



## Smertestillende banning

Forskning viser at banning kan lindre fysisk smerte.

Banning har eksistert i flere hundre år, og man finner banneord i alle verdens språk. Et fellestrekk er at banning spinner rundt emnene religion, sex eller avføring – tabubelagte og stigmatiserende områder i de fleste kulturer.

### Brukes i ulik grad

Selve ordet "banne" er beslektet med ordene "bønn" og "forbannelse". Opprinnelig vil banning si at man ønsker noen vondt. Hvis man for eksempel sier "faen ta deg", ønsker man egentlig at djevelen skal komme og ta deg.

I dag er det sjeldent at noen banner så bokstavelig. Banning brukes i varierende grad, men i de fleste tilfeller gjøres det relativt ureflektert.

Noen typiske eksempler på situasjoner der man gjerne tyr til grovere ord, er når man:

- føler avmakt
- mister kontrollen
- er sint eller redd
- kjenner fysisk smerte

Med ord og uttrykk som "satan" eller "fy faen", kommer følelsene sterkere ut enn ved å si "au,

dette gjorde vondt” eller ”jeg er så sint”.

### Engelsk studie

Dette har aldri blitt dokumentert gjennom forskning – før nå. En forskergruppe ved Keele University i England har utført tester der de ser på koblingen mellom banning og smertelindring. De fant ut at i enkelte situasjoner kan faktisk ord som ”faen” og ”helvete” ha en smertelindrende effekt.

### Test med varmt vann

64 studenter deltok i studien. Før de startet ble de bedt om å skrive ned fem banneord og fem ord som beskrev et bord.

I den første runden av undersøkelsen la de hånden ned i varmt vann (25 grader). Etter å ha hatt den der i tre minutter la de den ned i iskaldt vann (5 grader). Nå skulle de prøve å holde hånden der så lenge som mulig, mens de sa banneordet som stod øverst på listen deres.

I neste runde gjorde de akkurat det samme: hånden først i varmt vann og deretter i kaldt. Men denne gangen byttet de ut banneordet med et ord som beskrev et bord.

Det viste seg at de bordbeskrivende ordene ikke gjorde samme susen. Deltagerne klarte å holde hånden i det kalde vannet lenger da de fikk lov til å banne. Dette var likt for begge kjønn, men kvinnene merket den lindrende effekten noe mer.

### Trigger fysisk respons

Forskerne tror at banning utløser et naturlig svar fra kroppen som en reaksjon på en akutt stressituasjon.

– Det er tydelig at banning ikke bare trigger en følelsesmessig respons, men også en fysisk en, sier Richard Stephens, en av forskerne bak studien.

– Banning har forekommet i århundrer og er nærmest et universelt lingvistisk fenomen. Vår forskning viser en mulig grunn til at banningen har utviklet seg, og at den ikke dør ut, sier han videre i en pressmelding.

Kilder:

1. ”Auuu! Faen!”, Forskning.no
2. Store norske leksikon