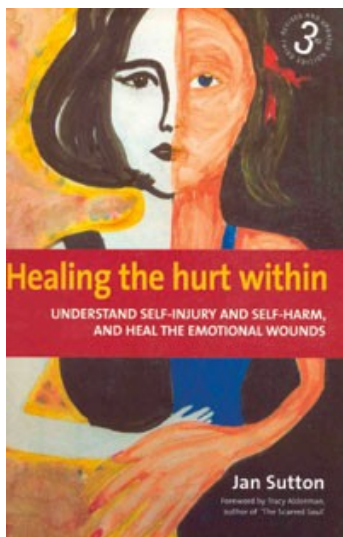

Selvskading

ANMELDELSER

FINN SKÅRDERUD

Høgskolen i Lillehammer
Avdeling for helse- og sosialfag



Sutton, J.

Healing the hurt within

Understand self-injury and self-harm, and heal the emotional wounds. 3. utg. 486 s, tab, ill. Oxford: How to Books, 2007. Pris GBP 17

ISBN 978-1-84528-226-4

Selvskadende atferd er i ferd med å bli oppdaget som et «nytt» fenomen innenfor ungdomskulturens randsoner. Og selvskading er på få år blitt langt mer synlig i psykiatriske kontekster. For svært mange – foreldre, lærere, hjelpere og behandlere – oppleves slike fenomener som svært utfordrende. De selvpåførte smertene utfordrer våre evner både til å forstå og å handle på virksomme måter.

Det er således åpenbare behov for at leger og andre kan utvikle kompetanse til å møte selvskadingen. Og nå produseres det tekster i en rekke sjangere, fra vitenskapelige publikasjoner via fagbøker til en rik selvhjelps litteratur, det siste ikke minst på Internett. Et av de absolutt bedre bidragene er den her omtalte *Healing the hurt within*. At dette er en tredje revidert utgave, sier sannsynligvis noe om den positive mottakelsen av de tidligere utgavene. Sutton henvender seg bredt, til selvskadere selv, til familie og venner og til behandlere. Jeg opplever boken som forbilledlig med tanke på at leger kan få bedre forståelse av selvskading som fenomen sett «innenfra». En av dens desiderte kvaliteter er et meget omfattende kasuistisk materiale, som bidrar til erfaringsnære beskrivelser av selvskadens psykologi, av dens motiver, funksjoner og konsekvenser.

Selvpåført skade er alt annet enn entydige og klart avgrensbare fenomener. Det finnes en rekke ytringsformer og bakgrunnsfaktorer. Forfatteren bidrar nyttig med definitoriske og diagnostiske avklaringer og vier det meste av boken til den selvskadingen hun definerer som «tvang eller impuls til å påføre fysisk skade på egen kropp, motivert av behovet for å mestre psykologisk smerte *eller* for å gjenvinne følelsesmessig balanse. Handlingene er *vanligvis* utført uten suicidale, seksuelle eller dekorative hensikter». Hun har således et klart psykologisk perspektiv der hun vektlegger selvskading som en dysfunksjonell mestring med tanke på å regulere følelser. Nettopp i vår komplekse kultur blir kroppen i økende grad søkt som et redskap for å håndtere selvfølelse og uro.

En slik avgrensning betyr at det vies mindre oppmerksomhet til selvskading ved psykosier, autisme og psykisk utviklingshemning og til de former for selvdestruktivitet og suicidale intensjoner som vi kan erfare eksempelvis ved intoksikasjoner. Mange av personene som ytrer seg i Suttons bok, skader seg ikke for å dø, men for å orke å leve.

Selvskading kan representere selvstendige symptomatiske ytringer, men er også kjent som komorbide fenomener i tilknytning til spiseforstyrrelser, ustabil personlighetsforstyrrelse, posttraumatisk stresslidelse, dissosiative tilstander, depresjon og rus. Det gis her en rekke praktiske råd som er meget relevante for leger som møter pasienter som skader seg selv. Jan Suttons letteste bok med tunge kvaliteter er således absolutt å anbefale.

Publisert: 16. april 2009. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.08.0451

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 15. juli 2026.