

De fleste negativt ladede mytene om oss som gamle blir på nesten alle områder erstattet av dokumenterbare realiteter. Disse viser at vi gjennom hele livsløpet er og forblir ressurssterke og verdifulle individer. Forfatteren forteller om biologiske, psykologiske og sosiale endringer i alle livets faser, om våre muligheter og vår utvikling i arbeid og privatliv, og bidrar til at leseren får en kreativ livsoptimisme. I hvert fall blir det slik for de av oss som makter å ville oss selv vel. For boken handler mye om det også. Det legges vekt på at vi kan påvirke vår egen aldring, som ved valg av livsstil, der kosthold, regelmessig trim av muskler og hjernen spiller en avgjørende rolle. Langt opp i årene kan fysisk trening gi effekt på balanse, muskelstyrke, kondisjon, koordinasjon, hurtighet, reaksjonstid og leddbevegelse, og hjernetrim gir god effekt på hukommelsen og evnen til å løse problemer.

I vårt samfunn legges det vekt på aldringens negative sider, noe som dessverre bidrar til negative holdninger til seniorer og eldre. Men, poengterer Halvorsen, aldring er normalt, og studerer man friske eldre, får vi øye på langt mer enn forfall. Reduksjonen av ulike evner er ikke så altomfattende og forutsigbar. Mye er avhengig av hvordan vi selv mestrer utfordringene som livet har å by på, og vår evne til å se nye muligheter.

I denne sammenheng vises det til at mennesker med store fysiske eller psykiske hemninger kan leve et godt liv. Det lykkes man best med når man velger bort det som tap av krefter og ressurser hindrer oss i å gjennomføre, og i stedet velger ut og utvikler videre det som er viktigst for oss av verdier og relasjoner.

Stoffet er spekket med praktiske eksempler, som underbygger aldringens kompleksitet og mangfold. Og som fremfor alt viser grunnlaget bort for den ensretting og uniformeringen som gamle mennesker er utsatt for. Det vises også til interessante kulturelle forskjeller, og om hvordan synet på å bli gammel i forskjellige kulturer påvirker aldringsprosessen. Dersom det samfunnet vi lever i definerer gamle som uproduktive og unyttige, synes dette å påvirke aldringsprosessen i negativ retning. Verdien av Per Halvorsens bok ligger ikke minst i denne erkjennelse.

Samfunnet og den enkelte har alt å vinne på å bekjempe på bred front myten om gamle menneskers forfall i arbeid og privatliv, og å stimulere til vekst og fornyelse basert på den eksakte viten som boken inviterer til. Noe av det viktigste blir å betrakte oss som genuine individer fra vugge til grav.

Boken anbefales på det varmeste.

Harry Martin Svabø
Haslum

Godt om kvinner og alkohol

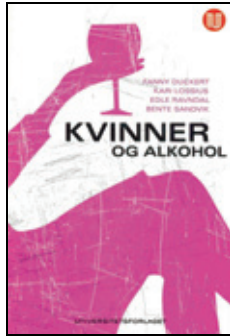
Duckert F, Lossius K, Ravndal E et al.

Kvinner og alkohol

176 s, tab, ill. Oslo: Universitetsforlaget, 2008.

Pris NOK 299

ISBN 978-82-15-00868-4



Tre av landets ledende forskere på feltet har levert en god bok om kvinners forhold til alkohol. Bokens fokus gir muligheten til å utforske det som er spesielt for denne halvdel av befolkningens forhold til vårt vanligste rusmiddel.

Blant annet avlives en del moderne myter, som at nå drikker kvinner like mye som menn. Dette gjøres fra samfunnsforskerens, psykologens og behandlerens synsvinkel. Forfatterne snakker mer om den kvinnelige rusmisbrukeren enn til henne. Klientens synsvinkel er likevel vel ivaretatt ved de åpne og dagbokliknende refleksjonene til en kvinnelig alkoholmisbruker som skriver under pseudonymet Bente Sandvik. Det er Sandvik som leverer det tyngste bidraget, der hun raust gir av seg selv og skriver om sine erfaringer og innerste tanker rundt sitt misbruk og veien ut av det. Det er hun som kommer med det beste endringsbudskapet.

I tråd med mangler innen rusmiddel-forskning og kvinner nevnes også vår manglende kunnskap om misbruk av vane-dannende legemidler. Samtidig pekes det på problemet med medikamentmisbruk hos de alkoholmisbrukende kvinnene. Det gis også en grei gjennomgang av de særlige biologiske forhold som gjelder for kvinner og alkohol.

Stoffet er lettlest og lett tilgjengelig. Jeg savner av og til noe mer stringens i skrivingen. Noen avsnitt kunne med fordel vært mindre ordrike for å øke lesbarheten. Dette er likevel detaljer som ikke i vesentlig grad går ut over det gode hovedinntrykket.

Boken avsluttes med refleksjoner omkring kvinner og alkohol. Som lege reagerer jeg når fagfolk har for mye magisk tenkning rundt diagnoser og biologisk forståelse. At det skulle være noe teknologisk, instrumentelt eller suspekt i å systematisere våre observasjoner, forblir for meg et mysterium, spesielt når disse tankene blir frem-satt av noen med utdanning og terapeutisk ståsted innen det kognitive.

Boken holder totalt sett et høyt faglig nivå som gjør at den kan leses med utbytte av behandlere innen fagfeltet. Likevel vil også folk som mer privat er berørt av dette, kunne lese den med utbytte. Gode referanselister viser til sentral norsk og utenlandsk forskning. Jeg ville kanskje valgt en samlet

referanseliste fremfor å plassere deler av den etter hver forfatters bolk. Slik det er nå, må man lete unødvendig mye etter referansene. Et avsluttende tillegg henviser til mange gode kartleggingsinstrumenter. Disse er dog bare omtalt, og instrumentene som sådan er ikke tilgjengelige. For de fleste er det heller ikke referanser til hvor instrumentene kan hentes, eller om de er tilgjengelige på norsk.

Jørgen G. Bramness

Avdeling for legemiddelepidemiologi
Nasjonalt folkehelseinstitutt

Subjektivt, men nyttig om dårlig psykiatrisk behandling

Thune GH.

Overgrep

Søkelys på psykiatrien. 200 s.

Oslo: Abstrakt forlag, 2008. Pris NOK 247

ISBN 978-82-7935-253-2



Her gis det ingen balansert fremstilling av alle etiske spørsmål og dilemmaer som er knyttet til bruk av tvang i behandlingsøyemed. Forfatteren sier at hun med vilje vil provosere ved å la nesten 70 tidligere

pasienter og pårørende slippe til med sine negative erfaringer med det psykiatriske behandlingsapparatet. Hun ønsker å nå helseminister, politikere, tilsynsmyndigheter og de som arbeider i psykiatrien med det budskap at det ikke er regler, forskrifter, lover eller rundskriv som avgjør om menneskerettighetene etterleves, men faglig kompetanse, empati, godt skjønn og de rette holdninger hos de ansatte. Det subjektive i fremstillingen ligger i at bare den ene part kommer til orde hvoretter forfatteren gir sine kommentarer og dømmer med den forutsetning: «Hvis det stemmer at...» I tillegg er det tatt med sitater fra andres bøker og avisinnlegg med liknende innhold, foruten skildringer av smerten og håpløsheten som kan følge i kjølvannet av en alvorlig psykisk lidelse. Det understrekes at klinikere og politibetjenter, som i mange tilfeller får ansvaret for transport i innleggelsessituasjoner, bør ha solid opplæring i konflikt-håndtering. Tilstrekkelig tid og kløkt bør nedlegges i motivasjonsarbeid før det tilsyns tvang, og i samfunnet generelt bør holdningene til pasienter og pårørende være preget av forståelse og respekt.

Boken feller ingen dom over norsk psykiatri i sin alminnelighet, men presenterer

unntakene, som det fortsatt er for mange av. Det som beskrives kan karakteriseres som dårlig behandling, eller uforsvarlig for å bruke et annet uttrykk. Forfatteren har rett i at det bør stilles krav til de som skal håndtere vanskelige situasjoner i det kliniske arbeid. Det forutsettes faglig styrke, men også dannelse og toleranse. Vi må både kunne observere og forstå, men også være i stand til å sette grenser når det er nødvendig. Det er da avgjørende *hvordan* dette gjøres, og behandlingsaspektet med alliansebygging må være grunnleggende i alle situasjoner. Uheldige subkulturer i behandlingstiljøene må motvirkes ved å gjøre systemet mest mulig transparent og oversiktlig, og kyndig veiledning av de ansatte må være en selvfølge. Tilsynsorganene har en viktig rolle og et stort ansvar. Det er interessant å lese at Europarådets torturkomité stiller store krav til omfanget av de behandlings- og rehabiliteringstiltak som hver enkelt pasient skal ha.

For meg er boken ikke provoserende, men tankevekkende. Pasienter, pårørende og behandlere bør kunne enes om et felles siktemål: helbredelse eller vesentlig lindring. Til dette trengs det et tverrfaglig behandlingstiljø preget av kyndighet, klokskap og gode rammevilkår som anbefalt i boken. Den bør leses av alle ansatte i det psykiske helsevern, samt berørte i politiet og hos tilsynsmyndighetene.

Stein Opjordsmoen

Psykiatrisk divisjon
Ullevål universitetssykehus

I sansenes mangfoldige rike

Johansson I.

En annerledes barndom

En autist forteller sin historie. 462 s.
Oslo: Versal forlag, 2008. Pris NOK 349
ISBN 978-82-81-88036-8



Hva var det som var galt med Iris? spør vennen og legen Göran Grip i forordet. Hun var i hvert fall ikke «bare litt sen», slik legen på helsestasjonen mente. Hun ble av omgivelsene oppfattet som psykisk utviklingshemmet, utilgjengelig for læring og vanlig oppdragelse, men viste stadig glimt av uforklarlig klarsyn med evner som tankeleser og med autistisk mangel på «folkeskikk» og tilsvarende sans for å provosere sine omgivelser.

Forsøk på tilrettevisning og konsekvenspedagogikk med belønning og straff utløste

gjør det stikk motsatte av det som var hensikten, og Iris Johansson beskriver hvordan hun nøt andre menneskers affektreaksjoner fordi det utløste vidunderlige opplevelser av lys, farger og former i rommet. De svært avvikende sansopplevelsene, der hun stadig oppsøker det «ubehagelige» og ikke enser skaderisiko blir en utfordring for både omsorgsgivere og helsepersonell. Først henimot 12 års alder blir hun i stand til å tilegne seg nødvendig kommunikativ og sosial kompetanse og motivasjon til å fungere i samfunnet.

Vi får også skarpsynete og humoristiske innblikk i livet på en gård i en original storfamilie i 1940- og 50-årene, der faren og flere slektninger på hans side var svært ukonvensjonelle omsorgspersoner, bygdeoriginaler med evner utover det vanlige til intuitivt å møte Iris' behov. Man får del i refleksjoner tankevekkende for foreldre og pedagoger. Mange av disse er sikkert vanskelig å omsette i pedagogisk praksis fordi farens spesielle egenskaper, sensitivitet og fantasi neppe lar seg overføre uten videre. Selv har hun tatt høyere utdanning, skrevet bøker og fungerer som veileder for fagpersoner i både Sverige og Norge. Kapitlene om *den ubegripelige verden Iris levde i* og *vanlige spørsmål jeg får om autisme* er kanskje de mest nyttige for foreldre og fagpersoner.

Å gløtte inn i *den ubegripelige verden Iris levde i* er en utfordring for en nevrope-diater, som har jobbet et helt yrkesliv i grenseland mellom barnenevrologiens og nevropsykiatriens ofte omstridte diagnoser. Gjennomgripende utviklingsforstyrrelser er fortsatt blant de mest utilgjengelige for våre rasjonelle forståelsesmåter og utredningsmetoder. Det er bare de relativt få, mest høytfungerende, inkludert personer med Asperger syndrom, som har kunnet sette ord på sin vanskelig tilgjengelige verden. Iris gjør det med et utvilsomt litterært talent. Mark Haddons, *The curious incidence of the dog in the night-time* er en mer letlest (nå også på norsk) selvbiografisk skildring av autismsens gåtefulle verden (1). Begrepet mentalisering omtalt i Tidsskriftet nr. 9/2008, er nyttig ballast (2, 3).

Jørgen Diderichsen

Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk
Bærum

Litteratur

1. Haddon M. Den merkelige hendelsen med hunden den natten. Oversatt av Ove Steen. Oslo: Pax, 2003.
2. Skårderud F, Sommerfeldt B. Mentalisering – et nytt teoretisk og terapeutisk begrep. Tidsskr Nor Legeforen 2008; 128: 1066–9.
3. Johansen MS. Om mentaliseringsbegrepet. Tidsskr Nor Legeforen 2008; 128: 1029.

Dagbok om mobbing

Haabeth I.

Dagbok fra en mors verste mareritt

Mobbing i skolen. 144 s. Stavanger: Hertervig forlag, 2008. Pris NOK 149
ISBN 978-82-8216-004-9



Målgruppen er foreldre, lærere, helsepersonell generelt, barne- og ungdomspsykiatere spesielt. Stoffet er presentert som en dagbok der mor skriver om opplevelsene rundt de to første skoleårene til sønnen sin.

Fortellingen er skremmende.

I begynnelsen er

gutten ivrig og glad og forteller foreldrene sine om ting han opplever på skolen, men ganske snart forandrer han seg til å bli inne-sluttet og mutt. På skolen blir han opplevd som vanskelig. Etter hvert kommer det frem at gutten blir mobbet av sin – tilsynelatende – beste venn, som også får gutten til å mobbe andre ved å true. I takt med at gutten blir utsatt for alt alvorligere fysisk mobbing, utvikler han alvorlige stressymptomer: Han tisser i buksen, gråter ofte, får tics, har vondt i magen og sier til foreldrene at han er dum. Noen måneder senere oppviser han tvangsmessig atferd og er synlig redd. Etter et halvt år vil han ikke leve mer, foreldrene opplever ham som «kald», og han får stadig større konsentrasjonsproblemer. Mot slutten av det første skoleåret er han plaget av mareritt, tisser i sengen, er hyperaktiv og har triste, tomme øyne. Det andre skoleåret har gutten byttet skole. Selv om han ikke blir mobbet mer, så fortsetter hans symptomutvikling: Han har mareritt hvor han blir jaktet på av hyener, han er redd for alt, også for fysisk kontakt. Han legger skylden for mobbingen på seg selv og han er redd for å bli avvist av venner. Han er ofte «et annet sted» og stirrer tomt ut i luften. Humøret svinger og han kan ikke sove uten at foreldrene ligger ved siden av ham. Mot slutten av det andre skoleåret har han utviklet strenge standarder: han må være den flinkeste.

Denne boken gir et viktig bidrag til forståelsen av symptom- og personlighetsutvikling hos et barn som blir mobbet på skolen. Først er det de akutte reaksjonene, deretter depresjon og posttraumatisk stressliknende symptomer. Parallelt ser man hvordan gutten utvikler en negativ selvforståelse. Det gis også en beskrivelse av foreldrenes kamp for å hjelpe gutten. Den hjelpeløshet de føler er nesten til å ta og føle på, og foreldrene utvikler også stressymptomer. I begynnelsen stoler de på at skolen kan hjelpe, men etter hvert innser de at de må flytte gutten til en annen skole. Denne pro-