av kloke voksne både i familien og dels i helsevesenet. Likevel har det vært tanker, følelser og bilder inni henne som har gitt henne følelsesmessige begrensninger i tillegg til de fysiske. Det kan virke som om dette har kretset mye rundt identitet, selvfølelse og tro på egen verdi.

Dette er blitt en bok som berører og starter tanker hos leseren. Den retter seg mot helsepersonell og alle som jobber med barn og ungdom. Den kan anbefales. Undertegnede synes den ville ha vunnet på nedkortning, fordi det blir en del gjentakelser hvis den blir lest fra perm til perm. Det er imidlertid mange avsnitt som egner seg godt til samtale kolleger imellom, den bør derfor ligge på lunsjbordet, på vaktrommet eller andre steder der fagfolk som arbeider med barn og ungdom samles.

Marit Hafting

Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk
Voss sjukehus

Framifrå lærebok om sosial rettferd

Underlid K.

Sosial rettferd

Fattigdom og rikdom i det moderne Norge.

351 s., ill. Oslo: Det norske samlaget, 2009.

Pris NOK 429

ISBN 978-82-521-7353-6

Kva er rett og kva er rettferd, og spesielt – kva er sosial rettferd? Korleis har dei rike og dei fattige det i Norge i dag? Den siste av dei tre delane i denne boka handlar om kva forfattere meiner om rettferd ved

økonomisk ulikskap sett i høve til dei filosofiske syna som han presenterer i den første delen.

Dette er ei framifrå lærebok for sosial- og helsefag, særleg på høyskolane, men òg av stor interesse for mange andre. Vil du ha ei kort og klår innføring i rettferdslæra til Aristoteles eller John Rawls, er ganske visst del I den beste kjelda du kan finne på norsk. Er du ute etter dei tre intervjuundersøkingane av rike folk i Norge, treng du del II, som framfor alt gir mykje og bra stoff om livsvilkåra til dei fattige. Her kan stoffet verke omfangsrikt. Forfattere har valt mykje fra si eiga mangeårige forskning, men han går òg gjennom mykje anna forskingsstoff og verdfull statistikk.

Han viser klårt frå starten at han er tilhengjar av den filosofiske retninga dialek-

tisk materialisme. Hans eige syn viser seg knapt i dei to første delane, som er godt avbalanserte. Gjennomgangen av filosofien om rettferd frå Platon til Rawls, Nozick og Barry i vår tid er imponerende. I den tredje, polemiske delen held han seg til den filosofiske retninga som meiner at rettferd finst i røynda, som ei kjensle blant folk, ikkje berre som ulike meiningar. Setter vi oss inn i levkåra til den fattigaste tidelen av hus-halda i det velståande Norge, vil mange av oss finne desse levkåra urettvise.

Særleg to framlegg til reform vert drøfta. Vi bør ha eit *inntektsgolv* over fattigdomsgrensa, for eksempel den grensa som Statens institutt for forbruksforskning sett for eit aktivt liv. Å heve satsane for sosialhjelp dit ville koste omlag 3 milliardar kroner årleg. Om pengane til dette vart tekne frå den rikaste tidelen, ville rettvisa verte enda større, meiner forfattere. Han går òg inn for eit inntektstak. Kor det skal liggje, må diskutast, men kan hende hadde Platon ein god idé då han foreslo at dei rike ikkje skulle tene meir enn fire gonger inntekta til dei fattigaste.

Sosial rettferd er klårt skriven på greitt norsk, kan hende litt ordrikt, men desto meir lettlesn. Ho er interessant lesnad for alle som er opptekne av sosial rettferd.

Björgulf Claussen

Institutt for allmenn- og samfunnsmedisin
Universitetet i Oslo

Om å reflektere over sitt liv

Hoem S.

Ape 2.0

En liten bok om å finne tilbake til seg selv. 191 s.,

ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2009. NOK 279

ISBN 978-82-05-38478-1

Forfattere er en 48 år gammel psykolog med god klinisk erfaring. I denne lille, letteste og upretensiøse utgivelsen forsøker han å få leseren med på å reflektere over i hvilken grad livet går som ønsket eller om noe

skurrer og bør forandres på. Vi er alle i klem mellom natur og kultur. Er det ikke noen spørsmål du bør konfrontere deg selv med? Tittelen henspiller på forfatterens tanker om at mennesket er en videreutvikling av ape 1.0 som ikke lenger «passer» til det miljøet vi har skapt oss.

Han starter med de helt store spørsmål: Hva er et menneske? Hva er lykke? Hva er

meningen med livet? Men han problematiserer i stedet for å komme med snusforntige eller kvasifilosofiske svar. Tvert imot står hans litt slentrende, personlige stil godt til selve budskapet: Vi er alle unike, det finnes ikke patentløsninger. Som stimulans til å komme i gang med en slik selvreflektering har han kapitler som *Forstå din egen historie*, *Sanseutvikling*, *Vær sympatisk*, *På lag med egne følelser*, *Kampen mot endringsfobi*, *Døden*, *Forhold til foreldre* og til sist *Finn din marsfart*. *Ape 2.0* oppfordrer oss til å være aktive, men egner seg likevel som sengelektyre.

Dette er ingen selvhjelpsbok i snever forstand. Det er få enkle triks for å få det bedre. Egentlig er det bare noen knep for å leve bedre med mobilen (!) som konkretiseres på et slikt plan. Lesere som søker den slags litteratur, henvises til andre slike bøker som nylig er omtalt i Tidsskriftet. Nei, dette er nok heller noe for folk i 40-årene som begynner å spørre seg hva som nå skal være det gode liv i tiåret som kommer. De vil kjenne seg igjen i forfatterens problemstillinger og i sitt eget liv og i de mange vignettene fra hverdagslivets kjas og mas. Ja hvis man bruker noen få timer sammen med Sverre Hoem, vil jeg ikke utelukke at man kan bli stimulert til både å reflektere litt dypere over sine valg og kanskje ta mer konsekvenser av det man kommer frem til.

Per Vaglum

Avdeling for medisinske atferdsfag
Institutt for medisinske basalfag
Universitetet i Oslo

En klassiker

Skard ÅG.

Ungene våre

235 s. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2009.

Pris NOK 315

ISBN 978-82-05-38151-3

Selv om denne boken fra 1948 neppe er noe egnet oppslagsverk når det gjelder dagsaktuelle temaer innen barneoppdragelse, er den morsom å lese – både med tanke på at dette var folkeopplysning den gang den ble skrevet og ut

fra hvor holdbare de fleste budskapene fortsatt er. At nyttevilsen er støttet av Fritt Ord og av Norsk Kvinnesaksforening, som markering av 125-årsjubileet, er ikke tilfeldig. Åse Gruda Skard (1905–85) var gjennom store deler av 1900-tallet aktiv

som psykolog, fagformidler og politiker. Først og fremst var hun talsperson for barns sak, men hun var også opptatt av likestilling.

Basert på brev- eller telefonhenvendelser og observasjon av fem egne barn (hvorav to tvillingpar) beskriver hun i 60 små kapitler konkret og praktisk utfordringer i omgang med og oppdragelse av barn. Her er bl.a. nattevåking, renslighet, spise eller ikke spise, fysisk avstraffelse, løgn, sex, vannskrekk, 333 regler for god tone, behov for lek og læring. Kort sagt var forfatterens budskap at barns vekst og utvikling i hjem, skole og samfunn ikke bare var den enkelte families sak, men et samfunnsanliggende. Mye er endret siden den gang det het at «barn skal ses, men ikke høres», og de mange praktiske eksemplene gir grunnlag for refleksjoner omkring vår tids overflod og om folkeopplysning vedrørende holdninger og forventninger til barn og unge.

I tillegg til at språkformene er lett modernisert inneholder *Ungene våre* et 16 siders forord av professor i psykologi Hanne Haavind. Dette kan med fordel leses som et etterord. Det gir en informativ oversikt over forfatterens mangesidige virksomhet og hvordan den barne- og familiepolitikk som hun etterlyste i 1948, nå langt på vei er innført. I etterordet *MOR ÅSE sett av to døtre* gir Målfrid Grude Flekkøy og Torild Skard et nyansert bilde av hvordan det var å vokse opp i et miljø som var trygt, med to travle foreldre i krevende nybrottsstillinger. Det var god sammenheng mellom morens holdninger, slik de kom til uttrykk i foredrag og artikler, og den daglige praksis i hjemmet. Barna hadde krav på respekt, og samværet skulle være mest mulig demokratisk, alder og utvikling tatt i betraktning. Familierådet var sentralt. En bibliografi gir til slutt et lite utsnitt av Åse Gruda Skards 24 bøker og over 2 000 artikler samt referanser til bøker skrevet om henne.

Ungene våre er ikke bare en klassiker innen barneoppdragelse og popularisert barnpsykologi, den er også en viktig påminnelse om at det å være foreldre også er et samfunnsoppdrag – utfordringer som er høyst relevante i dagens samfunn. Den kan derfor trygt anbefales.

Inger Helene Vandvik
Slependen

Innføring i selvmordsforebygging

Vråle GB.

Møte med det selvmordstruede mennesket

3. utg. 182 s, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2009. Pris NOK 325
ISBN 978-82-05-38514-6

Forfatteren har i mange år undervist i psykiatrisk sykepleie. Første utgave av denne boken om selvmordsforebygging kom i 1993. Endringene i den nye er særlig knyttet til utarbeidelsen av Nasjonal plan for

forebygging av selvmord med påfølgende handlingsplan og til at Sosial- og helsedirektoratet i 2008 utga nasjonale retningslinjer for selvmordsforebygging i psykisk helsevern. Forfatteren ønsker først og fremst å presentere de sykepleiefaglige sidene ved selvmordsproblemet, men henvender seg også til andre profesjoner enn sykepleiere.

Det er åtte kapitler. I det første redegjøres det for hva utgivelsen bygger på. Kapittel 2 omhandler det selvmordstruede menneske, med beskrivelse av problemets omfang, selvmordsprosessen og årsaker til selvmord. Kapittel 3 tar opp etiske og juridiske utfordringer. De neste kapitlene dreier seg om praktisk selvmordsforebygging, temaer for møter med selvmordstruede mennesker, eksempler fra behandlingssituasjoner og hvordan selvmordsproblemet berører og sårer.

Møte med det selvmordstruede mennesket inneholder mange gode poenger knyttet til selvmordsatferd – omfang, risikofaktorer og utfordringer i det praktiske arbeidet. Det er imidlertid også en del svakheter. En del steder savnes en mer overordnet grensegang. For eksempel understrekes det flere ganger hvor viktig det er å se hele mennesket bak selvmordshandlingene. Det er selvsagt riktig, men gjelder ikke det også pasienter med andre lidelser? Det er en uklar grense mellom det som er den spesifikke psykiatriske sykepleie og hvilke tiltak som krever mer psykoterapeutisk kompetanse. Litteraturhenvisningene kunne også vært bedre. I mange tilfeller henvises det ikke til originalforfattere, men til andre som har sitert dem. I omtalen av Bærums-modellen, som dreier seg om mer aktiv oppfølging etter selvmordsforsøk, henvises kun til Burmo og medarbeideres artikkel fra 1988. Gudrun Dieserud, som har vært sentral i utviklingen av modellen, siteres ikke. Flere andre sentrale forskere er heller ikke sitert.

Det kunne også vært ønskelig med noen betraktninger om andre sykepleieres utfordringer overfor selvmordstruede. Flere tusen mennesker behandles hvert år i medisinske og kirurgiske avdelinger etter å ha forsøkt å ta sitt eget liv. Sykepleierne er gjerne de første som snakker med disse. Ved legevakter møter de også daglig selvmordsproblemer, både i konsultasjoner og i telefon-samtaler. Utfordringene her er ikke omtalt.

Denne utgivelsen er først og fremst aktuell som innførbok i psykiatrisk sykepleie. Den inneholder også nyttig informasjon for andre faggrupper som har begrenset kunnskap om selvmordsatferd.

Øivind Ekeberg

Akuttmedisinsk avdeling
Oslo universitetssykehus, Ullevål

Veien til mestring

Christophersen Y.

Frisk nok

206 s, ill. Oslo: Aschehoug 2009, Pris NOK 349
ISBN 978-82-03-23734-8

Forfatteren er økonom, foredragsholder og skribent. Han har levd med type 1-diabetes i over 40 år, og i 2004 skrev han *Diabetes for livet*, som fikk glimrende anmeldelser, også her i Tidsskriftet (1). Denne handler

om å mestre livet med kronisk sykdom. Den har tre deler – *Livets lodd*, om det å leve med kronisk sykdom, *Glør*, om mestringens mål og utfordringer, og *Livsgnist*, om kunsten å skape seg et positivt liv med kronisk sykdom. Det er korte kapitler og vignetter bygd over forfatterens egne erfaringer, omfattende lesing og livsfilosofi. Målet er å hjelpe mennesker med kronisk sykdom til et godt liv, og kronikerne er mange der ute i samfunnet. Han kommer til at annenhver nordmann har kronisk sykdom selv eller i nærmeste familie. Dette tallet øker selvfølgelig med alderen, og eldrebølgen er på vei. Derfor er det vår egen skjebne han skriver om, og målet er å mestre både sykdommen og livet. Det betyr at tittelen gjelder de fleste av oss. Utfordringen er å mestre sykdommen og livet – mestring er det sentrale temaet.

Frisk nok er fint bygd opp med korte kapitler. Forfatteren skriver godt i korte, klare setninger. Både det pedagogiske og språket er gjennomtenkt og bærer preg av lang erfaring og planmessig arbeid. Etter