

kritisk og inngående det helt sentrale spørsmålet om man kan lære seg empati. Hun viser at hindringer for å vise eller utvikle evnen til empati har både med identitet, relasjonsevne til andre, egen affekttoleranse og evne til å ta imot pasientens vonde følelser på en ikke-avvisende måte. Disse sidene ved personligheten kan vi alle utvikle dersom vi er i et arbeidsmiljø som gjør nylæring mulig.

Ulla Holm peker også på at empatiprosessen består av tre stadier: først en empatisk forståelse, deretter en empatisk atferd basert på denne forståelse, og deretter en validering av om denne atferd får det ønskede resultat hos pasienten (som er fasit!). Hindringer for empati kan komme på alle tre stadier, og i en treningsmodell kan man trene på hvert trinn for seg. Den siste delen av boken er viet et konkret treningsopplegg, som også belyses med forskjellige studenters reaksjon på dette.

Norsk medisin har i teorien for lengst godtatt at alle utdanninger og alle former for arbeidsmiljø må fremme behandlernes muligheter til å være empatiske. Nå er det bare å gjøre som Ulla sier!

#### Per Vaglum

Institutt for medisinske basalfag  
Avdeling for atferdsfag  
Universitetet i Oslo

### Viktig om et terapeutisk miljø

Ellen Kværna, Bibbi Lund

#### Biter av liv

Miljøterapeutiske fortellinger og refleksjoner.  
179 s, tab. Oslo: Gyldendal, 2004. Pris NOK 299  
ISBN 82-05-32943-5



Denne boken er skrevet av to forfattere med lang erfaring fra en psykiatrisk post som har lagt vekt på en miljøterapeutisk tilnærming til behandlingen av pasientene. Intensjonen er å få anerkjennelse for miljøterapi som

et eget fagområde som krever en egen kompetanse. Forfatterne henvender seg til alle faggrupper som arbeider eller har en eller annen form for tilknytning til en psykiatrisk dag- eller sengeavdeling.

Det er tre hovedtemaer eller nivåer. På det første nivået får vi innblikk i en pasients betraktninger omkring det å bli syk. Vi følger hennes oppfatninger av behandlingsapparatet på godt og vondt, fra innleggelse til utskrivelse. På det andre nivået og parallelt med pasientens betraktninger følger vi ulike prosesser i personalgruppen. På det

tredje nivået har vi forfatterens egne teoretiske synspunkter og refleksjoner.

Boken er velskrevet og lettlest, nesten romanaktig i formen. Den formidler mye kunnskap om både terapeutiske og antiterapeutiske aspekter ved behandlingsmiljøet.

Styrken er hvordan forfatterne på en lett-fattelig måte klarer å formidle hvordan pasientene opplever behandlingsmiljøet, andre pasienter og personalet. Samtidig er det imponerende hvordan de på en levende måte beskriver ulike prosesser i personalgruppen. Dette gjelder ulike overførings- og motoverføringsreaksjoner, hvordan personalet skal møte ulike pasienter og vurderingen av nærhet og distanse. Dette er temaer som leserne får være med på når de diskuteres og gjennomarbeides i personalgruppen. Vi får et innblikk i hvordan dette bidrar til at personalet hele tiden er i stand til å skape et godt terapeutisk miljø.

Boken inneholder ingen referanser i teksten og har en heller sparsommelig referanseliste. Dette bidrar nok til å gjøre den lettlest, men kan også bidra til inntrykket av at dette bare er nok en historie om viktigheten av et godt terapeutisk miljø i behandlingen av pasienter med psykiatriske lidelser. Dette er synd for det finnes masse vitenskapelig, empirisk litteratur rundt flere av temaene som med fordel kunne vært implementert i teksten.

Likevel er dette blitt en leseverdige bok som trygt kan anbefales til alle som har befattning med psykiatriske sykehusposter og som ønsker en lettfattelig innføring i viktige aspekter av et godt terapeutisk behandlingsklima.

#### Jan Ivar Røssberg

Forsknings-/undervisningsavdeling  
Ullevål universitetssykehus

### God helsepsykologi

E. Friis-Hasche, P. Elsass, T. Nielsen, red.

#### Klinisk sundhetspsykologi

475 s, tab, ill. København: Munksgaard  
Danmark, 2004. Pris DKK 468  
ISBN 87-628-0194-5

Danmark har som Norge produsert tallrike psykologer de siste ti år, og de fleste har funnet sitt arbeidssted innenfor psykiatri og helsevesen. Som i vårt land gjør de seg mer og mer gjeldende på bokmarkedet.

Den foreliggende bok er en lærebok i helsepsykologi og beregnet på fagpersonell innenfor helsevesenet, i første rekke psykologer og leger. Et helt kobbelt av forfattere – knapt 30 – har deltatt i verket, alle psykologer, med overlege Morten Birket-Smith som enslig medisinere.

Utgivelsen er et resultat av et større forskningsprosjekt om angst, depresjon og smerte ved universitetet i København.

Boken har tre hovedkapitler: psykologiske perspektiver på sykdom, helsepsykologisk intervensjon og helsepsykologiske virkemidler. Her finner man artikler, iblant noe kortfattede, om psykiske faktorer som påvirker helse og sykdom fra hypertensjon til hjerteinfarkt. Her er avsnitt om personlighet og arv, om stress og kultur, sykserolle og sykdomsaterferd, om kriser, angst og alminnelig depresjon – og mye annet. Den avsluttes med et omfattende appendiks med ordforklaringer, spørreskjemaer, data om sykdom og helse i Danmark, samt stikkord. Litteraturreferanse følger dessverre etter hvert kapittel, mer rasjonelt ville det ha vært om disse var samlet på ett sted. Litteraturreferansene knytter seg for øvrig i vesentlig grad til danske og engelsk-amerikanske undersøkelser og bøker. Norske referanser er det relativt sparsomt med, selv om man i noen få kapitler kan ane hvor stoffet er tatt fra. Med så mange forfattere involvert sier det seg selv at det må bli en viss overlapping. En mer konsis bok ville kanskje blitt resultatet ved et mindre antall forfattere.

Alt i alt er dette blitt en fin bok, balansert, kritisk og informativ, som også norske leger og psykologer vil ha nytte av. Alle medisinske og psykologiske biblioteker bør skaffe seg et eksemplar.

#### Einar Kringlen

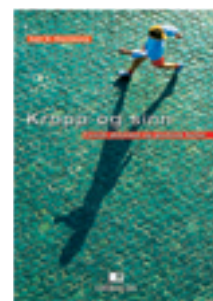
Psykiatrisk institutt  
Universitetet i Oslo

### Leseverdige om fysisk aktivitet og psykisk helse

Egil W. Martinsen, red.

#### Kropp og sinn

Fysisk aktivitet og psykisk helse. 184 s, ill.  
Bergen: Fagbokforlaget, 2004. Pris NOK 249  
ISBN 82-7674-779-5



Denne boken omhandler et viktig, men forsømt emne: betydningen av fysisk aktivitet for den psykiske helse.

Forfatter, Egil W. Martinsen, leder forskningsinstituttet ved Modum Bad. Hans doktorarbeid fra 1989

omhandlet fysisk aktivitet som behandlingsmetode ved psykiske lidelser, og har vært av stor betydning for stimulering til fysisk aktivitet for pasienter innen psykiatrien. Medforfatter i denne boken er flere: Lisbet Borge med et kapittel om kropp og sjel i et filosofisk og kulturelt perspektiv, Toril Moe og Thomas Moser skriver om motivasjon, Bjørnar Johannessen om praktiske erfaringer med trening av mennesker

med psykiske lidelser og Johan Kaggestad har skrevet forordet.

Selv gir forfatteren en oversikt over fysisk aktivitet og fysisk helse. Han gjennomgår så betydningen av fysisk aktivitet ved depresjon, angst, rusmiddelmisbruk, schizofreni, spiseforstyrrelser og andre tilstander, som utbrenthet. Han påpeker at riktig anvendt er fysisk aktivitet av stor betydning ved disse lidelser. Vi kjenner alle til hvordan psykiatriske pasienter i institusjoner har lett for å bli sittende med inaktivitet, røyk og kaffe, som er uheldig for terapeutiske opplegg. Systematiserte fysiske aktivitetsopplegg er nesten en nødvendighet. I denne boken vil helsepersonell få en aktuell innføring om hva som kan gjøres, og hvordan. Martinsen legger vekt på kognitiv teori og terapi. Temaet er illustrert med pasientfortellinger og utdrag fra litterære tekster og dikt. Ellers gis det også orientering om enkelte negative virkninger av overdreven fysisk aktivitet, som anoreksi, treningsavhengighet og overtrethetssyndrom.

Et lite savn har jeg ved gjennomgåelse av denne grundige og solide bok: betydningen av dyr som bidragsyttere i den fysiske fostring for enkelte pasientgrupper. Jeg tenker spesielt på hester og ridetilbud, som har vist seg nyttig, ikke minst for unge schizofrene og stoffmisbrukere. Dette emnet kunne fortjent et kapittel.

Dette er en meget leseverdige bok, som både allmennleger, psykiatere og medarbeidere som arbeider tverrfaglig vil ha stor nytte av.

**Nils Retterstøl**  
Oslo

## Pårørendes rolle

Karen Marie Dalgaard

### Når familien træder til

Pleje af døende i hjemmet. 202 s, tab, København: Hans Reitzels Forlag, 2004. Pris NOK 249 ISBN 87-412-0169-8



Forfatteren har intervjuet sju etterlatte ektefeller som pleide sine respektive ektefeller i hjemmet den siste levetiden. Fellesnevneren er at de er ressurssterke og handlekraftige personer som bevisst har valgt bort sykehushøden. Mile-

pælene i et uheldelig sykdomsforløp beskrives, med en strøm av begivenheter som blir til en fortelling om en av livets katastrofale betingelser – en ektefelles død.

I sitater fra samtalen forteller de sin personlige historie om dagliglivet i dødens rom, om de vilkår og forandringer som preger deres hverdagsliv, om de initiativer de for det meste må ta alene for å mestre situasjonen, fra diagnosetidspunktet til døden. I *forjengelighetens rom* forlates hverdagslivets selvfølgelige lineære oppfatelse av tid, og de entrer et eksistensielt tomrom. Stemningen svinger mellom håp og håpløshet, og beskyttelsesaktiviteter som idyllisering og minimering, tas i bruk. Etter hvert invaderer døden det sosiale rom. Truselen av tap av selvråderett, både for den døende og den pårørende, blir størst når hjemmet besøkes av det offentlige helsevesen.

Målet er *den moralske død*, den fredfylte, verdige og vakre død. Men den uverdige død truer, især ved innleggelse i sykehus der den pårørende kan føle seg overflødig. Det palliative team, profesjonelt og tverrfaglig, beskrives som en viktig ressurs de få steder det finnes, som sammen med engasjerte allmennleger kan forhindre utilsiktede akutte innleggelser av døende i sykehus.

Døden i det senmoderne samfunn beskrives som *den forbudte død*: medikalisert og institusjonalisert med fare for overbehandling, en død som mer er blitt en medisinsk begivenhet enn en sosial. Sosial- og helsevesenets oppdeling i atskilte institusjoner og funksjonsenheter og mangelfull kontinuitet mellom stat og kommune er med på å opprettholde motsetningene mellom sykdomsbehandling, lindring og pleie. De pårørende må selv skape sammenheng i disse strukturene slik at innsatsen blir en helhet.

Forfatteren presenterer en sosiologisk-fenomenologisk forståelse av sorg, en hverdagslivsanalyse som tar utgangspunkt i folks egen opplevelse av sorg uten rigid stadieinndeling. Spørsmålet om vi ser de pårørende, aktualiseres. Ofte er de overlatt til seg selv med eneansvar for den døende. De blir sjelden spurt: Hvordan har du det egentlig?

Boken angår oss alle, den er lettlest og tar opp pårørendes problem på en usentimental måte. Den er systematisk i sin oppbygging og har hele det tverrfaglige palliative team, pårørende og legfolk som målgruppe. Forfatteren lykkes med å kaste lys over deres store innsats for døende som avslutter livet hjemme. Det er prisverdig at Tidsskriftet tar inn slik litteratur til vurdering.

### Stig Ottesen

Kompetansesenter for lindrende behandling  
Onkologisk avdeling  
Ullevål universitetssykehus

## Kampen om omsorgens sjel

Rolf Rønning

### Omsorg som vare?

Kampen om omsorgens sjel i norske kommuner. 205 s, tab. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2004. Pris NOK 249 ISBN 82-05-33728-4



Forfatter Rolf Rønning er professor ved Høgskolen i Lillehammer og professor II ved NTNU i Trondheim. Grunnlaget for boken er forskningsprosjektet Omsorg og effektivitet i årene 2000–01. Utgangspunktet var debatten

om privatisering og konkurranseutsetting av omsorgstjenestene (hjemmehjelp og hjemmesykepleie) i kommunene. Prosjektet studerte omsorgstjenesten i seks kommuner: to med konkurranseutsatte tjenester, to fra Modellkommuneprojektet som satset på effektivisering uten konkurranseutsetting, og to «vanlige» kommuner. I alle kommunene ble brukere og personell intervjuet. Brukernes svar er ordnet i ni indekser som belyser tjenestenes kvalitet.

Boken har sju kapitler: innledning, om kvalitet i tjenestene, om organisering, om hverdagen i tjenestene, om omsorgens begrep og perspektiv, om kvalitetsforskjeller og om effektivisering. Omsorg har to sider. Den ene er selve handlingene, f.eks. renhold eller bleieskift, og den andre er hvordan handlingene blir utført, om brukeren føler seg møtt med følelse, interesse og engasjement. Handlingene kan effektiviseres, f.eks. ved at det kommer to hjemmehjelpere med eget utstyr og med en definert tidsramme. Menneskesiden kan ikke effektiviseres og forsømmes ofte helt ved effektivisering. Derfor kan omsorg aldri bli en vare som kan omsettes i et marked.

Forskningsprosjektet viste også klare forskjeller. De fire kommunene som satte effektivisering i sentrum, med eller uten konkurranseutsetting, skåret vesentlig dårligere på alle brukerindeksene som belyste menneskesidene ved omsorgen. Forfatteren skriver med overbevisningens styrke og har tatt et klart standpunkt i kampen om omsorgens sjel: Omsorg må aldri bli en vare. – Det betyr at jeg har lest boken med begeistring.

Forfatteren er meget kunnskapsrik og har lang erfaring fra sitt fagfelt. Boken er klart disponert med gode kapitloverskrifter, er godt skrevet og har et fint saksregister. Jeg synes imidlertid at den har to svakheter. Den ene er at den faller litt mellom to stoler – forskningsrapport og lærebok. Derfor er