

# Metaforer noen dør med

## Stian Biong

RN MPH DrPH. Førsteamanuensis i helsefag ved høgskolen i Buskerud, 3045 Drammen, Norge (stian.biong@hibu.no)

En tilnærming til levde erfaringer basert på et innsideperspektiv kan åpne for forståelse og kunnskap om fenomenene slik de er opplevd. Hensikten med artikkelen er å beskrive, undersøke og tolke metaforer om opplevelsen av seg selv hos yngre norske menn med heroinavhengighet og selvmordsadferd, samt å bidra til at subjektive erfaringer vurderes som et grunnlag for kunnskap i tilfriskningen. Analysen av metaforene konstruerte tre tema; å være isolert, å være nær punktet uten returmogigheter og å fortsatt være på grensen. Den helhetlige forståelsen kan tolkes som å leve med en balanse mellom å være offer eller aktør. I tilfriskningsprosessen kan økt oppmerksomhet rettet mot klientens metaforiske språk om opplevelsen av seg selv brukes som et bidrag i en flerfaglig vurdering av selvmordsrisiko.

**Abstract:** By attending to the symbolic language of metaphors in personal narratives from men living with heroin abuse and suicidal behaviour, the purpose of this study was to describe, explore and interpret the individual experiences of meaning and shifting sense of self inherent in the process of these phenomena over time. Three themes were identified; the meaning of being isolated, the meaning of being close to the point of no return, and the meaning of still being on the edge. The comprehensive understanding of the findings was formulated as balancing being a victim or an agent. Shifts in the sense of self, communicated by the use of metaphors, possibly reflecting shifts in a gradual suicidal ideation, could form an important part for recovery, and of the clinical evaluation of suicide risk by the treatment team.

## Introduksjon

Heroinavhengighet og selvmordsadferd representerer omfattende utfordringer og problemer for individer, grupper og samfunn (1,2). Epidemiologisk rammes menn i større omfang og med livstruende konsekvenser (3). Fenomenene er hittil hovedsakelig studert med kvantitative design. Effektiv forebygging av selvmordsadferd bør også ta utgangspunkt i personens

levde erfaringer og forståelse av sine problemer. Den norske regjeringens opptrappingsplaner for psykisk helse og rusfeltet legger derfor meget stor vekt på at tjenestene skal bygge på brukernes perspektiver. Vi mangler kunnskap om heroinavhengighet og selvmordsadferd basert på levde erfaringer. Av denne grunn kan det hevdes å være behov for mer kvalitativ forskning innenfor disse områdene (4).

Studien bygger på ideen om at heroinavhengighet og selvmordsadferd er sosiale fakta som er kommunikative og tillegges mening i kraft av vår persepsjon (5). En annen grunnleggende antakelse er at kunnskap om sosiale fakta konstrueres i en gitt kontekst, der både personen selv, og den enkelte sosial- og helsearbeideren i dette tilfellet, begge blir viktige aktører i konstruksjonen av kunnskap (6). Med et slikt utgangspunkt anses språket å utgjøre den viktigste kilden til kunnskap og innsikt, ikke bare på et individuelt plan, men også på gruppe- og samfunnsnivå. Riessman (7), fra et sosiologisk perspektiv, hevder at gjennom språket, ofte i form av fortellinger, taler også kulturen til oss. Grunnen til dette er at språket antas å være kontekstuelt betinget.

I en tidligere studie basert på yngre menns fortellinger om sine levde erfaringer med heroinavhengighet og selvmordsadferd var ett av forskningsresultatene at deltakerne i stor omfatning gjorde bruk av metaforer når de konstruerte opplevelsen av seg selv (8). Vi så det derfor som nødvendig å gjøre en selvstendig analyse av disse metaforene. Studien som presenteres her er resultatet av dette arbeidet, og som tidligere er presentert i en engelsk versjon (9). Det er i forhold til kognitive og identitets- skapende relasjonelle prosesser i den enkeltes tilfriskning vi antar at metaforer kan ha praktisk relevans.

### **Begrepet metafor**

Begrepet metafor er ikke entydig. Ordet har sin etymologiske opprinnelse fra gresk (metaphora; meta= over og pherein= å bære). Metaforer kan da antas å skulle overføre noe fra en plass til en annen. Begrepet er en metafor i seg selv, idet det ikke er snakk om å bære noe fysisk mellom to steder, men å oppfatte og forstå noe i verden i termer av noe annet.

Et lingvistisk perspektiv på metaforer vektlegger den rent bokstavelige dimensjonen, undergitt et språkssystem og avviser all tale om metaforisk mening fordi metaforisk kommunikasjon ikke anses som styrt av andre regler enn dem som gjelder for all kommunikasjon. I motsetning til et dette løfter et filosofisk perspektiv fram hva metaforisk kommunikasjon kan bety av mening både for den som taler og den som hører. Searle (10) vektlegger mest talerens intensjon, og at metaforens kjennetegn er bruddet mellom setningsmeningen og talerens intensjon. Slik åpner metaforen opp for tolkning av mening. Ricoeur (11) anser metaforer også som en språklig spenning som åpner for refleksjon og ny forståelse og hvor taleren mener noe annet enn det utsagnet rent bokstavelig sier. Tolkningen av dette "noe annet" blir da sentralt å utforske mellom for eksempel klient og hjelper. Men Ricoeur's innfallsvinkel utvides ved at han antar at metaforen med sitt overskudd av mening også kan komme til å få betydning i tilhørerens/leserens egen forståelse av sin eksistens.

Lakoff og Johnson (12), som kombinerer et lingvistisk og et filosofisk perspektiv, ser også metaforer som mer enn språklige begivenheter. De hevder at metaforer, eller det de kaller for det metaforiske konsept, relaterer seg til en helhetlig sammenheng av persepsjon, følelser, tanker, språk og handling. Metaforens funksjon blir således å begrepsliggjøre menneskelige erfaringer, i det mennesket snakker om erfaringer slik de persiperes og handler ut fra hvordan erfaringer omtales. Det er i denne sammenhengen det kan være meningsfylt å snakke om metaforer noen dør med.

Fra et antropologisk perspektiv hevder Kirmayer (13) at metaforens funksjon er å binde sensoriske og følelsemessige erfaringer sammen med kulturelle oppfattelser av for eksempel sykdom, lidelse og tilfriskning. Denne helhetlige sammenbindingen bør ifølge Kirmayer ses på som en ressurs, som for eksempel kan gi profesjonelle tilgang til individets egen forståelse av sin situasjon, og derigjennom kunne gi en bedre tilpasset og kultursensitiv behandling. Wiklund, Lindström og Lindholm (14) viser til at lidelse kommuniseres ved hjelp av symboler, både språklige og ikke-språklige. Forfatterne, ut fra et sykepleievitenskapelig perspektiv, hevder derfor at lidelse må symboliseres før den kan avhjelpes. Metaforer kan bidra til dette.

Da metaforbegrepet er vanskelig å definere entydig, forstås det i denne studien som ord og uttrykk som beskriver et aspekt i termer av et annet, og som muliggjør tolkninger av opp-

levelsen av seg selv. Opplevelsen av seg selv er forstått som å konstrueres gjennom sosial interaksjon i en særlig kontekst (15).

Begrepet "det metaforiske konsept" gjør det meningsfylt å snakke om metaforer noen dør med.

## Hensikt

Med målet om økt kompetanse hos profesjonelle til å vurdere, og hjelpe, menn som lever med heroinavhengighet og selvmordsadferd, er hensikten med artikkelen å beskrive, undersøke og tolke metaforer om opplevelsen av seg selv, samt å bidra til at subjektive erfaringer vurderes som grunnlag for kunnskap i tilfriskningen.

## Metode

Fire norskfødte menn mellom 35 og 40 år som hadde hatt en meget lang rusavhengighet, inkludert et blandingmisbruk med daglig injisering av heroin over flere år, deltok i studien. Psykososiale problemer hadde sammen med et rusmisbruk ute av kontroll medført selvmordsadferd. Deltakerne var på intervjutidspunktet innlagt til behandling, og data ble innhentet gjennom åpne dybdeintervjuer. Resultatene ble oppnådd ved å gjennomføre en analyse av metaforer om opplevelsen av seg selv basert på Lindseth og Norberg's metode (16). I korthet består metoden av en prosess i tre trinn; naiv lesing (beskrive fenomenet), strukturell analyse (språklig undersøkelse) og helhetlig forståelse (tolke).

### **Forskningsspørsmålene var formulert som:**

1. Hvordan konstrueres opplevelsen av seg selv ved hjelp av metaforer?
2. Hvordan kan kunnskap om personens opplevelse av seg selv bli identifisert og brukt i tilfriskningen?

## **Resultat**

### **Naiv lesing**

Teksten ble først lest flere ganger. Metaforer som beskrev opplevelser av seg selv ble identifisert. Disse uttrykte en økende grad av å være sosialt isolert i form av brudd med familien, skolen, arbeidsplassen, nære relasjoner eller Gud. Dette ga opphav til en sosial skjevutvikling og la grunnen for å måtte dempe ulike former for smerte ved hjelp av alkohol, andre rusmidler og senere heroin.

Når de økende psykososiale problemene over tid ble kombinert med en ukontrollerbar rusavhengighet beskrev metaforene en selvopplevelse av å være et offer, bundet, tom og oppgitt. Å oppleve relasjonen til seg selv og til samfunnet som å være nær punktet uten returmuligheter økte eksistensielle refleksjoner. Tanker om, og forsøk på, selvmord oppsto da det eksistensielle kaos ikke lenger kunne mestres.

Metaforene uttrykte ambivalens i forhold til det faktum at deltakerne var reddet og hadde overlevd selvmordsforsøk. En beskrev å være lettet, mens de andre uttrykte nøytralitet eller skuffelse over ikke å dø. Fremtiden var fortsatt utrygg. Deltakerne fortalte

om håpefulle vendepunkter, oftest relatert til et subjektivt møte med betydningsfulle andre. Opplevelsen av seg selv ble da endret i positiv retning og som mer aktiv og med større kontroll.

### **Strukturell analyse**

Gjennom en nærmere undersøkelse av teksten kunne meningen med metaforene om opplevelsen av seg selv kondenseres og organiseres i tre tema; å være isolert, å være nær punktet uten returmuligheter og å fortsatt være på grensen.

#### *Å være isolert*

Meningen med å være isolert omhandlet deltakernes opplevelse av seg selv i relasjon til både seg selv og andre. Per følte seg som en forlatt sjel i forhold til Gud. Vidar fortalte at han måtte hindre sin fulle far i å slå moren. Disse hendelsene ble aldri snakket om, og derfor fikk ham til å føle seg helt alene. Ola opplevde å bli kastet ut av hjemmet sitt da foreldrene ble skilt og en ny mann ble introdusert. Knut følte seg fryst ut av fellesskapet med sine venner:

Å bli tatt for kriminell virksomhet da jeg var 13 år var en djevelsk opplevelse. Det følelsesmessige kaoset gjorde at jeg følte meg ødelagt. Jeg ble fryst ut fra hele skolen. Det var utrolig ensomt. Hvordan jeg klarte meg vet jeg ikke. På videregående kom hasjen inn i bildet. Rusen var fantastisk. Plutselig var jeg midtpunkt igjen. Fullstendig utsultet var jeg, og jeg hadde ingen begrensninger. Jeg injiserte amfetaminen første gang jeg prøvde, og da var jeg jo egentlig solgt. Jeg levde

to liv parallelt hele veien oppover. Etter 5 år utviklet jeg paranoide tanker, og følte at nå blir jeg gal og at jeg tipper jeg over. Da kom den første nedturen som gjør at jeg prøver å gjøre aktiv avslutning på dette her, tidlig i tyveårene. Jeg mistet kontakten med virkeligheten.

Knut's opplevelse av seg selv som sosialt ødelagt la både grunnen til hans bruk av narkotika, samtidig som relasjonene til andre ble re-etablert gjennom denne bruken. Hans opplevelse av seg selv som midtpunkt i fellesskapet var knyttet til en spesiell transaksjon, hvor hans positive erfaringer baserte seg på en økende grad av å være et objekt i et dobbeltliv. Konsekvensene ble en opplevelse av å være gal, en konstruksjon som henspeilet på en isolasjon hvor kontakten med virkeligheten opphørte.

#### *Å være nær punktet uten returmuligheter*

Den konstruerte meningen med å være nær punktet uten returmuligheter omhandlet deltakernes eksistensielle opplevelse av seg selv. Deltakernes heroinavhengighet medførte at de ble tilskuere til seg selv. Konsekvensen ble omtalt som å være bare ett skritt unna den fysiske døden. Vidar opplevde seg selv som i et tomt vakuum. Ola fortalte at han gikk rundt og kokte innvendig. En heroinoverdose skulle gjøre en ende på denne tilstanden. Knut fortalte:

Jeg følte meg som en rotte i en krok (hørna) som ingen burde sett eller hatt eller snakket til. Da tenkte jeg at det var ikke noe poeng i å fortsette. Ingen

kan jo være glad i meg. Tenkte at det var bedre for familien min om jeg ga dem en grav å gå til, og prøvde da aktivt med en overdose.

Knut's opplevelse av seg selv som et stigmatisert dyr i en posisjon hvorfra han ikke kunne se noen returmulighet, la grunnen til hans tanke om at det ikke var noe poeng i å fortsette å leve. Ved symbolsk å tillegge seg rottens negative egenskaper antok han at det ikke lenger var mulig for andre å elske ham. Likevel, til tross for opplevelsen av seg selv som uelsket, hadde han en tanke om å kunne ta ansvar for andre. I denne situasjonen, hvor ansvar og frihet, angst og mening ble satt på sin spiss, gjorde han et aktivt forsøk på å lette andres lidelse ved sitt suicidforsøk.

#### *Å fortsatt være på grensen*

Den konstruerte meningen med å fortsatt være på grensen omhandlet deltakernes opplevelse av seg selv som fortsatt ambivalente med hensyn til å ville leve eller dø. Ulike metaforer ble også brukt for å evaluere denne ambivalensen. Per var skremt og var glad for at han levde. Ola fortalte om motivasjon til å gjøre nye selvmordsforsøk så raskt som mulig. Vidar var likegyldig til hva som kom til å skje. Likevel fortalte alle om håpefulle vendepunkter som inneholdt en opplevde av seg selv som subjekt og aktør, for eksempel da Vidar's lege kommuniserte at han forsto heroinavhengigheten som en form for selvmedisinering. Knut fortalte:

Det var en dramatisk forandring da jeg ba om hjelp for rusproblemet mitt. Jeg har bare skjøvet alt foran meg. Jeg prøver å klare å få til den forandringen jeg føler at jeg må. Jeg har jo drømmen om et liv, kanskje til og med å få lov å bli far. Jeg har vært flinkt til å tenne lys for meg selv, for tro, håp og kjærlighet. Det lyset som alltid brenner lengst er håpet. OK, så skal jeg prøve å finne håpet i meg sjøl da.

Knut's opplevelse av seg selv som en aktør la grunnen til hans konstruktive handling; å be om hjelp for å nå de endringer som han måtte få til. Hans konkrete håp om å bli far synes å ha vært en motiverende faktor. Samtidig konstruerte han en håpefullhet som strekker seg utover en mulig realisering av hans konkrete håp. Kanskje var det å holde fast i denne objektløse håpefullheten som gjorde at Knut kunne velge livet fremfor døden?

### Helhetlig forståelse

Metaforene om opplevelsen av seg selv kan tolkes som å leve med en balanse mellom å være offer eller aktør. Balansen preges av en økende sosial isolasjon og dobbeltliv, hvor situasjonen kommer ut av kontroll, til den ytterst tilspissede eksistensielle situasjonen som ledet frem til selvmordsforsøkene, og videre til meningen med og resultatet av subjektive møter med større håpefullhet hos deltakerne.

Dersom klienten er uten konkrete håp, kan et subjektivt møte med en annen bidra til håpefullhet.

## Diskusjon

Gjennom den naive lesingen, den strukturelle analysen og formulering av en helhetlig forståelse, var hensikten med denne studien å beskrive, undersøke og tolke metaforer om opplevelsen av seg selv hos yngre norske menn med heroinavhengighet og selvmordsadferd, samt å bidra til at subjektive erfaringer vurderes som grunnlag for kunnskap i tilfriskningen.

Perspektiv guider forståelse og praksis. Denne studiens innenfraperspektiv prøver å løfte fram metaforer om opplevelsen av seg selv som analytisk instrument for forståelse og refleksjon over mulige individuelle mestringsstrategier for å velge å leve. I kvalitative studier som denne kan man derfor si at målet er en analytisk generalisering, hvor klinikere/forskere i andre kontekster selv må avgjøre studiens mulige representativitet.

Balansen mellom å oppleve seg som et offer eller en aktør kan forstås som en balanse i deltakerne om kulturelle ideal. Charmaz (17) peker på at å bli konfrontert med sin egen dødelighet kan representere en særlig utfordring for selvopplevelsen for menn i vestlige samfunn, gitt maskuline ideal i form av uavhengighet og kontroll (18). Basert på den eksisterende kulturelle logikken kan døden ha vært ansett av deltakerne som et fullstendig tap av kontroll og med en opplevelse av seg selv som offer for ytre krefter. Å erkjenne sin egen dødelighet kan, i følge Charmaz, resultere i en re-orientering av sin opplevelse av seg selv. Gjennom å tenke døden som en mulighet, og å

tema: ny forskning

få mulighet til å kommunisere med egne ord de livserfaringer som førte frem til problemene, medførte for deltakerne å kunne ta et aktivt moralsk ansvar for handlingene.

I så uvanlige situasjoner som å nærme seg en form for sosial eller fysisk død har vi ikke tilstrekkelig med bra vanlige ord. De vanlige ordene kan dessuten sies å anlegge et utenifraperspektiv, som i verste fall kan bidra til ytterligere underkastelse og passivitet. Skal profesjonelle få kontakt med innsideperspektivet antyder denne studien at klienten må beskrive sine erfaringer ved hjelp av metaforer. I denne prosessen gjøres erfaringene også begripelige for individet selv, og derigjennom kanskje mer mulige å håndtere. Profesjonelle må derfor hjelpe klienten med å uttrykke sine eksistensielle tanker, og åpent diskutere mulige løsninger og handlingsalternativ. Å bygge en slik bro av forståelse mellom klient og profesjonell krever at også hjelperne selv kan ta i bruk metaforisk språk (11).

I så uvanlige situasjoner som å nærme seg en form for sosial eller fysisk død har vi ikke tilstrekkelig med bra vanlige ord. Klienten må derfor beskrive sine erfaringer ved hjelp av metaforer.

## Konklusjoner

1. De identifiserte metaforene konstruerte en opplevelse av seg selv som å leve med en balanse mellom offer eller aktør. En tiltagende sosial og eksistensiell isolasjon, preget av å være nær punktet uten returmogigheter og å fortsatt befinne seg på grensen, verbaliseres ved

hjelp av metaforer.

2. Kunnskap om personens opplevelse av seg selv kan bli identifisert gjennom å rette oppmerksomheten mot, og reagere på metaforisk språk. Ved selv å anvende metaforer kan profesjonelle bidra til å skape en bedre fungerende terapeutisk allianse.
3. Behandlingsteamet bør rette oppmerksomhet mot klientens metaforisk språk som del av en flerfaglig evaluering av selvmordsrisiko, fordi negative endringer i opplevelsen av seg selv formidles gjennom metaforer. Oppmerksomhet, identifikasjon og reaksjon på metaforisk språk vil signalisere aksept og anerkjennelse av klientens egen kunnskap. En likeverdig relasjon kan påvirke klientenes selvopplevelse positivt og senere adferd.

## Referanser

- 1 World Health Organisation Europe. Mental Health Declaration for Europe. Facing the challenges, building solutions. Helsinki: WHO European Ministerial Conference on Mental Health; 2005.
- 2 World Health Organisation. Suicide prevention. Retrieved 24 April 2008, from [http://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/suicideprevent/en](http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en)
- 3 Suominen K, Isometsä E, Haukka J, Lönnqvist, J. Substance use and male gender as risk factors for deaths and suicide – a 5 year follow-up study after deliberate self-harm. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 2004;39:720-724.
- 4 Leenaars AA. In defense of the idiographic approach: Studies of suicide notes and personal documents. *Archives of Suicide Research* 2002;1:19-30.

- 5 Barbosa da Silva A. An Analysis of the Uniqueness and Theoretical Foundations of Qualitative Methods. I: Hallberg LR-M (Ed.) *Qualitative Methods in Public Health Research - Theoretical Foundations and Practical Examples*. Lund: Studentlitteratur;2002:39-70.
- 6 Gergen KJ. The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist* 1985;40:266-275.
- 7 Riessman CK. *Narrative analysis*. Newsbury Park: Sage; 1993.
- 8 Biong S, Ravndal E. Young men's experiences of living with substance abuse and suicidal behaviour: Between death as escape from pain and the hope for a life. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 2007;4:246-259.
- 9 Biong S, Karlsson B, Svensson T. Metaphors of a Shifting Sense of Self in Men Recovering from Substance Abuse and Suicidal Behaviour. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 2008;4:35-41.
- 10 Searle J. *Expression and Meaning: Studies in the Theory of Speech Acts*. Cambridge: Cambridge University Press; 1985.
- 11 Ricoeur P. *The rule of metaphor: The creation of meaning in language*. London: Routledge;2003.
- 12 Lakoff G, Johnson M. *Metaphors We Live By*. Chicago: University of Chicago Press; 2003.
- 13 Kirmayer LJ. The cultural diversity of healing: meaning, metaphor and mechanism. *British Medical Bulletin* 2004;69:33-48.
- 14 Wiklund L, Lindström UÅ, Lindholm L. Suffering in addiction – a struggle with life. *Journal of Nursing Theory* 2006;2:7-16.
- 15 Goffman E. *The presentation of self in everyday life*. New York: Anchor; 1959.
- 16 Lindseth A, Norberg A. A phenomenological hermeneutical method for researching lived experience. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 2004;2:145-153.
- 17 Charmaz K. Identity dilemmas of chronically ill men. I: Strauss AL, Corbin JM (Eds.) *Grounded theory in practice*. Thousand Oaks: Sage;1997:35-62.
- 18 Möller-Leimkühler AM. The gender gap in suicide and premature death or: Why are men so vulnerable? *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience* 2003;1:1-8.