

Underlätta Ditt samtal med metaforer!

Metaforer som verktyg - en handbok för samtal.
Jakob Carlander. Gothia förlag, 2008

Boken ”Metaforer som verktyg – en handbok för samtal” är författad av psykoterapeuten och organisationsutvecklaren Jakob Carlander, med erfarenheter som präst och från psykiatrisk vård. Han intresserar sig för etik, det goda samtalet och förändringar på arbetsplatsen och har skrivit böcker med titlar som ”Trygga och otrygga möten” och ”Starka känslor”. Jakob Carlander presenterar i ”Metaforer som verktyg – en handbok för samtal” hur man kan använda sig av bilder när kommunikationen låst sig. Metaforer är användbara när samtalet är svårt och känsligt t ex mellan patient och vårdgivare eller chef och anställd men metaforer kan nog också fungera bra i privatlivet. Boken är skriven för personer som arbetar inom socialtjänst, vård, omsorg och skola. En studieplan om fyra träffar ingår. Allmänt sett är det en lättillgänglig, välskriven och intresseväckande bok.

Metaforer kan ha en dekorativ liksom en kognitiv funktion. Metaforer har flitigt använts och används ännu idag i poesin för att bland annat väcka vårt undermedvetna genom att få oss att se på känslor på ett annat sätt än vi normalt brukar. Metaforen betraktas även som förkortade liknelser (som t ex när en hjälpsam människa kallas ängel) och hjälper oss att beskriva det vi inte riktigt kan sätta ord på för att få ett budskap att gå fram. Metafo-

ren kan sätta ord på vår upplevelse av omvärlden och kan få andra att öppna ögonen. I boken *Metaphors We Live By* (1980) av G Lakoff och M Johnson sägs ”*The essence of metaphor is understanding and experiencing one kind of thing in terms of another.*”

En metafor kring rättvisa t ex på en arbetsplats som Jakob Carlander använder sig av är:

”Tar du en enkrona och kastar den tre gånger, är risken stor att klave kommer upp alla tre gångerna. Om du har satsat på krona, så upplever du det som 300 procent orättvist. Men kastar du samma krona tusen gånger så vet vi att ungefär hälften av gångerna blir till din fördel. Du kan alltså inte titta på världen ur ett snävt perspektiv, då känns det väldigt orättvist för dig”. En annan metafor kring att känna sig kränkt är: På ett behandlingshem säger en klient till sin kontaktperson: ”Jag känner mig överkörd av ett tåg när du skall styra mig”. Kontaktpersonen svarar: ”Om du går upp och sätter dig i tåget, och åker med oss andra, så riskerar du inte att bli överkörd”. Bra metaforer är ett effektivt verktyg när rak kommunikation inte kommer längre.

Metaforer kan ge en tydlig bild och klarlägga känslor och uppfattningar men de måste vara personliga och som allt annat måste användas på ett respektfullt och insiktsfullt sätt. Att

få kunskap och vägledning i hur man kan nyttja ett sådant instrument borde ligga alla som använder samtal i sitt arbete varmt om hjärtat. En läkare, socialsekreterare, kurator, psykolog bör också vara en duktig pedagog. Det är en roll som kan utvecklas och att kunna förklara för den som söker hjälp är en konst men enligt Jakob Carlander är det ingen svår konst, då vi alla har tillgång till bilder, liknelser och upplevelser som på något sätt återspeglar den andres situation och tankar. Det gäller bara att vara kreativ och komma på dem och berätta dem vid rätt tidpunkt. Författaren ger många konkreta och inspirerande exempel på hur man använder metaforer i det professionella samtalet.

Avslutningsvis tror jag att, förutom att det är en lättläst och trevlig bok, så kan man också ha glädje av att återvända till den när man börjar träna sig i att använda metaforer för här finns ett stort antal nyttiga exempel.

Göteborg den 1 september 2008

Ake Rundgren

Docent, överläkare

Enheten för geriatrik,

Avdelningen för samhällsmedicin

och folkhälsa

Sahlgrenska akademien, GU