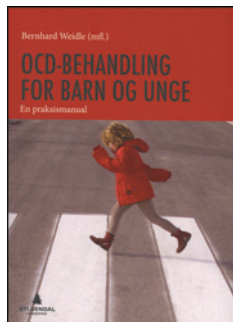


## Bruksbok mot tvang hos barn og unge



Bernhard Weidle (mfl.)  
**OCD-behandling for barn og unge**  
 En praksismanual. 212 s, tab, ill. Oslo:  
 Gyldendal Akademisk, 2014. Pris NOK 349  
 ISBN 978-82-05-46381-3

Det er, som undertittelen sier, en praksismanual, en instruksjonsbok for behandling av tvangslidelse hos barn og unge. Den henvender seg til alle som har ansvar for behandlingen av barn og unge med tvangslidelse. Forfatterens intensjon er å øke tilgjengeligheten av kognitiv adferdsterapi (KAT) med eksponering og responsprevensjon (ERP), som er en effektiv og godt dokumentert behandlingsform for denne lidelsen. Manualen utgis samtidig med en mer teoretisk gjennomgang, *Tvangstanker og tvangshandlinger hos barn og unge* (Valderhaug & Ivarsson, 2014). Bøkene springer ut av NordLOTS-studien (Nordic longterm OCD treatment study). Bidragsyterne i manualen har vært aktive i studien, men uten at hver enkelts bidrag er markert.

Manualen gir en praktisk time-for-time-gjennomgang av et 14-sesjoners standardisert behandlingsopplegg, med konkret innhold for hver time. Den har erfaringsbaserte, praktiske og gode råd for å få frem ofte skambelagte symptomer. Den henviser til barn og unge som har gjenkjennelige plager, og bruker metaforer som «datagenerasjonen» skjønner. Den understreker tvangen som en uohensiktsmessig måte å dempe underliggende og medfølgende angst på, og går opp grensen mot tvangspregede ritualer som en del av normalutviklingen hos mange barn – unngå å trå på streker, ritualer ved leggetid, lykketall osv. Tvangens påvirkning på dagliglivets funksjoner bidrar til avgrensningen. Tvangstanker og tvangshandlinger vil ofte involvere og styre familien. Foreldredeltakelse er derfor viet stor plass, mens kulturspesifikke erfaringer ikke er omtalt, og savnes.

Kapitlene om OCD (obsessive compulsive disorder) ved Tourettes syndrom og autismespekterforstyrrelser oppleves gode og viktige. Forskjellen mellom OCD og tics blir poengtert. Behandlings-tilnærmingen er ulik, «habit reversal training» (HRT) ved tics og eksponering og responsprevensjon (ERP) ved OCD. Det er mange trebokstavsforkortelser (TBF) underveis. Kapitlet om medikamentell behandling virker godt, praktisk og klokt. Her beskrives og begrunnes indikasjoner for oppstart, medikamentvalg, dosering og håndtering av bivirkninger på detaljnivå. Og det gis konkrete instruksjoner for nedtrapping og seponering.

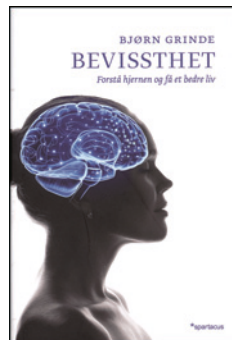
Boken avslutter med sjekklister for hver time, «angsttermometer», symptomlister, tidslinjer og effektevalueringsskalaer. Belønning og diplom – bare klistremerker og gullstjerner mangler. Det finnes en omfattende og gjennomgående aktuell litteraturliste, et passe stort register og nyttige adresser og linker, som en moderne bruksbok bør ha. Språket er godt og enkelt.

Kontaktetablering og motivasjon overlates til behandler og pasient. Det blir lettere med denne boken. Manualen anbefales!

### Morten Sandbu

Overlege, Seksjon for akuttpsykiatri  
 Oslo universitetssykehus, Ullevål

## Variabelt om bevisstheten



Bjørn Grinde  
**Bevissthet**  
 Forstå hjernen og få et bedre liv. 200 s, ill.  
 Oslo: Spartacus Forlag, 2014. Pris NOK 349  
 ISBN 978-82-430-0891-5

Det er en informativ bok, men noe av utfordringen med den ligger i undertittelen. Etter 40 års forsøk på å forstå hjernen har undertegnede nok bare delvis lyktes. Denne forfatteren har imidlertid mange svar. Ydmykt anføres for øvrig i New York Times så sent som 10.11.14: «learning how little we know about the brain» (1).

Det er på mange måter en reise gjennom bevissthetens utvikling, nevrologi og fenomenologi, samt en omtale av hjernens mange funksjoner, på 200 sider. Fremstillingen er populærvitenskapelig.

Boken tar ikke utgangspunkt i en arbeidshypotese, og man drives ikke punktvis mot noen entydig konklusjon. Dette er forfatterens historier, med rikelige digresjoner og assosiasjoner. Det er mye informasjon, og mye interessant, men for meg litt springende. En del utsagn kan virke pussige, for eksempel «Bevissthet som strategi» (s. 18). At bevisstheten har bedret vår overlevelsessevne og er strategisk viktig, er nok riktig, men hvordan er den en strategi? Kanskje i evolusjonens perspektiv? Kapitlet om evolusjon er artig, men det er uklart for undertegnede hva bananfluellarvens nerveceller, som enten får larven til å svinge til høyre eller svømme rett frem, gir oss av relevant informasjon om bevisstheten hos mennesket. Her er det mange digresjoner som ikke er sydd sammen til en meningsfull helhet. Det at rundormen, og dyr som angivelig er våre felles stamfedre, bruker glutamat, serotonin og dopamin, som hos oss er «sentrale for belønnings- og straffemodulene» (s. 47), er et søkt argument for påstanden i neste setning om at «måten nervesystemene opererer på er ganske så lik hos mennesker og rundormer». Selv om transmitterne er de samme, blir slike utsagn, i en større kontekst som knyttet til bevisstheten, meningsløse.

Hvem som er målgruppen, er uklart for undertegnede. Det er neppe helsepersonell, men kanskje «alle og enhver?»

Den er ikke spesielt didaktisk, dels er kapitler og «kommentarer» til den løpende teksten vanskelig å skille fra hverandre, det letter ikke lesingen. På baksiden er det anført følgende: «Bevisstheten din er alt du har.» Det medfører ikke riktighet og reflekterer heller ikke korrekt bokens innhold.

Boken har referanser til og informerer om mye ny kunnskap, derfor er den interessant. Men, jeg føler at den egentlig ikke gir noen substansielle forklaring på tittelen, og derved utgangstemaet. For undertegnede forblir den en reise gjennom vår forunderlige hjerne.

### Bernt A. Engelsen

Overlege, Epilepsienheten  
 Nevrologisk avdeling  
 Haukeland universitetssykehus

### Litteratur

1. Gorman J. Learning how little we know about the brain. The New York Times 10.11.2014. [www.nytimes.com/2014/11/11/science/learning-how-little-we-know-about-the-brain.html?\\_r=0](http://www.nytimes.com/2014/11/11/science/learning-how-little-we-know-about-the-brain.html?_r=0) [29.1.2015].