenomener er som å nekte å åpne den flotteste julegaven som kan tenkes, og å sende vår alles verbale julenisse på dør!

Ellers er det verdt å nevne at vi hadde et godt dagsseminar om angst og behandling av angst hos mennesker med utviklingshemning. Temaet er ikke det mest «actionpregede», så vi var veldig fornøyd med 51 betalende og en god del studenter som gikk gratis. Det ligger også an til seminar om behandling av utfordrende atferd i mars, trolig 9. Lokallaget står på! Vi har vel funnet et seminarkonsept som fungerer, og som vil sikre oss et langt og godt liv.

Poeten Sigbjørn Obstfelder (1866–1900) mistet tidlig sin mor. I et ungdomsdikt skildret han hvordan han opplevde en julaften som barn (på et litt mer moderne norsk):

Julaften!
Julaften med julelys i vinduene,
Bugnende juletrær i storstuene
Julesang ut gjennom dørsprekkene
Jeg vanket alene i gatene
og lyttet til barnesangene
Jeg satte meg ned på trappene
og tenkte på min døde mor

Jeg håper at flest mulig av oss får en muntrere jul, og nyttårshelg. Ha en riktig god jul, og takk for det gamle året.

7. desember 2017 Børge Holden



Som vanlig ingenting å si på stemningen når odalsnissene på Breiby feirer jul. Da er det bokstavelig talt fri flyt av sterke forsterkere!