Gladbok for den som vil forandring

Tyrdal S.

Endringsglede

Forandring på egne premisser. 271 s, ill. Asker: Humorologisk forlag, 2008. Pris NOK 345
ISBN 978-82-997317-2-0

Hvorfor er det så vanskelig å se på forandringer som noe positivt? Forfatteren, som er ortoped, forsøker her å gi svar på dette – ved hjelp av 75 suksesshistorier, 80 sider «coachende» spørsmål, inspirerende fakta, stimu-

lerende tips og en modell for personlige og organisatoriske endringer. Han utfordrer også leserne til en test på hvor gode de er til å tåle endring.

Målgruppen er definert ut fra utsagnet «boken for superledere som sørger for at medarbeidere påvirker og leder seg selv». Det er i hvert fall en ambisiøs tilnærming. Vi har alle behov for å forandre oss i et samfunn som stiller større krav til raskere og mer gjennomgripende endring enn noen gang tidligere.

Det hele er bygd opp rundt sitater og personlige historier – utgangspunkt for drøfting av oppgaver, som presenteres etter hvert avsnitt. Det blir ganske mange oppgaver, og forfatteren mener at materialet egner seg ypperlig for refleksjon i grupper. Med alle de kritiske spørsmålene som stilles til leseren er jeg i tvil om at gruppearbeid er det man først bør ty til.

Det er ingen tvil om at humor, glede og positiv innstilling til endring er svært viktig. Dette er bokens styrke. Men med alle oppgavene og gjennomgang av de seks faser som forfatteren har i sitt endringshjul, er jeg litt i tvil om han vil nå ut til dem som virkelig trenger det – de som ikke vil endre seg eller har begrenset humoristisk sans og selvironi.

Endringshjulets seks faser er greit beskrevet. Kanskje ville jeg ha lagt mer vekt på fase 6: stabil, vedvarende endring. Dette er vel noe av det vanskeligste med alle endringer – stadig å være i forandring, å lete etter forbedring og forandring hos en selv, i ens organisasjon og gjerne også i privatlivet.

Det er ingen tvil om at dette er en «gladbok». Den henvender seg til ledere i alle bransjer. Utfordringen blir å få både ledere og medarbeidere til virkelig å være opptatt av endringsglede. En ugleillustrasjon er gjennomgangfigur – ikke tilfeldig valgt. Jeg savner referanse til Nils Arne Eggens *Godfoten*, siden Eggen og Tyrdal etter min mening har mange gode egenskaper til felles.

Endringsglede har mye fin humor og tvinger leseren til refleksjon over seg selv. Jeg tror først og fremst den vil appellere til ledere, som kan plukke opp mange nyttige ideer til bruk i endringsarbeid.

Knut E. Schrøder

Universitetssykehuset Nord-Norge
Tromsø

Endringskynisme

Amundsen O, Kongsvik T.

Endringskynisme

197 s, ill. Oslo: Gyldendals Akademisk, 2008.
Pris NOK 289
ISBN 978-82-05-38402-6

«Endringskynisme» er et nytt ord som intuitivt gir mening. Det defineres som en innstilling der medarbeiderne opplever at endringene er forstyrrende, ikke medfører bedring og tar oppmerksomheten vekk fra

kjerneoppgavene. Denne utgivelsen er for den som søker teoretisk kunnskap om endringer og medvirkning i organisasjoner. Den skiller seg fra mange andre ledelsesbøker i ved at man forsøker å se organisasjonsendringene nedenfra og opp, ikke omvendt.

Man forsøker å forklare hva endringskynisme er, hvordan den oppstår og ikke minst hva som kan gjøres for å forhindre fenomenet. Forfatterne har begge doktorgrad på området og troverdighet gjennom den omfattende datainnsamling de har gjort i tre norske bedrifter.

I første del forklares en del begreper knyttet til organisasjon og endring, deretter følger en del eksempler fra praksis. Videre presenteres modeller som kan forklare endringskynisme. Siste del er viet spørsmålet om hvordan man kan unngå fenomenet ved hjelp av medvirkning eller «empowerment», som det heter på engelsk og som heller ikke forfatterne har greid å finne et godt norsk begrep for.

Endringskynisme vekker stor grad av gjenkjennelse. Fenomener som «endring for endringens skyld», «resirkulering av ideer», «praksisfjerne løsninger» og «pseudomedvirkning» er alle kjente.

Man kjenner seg igjen i det meste som beskrives og undrer seg over hvorfor ikke flere ledere og organisasjoner lærer av sine feil? At ikke alle endringer er positive, at det legges for lite vekt på motivasjon for endring. At den beste motivasjonen er en krise der flertallet skjønner at man må gjøre

noe annerledes for å komme ut av den. Forfatterne skriver at sett fra et ledelsesperspektiv betraktes motstand som noe negativt. De foreslår at det noen ganger kan være en dårlig idé å gjennomføre endringer. Det mest aktuelle eksemplet for meg er hovedstadsprosessen i Oslo, der mange tenker at beslutningene har gått for fort og at det har vært for lite medvirkning og man har problemer med å forstå gevinsten av en så omfattende endring. Jeg håper deltakerne har fått denne boken. Anbefales!

Ewa Ness

Psykiatrisk divisjon
Oslo universitetssykehus

Godt om hukommelse

Karlsen P.J.

Hva er hukommelse

155 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2008.
Pris NOK 149
ISBN 978-82-15-01252-0

Det er ingen lett oppgave forfatteren har tatt på seg når han på 150 små sider skal gjøre klart for leseren hva hukommelse er. La det straks være sagt at Pål Johan Karlsen har gjort en god jobb. Her er det intet irrelevant stoff. Fremstil-

lingen er velskrevet, og den «du» som forfatteren gjennomgående henvender seg til, viser seg etter hvert å være en universitetsstudent. De mange illustrerende eksempler forfatteren bruker, er da også hyppig hentet fra dette miljøet. En del tekniske termer og akademiske formuleringer vil vel ikke falle tungt for slike lesere. Men i hovedtrekk er fremstillingen språklig grei, slik at det er få lesergrupper som vil ha vansker med å følge med.

Etter en 15 siders innledning, der forfatteren søker å plassere hukommelsespsykologien, følger seks kapitler. Det første tar opp spørsmålet om hva et minne er, og det fremgår at ordet «minne» kan vise hen til forskjellige saksforhold. Kapittel 2 trekker opp brede historiske linjer og gir leseren innblikk i noen av de metoder som er blitt brukt for å utforske spørsmål som har med hukommelse å gjøre. Tredje kapittel omhandler hukommelsestap, kapittel 4 ulike typer hukommelse, kapittel 5 glemsel og i det siste, sjette kapitlet er temaet hvordan man husker.

Hvert av de tematiske kapitlene gir ved flere konkrete eksempler leseren en god innføring i de saksforhold som behandles.

I så måte er fremstillingen bokstavelig talt eksemplarisk. I en innføringstekst som dette er det forståelig nok vanskelig å gå i dybden eller bruke utstrakt plass til å integrere stoffet rundt hukommelsespsykologiens grunnleggende problemstillinger. Noe mer diskusjon av teoretiske forklaringsprinsipper hadde nok gitt mer faglig tyngde. Men forfatteren tar opp mange temaer med kloke kommentarer som gir leseren lyst på mer informasjon – hvilket vel er viktigste målsetting. Hvert kapittel konkluderer hensiktsmessig med henvisning til utfyllende litteratur, slik at eventuell fordykning i stoffet blir opp til leseren.

Karlsen åpner ved å vise til at man i psykologiske forklaringer ofte og i stor grad bruker metaforer for å forklare de studerte saksforhold. Kanskje kunne han i noe sterkere grad gjort leseren klar over at mange av hukommelsens termer og problemstillinger fremdeles er farget av metaforiske forutsetninger, for eksempel «hukommelsesspor», «konsolidering eller svekking av hukommelsesstyrke». Han er flink med illustrerende forklaringer. Faren er at illustrasjoner av diskuterte metaforer kan komme til å gi leseren skjeve assosiasjoner. At fremstillingen gir assosiasjoner og grunnlag for egne tanker og ikke bare fungerer som en oppramsende katalog av forskningsdata, er naturligvis meget rosverdig. *Hva er hukommelse* er hermed varmt anbefalt.

Tore Helstrup
Psykologisk institutt
Universitetet i Oslo

Kroppen som eksistens og biologi

von der Fehr D.

Når kroppen tenker

150 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2008.

Pris NOK 269

ISBN 978-82-15-01371-8

sefaglige teorigrunnlaget i retning av en mer helhetlig måte å tenke på.

Innledningsvis beskriver hun sine egne erfaringer med sykdom, behandling og

møte med behandlere. Dette ble avgjørende for bokens utforming. Hun gjennomgikk en bakteriell hjernehinnebetennelse, og i forløpet av denne fikk hun i tillegg et hjerne-slag. Et hovedpoeng er betydningen av førstepersonserfaringer: I en situasjon der forfatteren var bevisstløs og opplevde å være i livsfare, fornemmet hun musklens motstand og liv i kroppen. Dette minnet er analysert og bearbeidet i ettertid, og i dag ser hun på det som at kroppsbewusstheten på et lavt bevissthetsnivå var helt på det rene med den fare organismen var i. I refleksjonen over disse erfaringene knytter hun an til ulike teoretikere og argumenterer for å tolke traumatiske erfaringer som en livspraksis med helbredende virkning. Hun understreker at integrasjon av førstepersonserfaringer er viktig i helbredelsesprosessen.

Hovedtemaet er tegnteori og hvordan den kan bidra til å utvide medisinsk teori til å innbefatte pasienters førstepersonserfaringer og slik knytte en forbindelse mellom den eksistensielle og den biologiske kroppen. Innen medisinen er uttrykket «biopsykososial» mye anvendt for å beskrive sykdommers årsaksforhold. Dette tydeliggjør medisinenes behov for teoretiske perspektiver som kan bidra til økt forståelse for hva slags sammenhenger det er mellom de biologiske, psykologiske og sosiale aspektene ved mennesket og menneskets lidelser. Forfatteren viser gjennom sju kapitler hvordan tegnteoretiske begreper kan hjelpe oss til å forstå slike sammenhenger. Hun gjør rede for tegnteori, først og fremst Charles Sanders Peirces pragmatiske tegnteori, som handler om hvorledes mennesker og andre levende organismer skaper og utveksler mening gjennom tegn. Et tegn kan defineres som et fenomen som representerer et annet fenomen. Tegnet hjelper oss til å slutte oss frem til noe som ikke er åpenbart. Symptomet diskuteres i lys av tegnteori, og det understrekes at det ved ulike typer tegn er ulike sammenhenger mellom tegnet og det objektet tegnet viser tilbake til.

Disse perspektivene er interessante for helsepersonell og kan gi viktige bidrag til det medisinske og helsefaglige kunnskapsgrunnlaget. *Kroppen som eksistens og biologi* bidrar bl.a. med teoretisk forankring av førstepersonserfaringer og mening som knyttes til disse. Videre gir symptomet i en tegnteoretisk kontekst meg som lege økt forståelse for diagnose og diagnostikk. Jeg opplever imidlertid det tegnteoretiske begrepsapparatet som vanskelig tilgjengelig. Muligens ville flere konkrete eksempler ha hjulpet. Også beskrivelsen av symptomet som tegn er vanskelig å forstå, for eksempel sammenhengen mellom kroniske muskelsmerter som et tegn (betegnende indeks) og kroppslige forhold. Et supplerende fysioterapeutisk perspektiv kunne lettet forståelsen for mulige sammenhenger mellom smertene og den konkrete

kroppen, for eksempel Thornquist (1) og Engelsrud (2).

Sissel Steihaug
SINTEF

Litteratur

1. Thornquist E. Å se på kroppen med nye øyne. Tidsskr Nor Lægeforen 1992; 112: 919–21.
2. Engelsrud G. Kvinner i bevegelse mellom lengsel og lyst. Arbeidsnotat 4/1997. Rev. utg. Oslo: Senter for kvinneforskning, Universitetet i Oslo, 1997.

Grunnbok i holdninger

Lauveng A.

Arbeidsmaur med gipset hjerte

211 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2008.

Pris NOK 299

ISBN 978-82-15-01224-7

Psykisk lidelse er et av de viktigste forholdene knyttet til arbeidsuførhet og behov for tilrettelegging i arbeidslivet. Tema for denne utgivelsen er forståelse av atferdsprosessen når man har psykiske

vansker. Økt kunnskap om psykisk helse og arbeidsliv er en målsetting for forfatteren, som også er psykolog og en ettertraktet foredragsholder.

Arnild Lauvengs selvbiografiske bok *I morgen var jeg alltid en løve* (2005) er allerede blitt et referanseverk om psykisk lidelse. Hun har også utgitt *Unyttig som en rose* (2006).

Arbeidsmaur med gipset hjerte er en anskueliggjøring av hva psykisk lidelse og belastende livserfaringer kan innebære av begrensninger, utfordringer, komplikasjoner og kommunikasjonsvansker, både for den det gjelder og for dem som står rundt og forsøker å hjelpe.

Den omhandler ulike aspekter ved psykisk lidelse og arbeidsliv i en nærgående og eksistensiell form. Språket er klart, personlig og lyrisk. Forfatteren bruker virkningsfullt illustrasjoner fra så vel psykologisk teori som eget liv og jordnære metaforer, der «maur eller barnål» er hovedmetaforen. Andre eksempler på lettfattelig formidling er diagnosekapitlet med overskriften *I hvert fall er det sikkert at det kanskje er ei ku*, kapitlet om å bygge en ny karriere – *Sparkling av luftslott* – og kapitlet om tillitsbygging, som innledes med *Sjeler bør oppbevares frostfritt*.

I forståelsen av psykisk lidelse opplever vi for tiden et paradigmeskifte i teoretisk og praktisk tilnærming. Bevegelsen går fra en inndeling i «oss» (de friske) og «dem» (de syke) til en dimensjonal og allmenn-