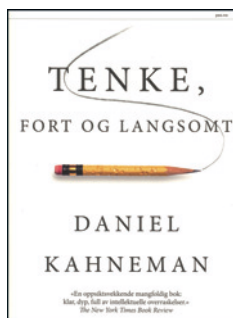


» Tips om medisinsk litteratur, andre bøker, filmer og elektroniske medier som bør anmeldes, sendes tidsskriftet@legeforeningen.no

Tenkingens feilbarlige maskineri



Daniel Kahneman
Tenke, fort og langsomt
 552 s, tab, ill. Oslo: Pax Forlag, 2012.
 Pris NOK 399
 ISBN 978-82-530-3552-9

Daniel Kahneman (f. 1934) er psykolog og ble i 2002 tildelt nobelprisen i økonomi for sin forskning innen kognitiv psykologi, hvor han har gitt banebrytende bidrag for vår forståelse av beslutninger under usikkerhet.

I *Tenke, fort og langsomt*, som nå foreligger i norsk oversettelse, formidler han denne kunnskapen. Det er et omfattende verk med fem deler og 39 kapitler, en innledning, en konklusjon og to originalartikler. Kahneman viser seg som en svært god formidler, og selv om teksten er omfattende, er den lett å lese.

Amos Tversky (1937–1996) samarbeidet tett med Kahneman gjennom en årrekke, og det var deres felles forskning som førte til at Kahneman fikk nobelprisen. De to møttes i Israel i 1969, og sammen forsøkte de å utforske hvorfor mennesker ikke alltid er gode intuitive statistikere. Den rådende oppfatningen innen samfunnsvitenskapen var at mennesker i utgangspunktet er rasjonelle, men blir påvirket av følelser. Kahneman og Tverskys forskning utfordret dette paradigmet. De utviklet eksempler og problemer som de siden testet empirisk, og fant at beslutninger ble påvirket av ulike former for «kognitiv bias». De konkluderte med at det er selve hjernens måte å operere på, som gjør oss sårbare for systematisk bias. De kunne blant annet dokumentere hvordan formuleringen av valgalternativene, såkalte «framing effects», påvirket menneskers beslutninger.

I boken omtaler Kahneman tenkingens system 1 og system 2, hvor det første systemet virker automatisk og hurtig, mens det andre systemet er tuftet på konsentrasjon og virker langsommere og arbeider systematisk. Forfatteren kretser rundt spenningen mellom disse systemene og måter å forholde seg til verden og beslutninger på. Det er lett å se at system 1 har vært, og er, et fortrinn når det gjelder overlevelse, men måten det opererer på, gjør det samtidig sårbart for å begå feil. Kahneman tror det er mulig for system 2 å rettlede system 1. Dette forutsetter imidlertid at vi har innsikt i og erkjenner hvordan våre tankeprosesser virker og hvordan konteksten kan påvirke vår vurdering av informasjon.

Boken inneholder en lang rekke eksempler, hvor man selv får anledning til å teste egne vurderinger. Man får økt forståelse for hvorfor det kan være nyttig å kvalitetssikre beslutninger, for eksempel gjennom bruk av sjekklister eller andre former for beslutningsstøtte.

Innsiktene fra forskningen som formidles, har en vidtrekkende relevans, også innen medisin. Leger fatter en rekke medisinske beslutninger daglig, og leger formidler informasjon som bidrar til å innramme beslutningene pasienter tar. Jeg tror de fleste vil ha utbytte av å lese denne boken.

Jan Frich
 Institutt for helse og samfunn
 Universitetet i Oslo

Seg selv og andre



Terje Landro
Godt samspill
 Å være seg selv sammen med andre. 224 s, ill.
 Oslo: Pax Forlag, 2013. Pris NOK 329
 ISBN 978-82-530-3600-7

Terje Landro er psykologspesialist og jobber som par- og familierapeut ved Modum Bad, Senter for familie og samliv. Han har også bakgrunn som lærer med videreutdanning innen sosialantropologi, kristendomskunnskap og musikk.

Formatet og innbindingen er av god kvalitet, og omslagsdesignen gir hint om innholdet. Språket er lett og med fin flyt, noe som gjør de få, helt enkle figurene overflødige. I innledningen beskriver Terje Landro overfladisk sine teoretiske og terapeutiske tilnærminger innen systemisk tenkning, utviklings- og tilknytnings-teori, eksistensiell psykologi, hjerneforskning, objektrelasjonsteori, selvpsykologi og affektbevissthetsteori. Litteraturlisten er kort.

De ti kapitlene heter: *Å være seg selv i samspill med andre, Likeverdighet, Selvbilde og eget verd, Barndommens såre punkter, Fanget i eget og andres garn, Nærhet og avstand, Hva er problemet – egentlig?, Vi er mer enn vi viser, Oppdagelsesreise i indre landskap og Relasjon er kommunikasjon.*

Kapitlene og temaene bygges på undervisning han har hatt for pasienter ved sitt arbeidssted, men boken har ikke form som en lærebok. For fagfolk innen psykisk helse er dette en lettlest bok, men boken er nok ment for folk flest som opplever å ha vanskeligheter med seg selv i forhold til andre.

Terje Landro har skrevet en bok basert på egne erfaringer som terapeut, der han møter pasienter med de samme relasjonelle vanskelighetene. Hans eksempler fra pasientkontakt er hverdagslige og gjenkjennelige for alle, noe som gjør at man som leser kjenner seg igjen i situasjonene. Slik åpner boken for refleksjon og ettertanke rundt eget liv og møter med andre.

Dette er en enkel og nær bok om viktigheten av å kjenne seg selv slik at relasjonen til andre blir til glede og utfoldelse.

Christian Hølland Eikeland
 Psykiatrisk avdeling, Lier
 Vestre Viken