

lettelest. Lærere og ansatte i skoleverkets pedagogisk-psykologiske tjenester vil finne relevant og sentral kunnskap. Den kan også med utbytte leses av leger og psykologer som arbeider innen psykiatrien og i spesialisthelsetjenestene innen habilitering, ikke minst fordi den kan bidra til å gi behandlere et nyttig tverrfaglig perspektiv. Mange av de utfordringene man møter som pedagog, er de samme som man møter som behandler i helsevesenet når man skal forsøke å skape hensiktsmessige terapeutiske allianser.

**Nils Olav Aanonsen**

Avdeling for nevrohabilitering  
Oslo universitetssykehus, Ullevål

## Tre søstre om selvskading

Nilssen CH, Storm H.

### Kors på halsen

Tre søstre om selvskading. 201 s. Snarøya:  
Dinamo Forlag, 2010. Pris NOK 349  
ISBN 978-82-8071-216-5



Dette er en enestående samling kunnskap og erfaring om selvskading. Boken er en sammenfletting av en personlig beretning om opplevd selvskading og samtidig en oppdatert og bred samling av behandlingserfaring og

fagkunnskap fra flere fagmiljøer.

Psykiater Finn Skårderud har skrevet innledningskapitlet om selvskading. Han beskriver selvskading sett fra ulike perspektiver og inviterer leseren med på en forståelse av selvskading som en dårlig mestingsstrategi for følelser på avveie. Han beskriver det også slik: «Selvskade er bokstavelig en skade på selvet». Psykoterapeut Lise Studsgård har skrevet et kapittel om sitt møte med hovedpersonen Ida og hennes familie og deres vei inn i en annen behandling av selvskadingen enn det familien hadde møtt tidligere. Etterordet er skrevet av psykolog Svein Øverland og er en målrettet, konsis oppsummering av de behandlingsformene som man i dag har erfaring med.

Hoveddelen – Idas historie – er i hovedsak skrevet av tre søstre og anlagt i dagboknotats form. Denne tekstformen gir en nærhet til opplevelsene som familiemedlemmene hadde, fra de første gang ble overrumplet av den yngste søsterens første tegn på at noe ikke stemte. Tekstene veksler mellom å være beskrivende i forhold til situasjoner, reflekterende i forhold til

årsakssammenhenger og dels kritiske til det helsevesenet de har møtt og fortsatt møter.

Tekstene viser leseren et tett familiært samhold. De gir innblikk i hvordan søstrenes egne liv blir preget av å leve nært på og med kronisk alvorlig sykdom over lang tid. Det unormale blir gradvis normalisert, og tilpasningen til en verden utenfor deres opprinnelige kjernefamilie blir en utfordring. Dagboknotatene er kronologiske, og gradvis kommer Idas historie frem, fra hun kutter seg første gang som tiåring, til første gang hun forteller om at hun kutter seg med vilje som 18-åring.

Denne komposisjonen med språk uten medisinske eller psykiatriske fagtermer, med bidragsytere fra medisinske og psykologiske fagmiljøer, sammen med den personlige beretningen søstrene presenterer, blir et sjeldent betydningsfullt og praktisk læreverk innen kunnskap om selvskading. Boken vil være av særlig interesse for psykiatere, barne- og ungdomspsykiatere og allmennleger, i tillegg til psykologer, miljøarbeidere, kliniske sosionomer, familierapeuter og ansatte i skolevesenet som møter og behandler mennesker som selvskader, eller mennesker som lever nært på noen som selvskader.

*Kors på halsen* bør være en del av pensum for leger som tar videreutdanning i psykiatri, barne- og ungdomspsykiatri og allmennmedisin.

**Lene Dæhlen Selnes**

Sørbyen legegruppe  
Gjøvik

## Gripende bok om livet som kreftsyk

Syrstad K.

### Dør jeg nå?

Min kamp mot kreften. 284 s, ill.  
Oslo: Aschehoug, 2010. Pris NOK 349  
ISBN 978-82-03-29221-7

Forfatteren Knut Syrstad (f. 1970) forteller sin historie om 11 års standhaftig kamp mot testikkelkreft. Han er adjunkt, familiemann og landskjent fluefisker og fluekaster fra Orkdal.

Han beskriver møtet med helsevesenet, det vanskelige livet som kreftsyk, belastninger av cellegiftbehandling og flere store operasjoner. Ikke minst tar vi del i Syrstads kamp for å overleve og det sterke håpet om en gang å bli frisk, til tross for gjentatte sykdomstilbakefall. Syrstad gir leseren en gripende innsikt i sine tanker om hvordan det er å leve med alvorlig kreftsykdom og kreftbehandling i mange år. Det er blitt en usminket, tankevekkende og rørende beretning om den kreftsykes mange lidelser. Historien gir leseren refleksjon og

tanke om hvor viktig det er med god diagnostikk og respektfull omgang med den som er syk.

Boken er lettest og velskrevet. Den belyser viktige aspekter i vårt virke. Betyr normale prøver at «det ikke er noe sykdom» eller kan det være at det er for tidlig å forstå sykdommen? Forstår helsepersonell hva det egentlig innebærer å være syk, og all lidelse pasientene kan ha under cellegiftbehandling? Er vi flinke nok til å vise respekt og aktelse for pasientene, eller ser vi bare våre medisinske «oppskrifter» i hvordan å behandle?

Jeg anbefaler boken for leger, sykepleiere, studenter og ansatte i helsevesenet. Den vil påminne og bevisstgjøre helsepersonell om hvordan det kan oppleves å være alvorlig syk, og få oss til bedre å se pasienten i et større perspektiv enn bare det medisinske behandlingssmessige.

**Øystein Hveding**

Lillehammer

## Psykomotorisk fysioterapi praksis

Ottesen A, lanssen B, Hanssen I et al.

### Guðrun Øvreberg – Et liv i bevegelse

Dokumentasjon av psykomotorisk fysioterapi praksis. Deler og helhet i samspill. DVD 4 stk. 5 timer. Lillehammer: Alette Ottesen, 2010. Pris NOK 1 600



Fysioterapeuter og fysioterapistudenter er målgruppen for denne samlingen av DVD-plater. Utgiverne håper å kunne bidra til bedre samhandling og til at leger, spesielt fastleger, vil ha nytte av filmen

for å påvise kliniske funn.

Medarbeiderne har alle psykomotorisk bakgrunn og har lært av Guðrun Øvreberg etter mester-svinn-modellen. Drivkraften er ønsket om å lage et læremiddel i psykomotorisk fysioterapi og å bevare Øvrebergs fingerspissfølelse for ettertiden.

De fire DVD-platene dekker sentrale deler av den psykomotoriske fysioterapien og gir en bra fremstilling av Øvrebergs kliniske praksis og hennes undervisning av pasienter og studenter.

Øvreberg undret seg over hvorfor man ikke ved tradisjonell fysikalsk behandling oppnådde ønsket bedring hos pasientene. På en morsom måte forteller hun om sin egenbehandling hos psykomotorikkens grunnlegger Adel Bülow-Hansen (1906–2001).

Ubevisste spenninger forsvant, og kroppen føltes så mye friere og lengre at hun måtte heve sykkelsetet på hjemturen!

Prosjektet har utgangspunkt i Gudrun Øvrebergs institutt i Harstad. Bakgrunnskapitlet er i lengste laget, men gir god innsikt i Øvrebergs tenkemåte. Hun er tydelig og direkte i kommunikasjonen og ansvarliggjør pasienten. DVD-platene formidler glimrende hvordan dette verdsettes av pasientene som forstår at det er mulig selv å bidra i bedringsprosessen.

Sentrale områder som pust og spenning illustreres godt i flere kasuistikker. Det samme gjelder vanlige problemstillinger som smerter i nakke, rygg, skuldre og knær. Det er også tematiske kapitler hvor vi ser Øvreberg i undervisning og veiledning. Psykomotorisk fysioterapi for barn og svelgproblematikk tas også opp. Øvreberg har illustrerende talemåter som « rumpe-støtte fremfor ryggstøtte », og man forstår hva hun mener.

Varigheten er fem timer, og prisen er kr 1 600. Dette vil nok begrense interessen hos mange leger. Det er synd. Som fysikalsk medisiner og revmatolog opplever jeg at psykomotorisk kunnskap er mangelvare blant leger. De fleste leger er ikke klar over betydningen av ufri pust for hodepine, nakke- og skuldersmerter, uspesifikk lumbago og bekkensmerter.

Redigeringen kunne vært noe strammere, og filmingen kunne iblant vært bedre. Men for leger med interesse for muskel- og skjellettsystemet og sammenhengen mellom psyke og soma er DVD-ene spennende. Tar man seg tid til å reflektere, vil man få med seg mye nyttig kunnskap.

#### Helge Hartmann

Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering  
Sykehuset Levanger

## Viktig bok om livshistorier

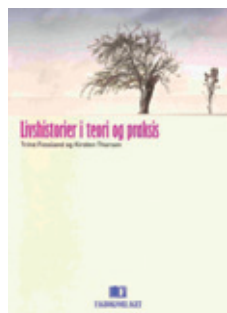
Fossland T, Thorsen K.

### Livshistorier i teori og praksis

230 s. Bergen: Fagbokforlaget, 2010.

Pris NOK 318

ISBN 978-82-450-0873-9



Som klinikere, og iblant som forskere, møter vi hele tiden mennesker i ulike faser av livet. Det kan være viktig å forstå hvordan vedkommende forholder seg til sin nåværende livsfase for å forstå de konsekvensene som sykdom eller skade får

akkurat nå. Noen ganger kan en livshistorie som dekker hele livet, gjøre det samme.

I medisinen er pasienters livshistorier særlig viktige ved kroniske sykdommer og psykiske lidelser. Våre tradisjonelle anamneser er jo ellers en form for livshistorie som særlig fokuserer på helse, sykdom og belastende livshendelser. Og i den narrativt orienterte medisinen er livshistorie og sykdomshistorie begge sentrale.

Selv om bruken av livshistorier er en viktig del av legens armamentarium, er det skrevet lite systematisk om hvordan de kan brukes i forskning. Den foreliggende læreboken dekker denne mangeltilstanden på en grundig og instruktiv måte. Den ene forfatteren, Trine Fossland, er en yngre sosiolog som nylig har skrevet en doktoravhandling basert på livshistorier som forskningsmetode. Den andre er en meget erfaren psykolog, Kirsten Thorsen, som har forsket på eldre aldersfaser i mange år, og som også har brukt livshistorier som metode. Her får hun dessuten anledning til på en sjenerøs måte å dele med leseren hva hennes faglige liv har lært henne, ikke minst om de siste fasene av livet.

Forfatterne gjennomgår først det teoretiske grunnlaget for livshistorier som forskningsmetode. Deretter kommer de med en rikholdig og interessant oversikt over hva denne forskningen til nå har gitt av kunnskap om ulike livsfaser i forhold til generasjonsvekslinger, identitet, kjønn, alder, samfunnsforhold og kroppslig og psykologisk helse. Så redegjør forfatterne for erfaringer med å bruke historien til å hjelpe personen, f.eks. til å redusere funksjonssvikt ved demens eller til å få til en ønsket forandring i sitt liv. Til slutt gir man et eksempel fra eget doktorgradsprosjekt på hvordan et kvalitative prosjekt med bruk av livshistorier kan designes og gjennomføres. Her er det en rekke hjelpsomme detaljer. Dessverre mangler det en diskusjon av hvor stort antall informanter som må være i et slikt prosjekt. Og generelt sett kunne denne delen blitt klarere ved et mer konsekvent skille mellom livshistorier som *forskningsobjekt* (avhengig variabel) og livshistorier som *metode*.

Forfatterne lykkes imponerende godt med å gi en grundig oppsummering av hva livshistorieforskning har gitt til nå, og hvordan man kan bruke slike historier på en vitenskapelig måte. Den anbefales alle som vil forske på eller med livshistorier. Men også for den som ellers vil vite mer om egen livsfase, eller den som snart kommer, er det både kunnskap og klokskap å hente her.

#### Per Vaglum

Avdeling for medisinske atferdsfag  
Institutt for medisinske basalfag  
Universitetet i Oslo

## Helsedirektøren og Bærum-saken

Alvik A.

### Min side av saken

280 s. Oslo: Unipub, 2010. Pris NOK 329

ISBN 978-82-7477-481-0



Dette er en bok for de spesielt interesserte. Den er skrevet av tidligere helsedirektør Anne Alvik som valgte å søke avskjed fra sin stilling etter det som beskrives som både en urettferdig og urimelig prosess fra media

og andre. Først og fremst fremstår boken som en korleksjon til medias fremstilling om helsedirektørens handlemåte i Bærum-saken fra 1999, der helsedirektøren og Helseetilsynet ble beskyldt for å skjule et tilfelle av aktiv dødshjelp og inhabilitet i saksbehandlingen. Forfatteren irttesetter dem som uttalte seg i media den gang, uten å ha tilstrekkelig kunnskap om det de uttalte seg om, og «refser» flere navngitte overordnede personer for deres handlemåte og uttalelser. I boken får man ellers en beskrivelse generelt av den makten som media besitter, og hvordan denne makten brukes.

Forfatteren gir en detaljert beskrivelse av hva som skjedde på ulike tidspunkt. Det er ingen grunn til å betvile riktigheten av det som beskrives, og hvordan det opplevdes. Det er også klart, som forfatteren selv medgir, at det er terapi for henne å skrive sin versjon av hendelsene. Det må erkjennes at mange av oss som hørte og leste oppslagene i media den gang, har glemt mange detaljer i saken, så selv om forfatteren beskriver hendelsesforløpet detaljert, blir det likevel forfatterens versjon som det ikke er lett å ha motforestillinger til. Boken ville kunne gitt langt bedre oppreisning om den var blitt utgitt ni år tidligere. Det vitner om at forfatteren nok har brukt lengre tid på å bearbeide sin offerrolle enn det som det gir inntrykk av. Det må likevel fremheves at to navngitte politikere, Olav Gunnar Ballo og Inge Lønning, som bidro til at hun gikk av, har kommet med en offentlig beklagelse etter å ha lest boken, og de har innrømmet at uttalelsene ble gitt på sviktende grunnlag. Det står respekt av slike innrømmelser.

Teksten gir grunnlag for mange refleksjoner. Kunne ikke lovavdelingen brukt kortere tid på sin vurdering når medarbeiderne der visste hva som sto på spill? Fantet det misnøyeforhold som ikke ble tatt opp i medarbeidersamtaler? Jeg tenker også på hvor vanskelig det må oppleves å være en nær medarbeider til en permittert sjef,