

utdanning, profesjonell og privat omsorg, integreringspolitikk og mye mer. Kristevas grep er gjennom språkanalyse og erfaring fra psykoanalyse å avdekke underliggende og låsende strukturer. Hun gir oss redskaper til å tenke *på* de begrepene vi til daglig tenker *med*. Og denne boken handler om begreper og ikke om mennesker. Det er dens styrke, men også dens svakhet.

Kristeva mener vi må gå ut over tradisjonelle måter å tenke på funksjonshemming på. Barmhjertighetens tilnærming har sin begrensning fordi den lett gjør funksjonshemmede til ofre. Tilsvarende er det problematisk å presse funksjonshemmede inn i rollen som ressurs, fordi også den bygger på et individuelt orientert ytelsesideal som definerer *funksjon* og dens *hemning*. Vi må ifølge Kristeva over til sårbarhetens politikk, som er en fellesskapets og samhandlingens politikk. Funksjonshemmede utfordrer oss fordi de minner oss om en grunnleggende sårbarhet som er felles for alle mennesker. Funksjonshemmede kan derfor bringe oss tilbake til noe allment og, gjennom å lære oss å gjenkjenne vår felles sårbarhet, skape rom for fellesskap, forståelse, oppmerksomhet og solidaritet.

Boken er skrevet for masterstudenter i spesialpedagogikk, sosialt arbeid, sosialpolitikk, helsefag og rehabilitering, men kan være av interesse for alle som arbeider med funksjonshemming og ulike former for annerledeshet i helsevesenet. Den har et nyttig innledningskapittel, hvor man gir en innføring i Kristevas tenkning og hvordan den anvendes i de ulike kapitlene.

De norske bidragsyterne forholder seg aktivt til Kristevas tenkning. Dette skaper en god sammenheng for leseren, til tross for enkelte gjentakelser og kapitlenes sprikende tematikk som spenner fra Ibsens *Lille Eyolf* til *frihetens* og *likhetens* filosofihistorie.

Er så dette et nytt opplysningsprosjekt som kan revolusjonere tenkningen om funksjonshemmede, slik Kristeva og flere av medforfatterne hevder? Dersom vi skal bedømme ut fra Kristevas bidrag, er det vanskelig å se at man når målet. Kristeva henger fortsatt fast i defekttenkningen, som er dominerende på feltet. De store vyene og de pompøse ordene synes godt avsondret fra funksjonshemmedes hverdag og gjør at teorien kan virke fjern og arrogant. Dette på tross av at hun har førstehånds kjennskap gjennom en sønn med en nevrologisk funksjonshemming. Selv grunnleggende og viktige poeng står i fare for å drukne i hva mange vil oppfatte som ordspill og retorikk.

De norske bidragene er langt mer jordnære og konstruktive. Engebretsen og Solvangs innledning inneholder også en treffende kritikk av Kristeva, som setter hennes tekster i perspektiv. Den viktigste kritikken og korrekturen kommer likevel fra Jan Grue, som i sitt kapittel klokt påpeker at Kristeva (og mange andre) «snakker om annerledesheten, verken *som* eller *med* den» og at det

kan være stigmatiserende for funksjonshemmede å bli gjort til metafor for den universelle sårbarheten.

Etter 293 sider er det fortsatt uklart for meg hva som er «programmet» for sårbarhetens politikk. Det kan være fordi boken har et dekonstruktivt mål: Den vil «uroe og destabilisere begreper», mer enn å bygge opp eller skape noe nytt. Når det ikke plager meg, er det fordi flere av bidragene er både jordnære og konstruktive og peker mot mer fruktbare måter å leve sammen på, funksjonshemmet eller ikke.

**Bjørn Hofmann**

Høgskolen i Gjøvik og Universitetet i Oslo

## Mestre angst på ti uker

Robin Dynes

### Angstmestring

Et tiukers gruppetilbud. 246 s., ill. Vegårshei: Fredvik forlag, 2009. Pris NOK 312  
ISBN 978-82-92603-02-4



Målgruppen er helse- og sosialarbeidere som sosionomer, ergoterapeuter, sykepleiere og andre som ønsker å hjelpe mennesker med å mestre angst. Det er først et kort innledende kapittel om angstmestringstrening generelt, som følges opp

av de neste kapitlene hvor forfatteren beskriver den enkelte samlingen i et tiukers gruppeprogram. I tillegg kommer skjemaer for forhåndsintervju, angstvurdering og gruppeevaluering. Program for det enkelte møtet og informasjonsark er også vedlagt elektronisk på en CD.

Dette er først og fremst en praktisk håndbok, nærmest en manual, og ikke en lærebok om angst og angstlidelser. I det første av gruppemøtene fokuserer forfatteren likevel på informasjon og forståelse av angstproblemer. Selv om mye av informasjonen her er korrekt, er dette kanskje likevel det svakeste leddet. Kunnskapen om angst er presentert på en litt rotete måte og preges av lite oppdaterte kilder.

Gruppeprogrammet som Dynes presenterer, bygger på kognitiv atferdsterapi, en metode som regnes som den mest effektive ikke-medikamentelle behandlingsformen for angstproblemer. Hvert møte har fokus på ett nytt tema, slik som avspenningsteknikker, feiltolkninger, angstfremkallende situasjoner og problemløsning, som alle har et her-og-nå-fokus på angstmestringen. I tillegg inkluderer forfatteren tema som effektiv kommunikasjon, selvhevdelse, livs-

endringer, livsmål, planlegging av tid, støttenettverk og livsstil, dvs. tema med et mer forebyggende perspektiv. For hvert møte beskriver han målet med samlingen og programmet for dagen med tidsangivelse for hvert punkt. Han gir konkrete anbefalinger om gjennomføringen av de enkelte punktene. Egne infoark med punktvis informasjon og plass til egen notater er utarbeidet for utdeling i gruppen. Arkene blir brukt både i møtene og for hjemmeoppgaver.

Gruppeprogrammet later til å være godt gjennomarbeidet og bygger på forfatterens omfattende erfaring med slike grupper. Den tematiske oppbyggingen er både logisk og godt faglig fundert. Strukturen er tydelig og rådene om gjennomføring praktiske. Skal man gjennomføre et slikt gruppeprogram, bør man nok likevel ha mer omfattende kunnskaper om angstproblematikk og gruppebehandling generelt enn det forfatteren gir.

Forfatteren beskriver godt en effektiv metode for gruppebehandling av ett av de vanligste psykiske helseproblemene i befolkningen. Jeg anbefaler derfor boken.

**Ingvar Bjelland**

Klinikk psykisk helsevern for barn og unge  
Haukeland universitetssykehus

## Mestring av øyeblikket

Martin Boroson

### Å mestre øyeblikket

Meditasjon på sekundet. 160 s.  
Oslo: Cappelen Damm, 2010. Pris NOK 269  
ISBN 978-82-02-30791-2



Dette er en av mange korte bøker om stress og stressmestring, og målgruppen er bred: alle som er interessert i, og påvirket av stress. Boken er innbundet og lettlest, men ikke illustrert. Forfatteren presenterer puste- og oppmerksomhets-

øvelser som tar kort tid, for eksempel pusteøvelsen på ett minutt. Han trekker på forskjellige meditasjonsteknikker og filosofier og bygger opp forståelse av pusteteknikker og nærværende oppmerksomhet over åtte kapitler. Forfatteren fokuserer på hvordan være til stede i øyeblikket. Boken kan kategoriseres som (nok en) håndbok om hvordan mestre stress. Den er godt og komprimert skrevet, såpass at man nok kan lese den flere ganger.

En del formuleringer er treffende: «Moderne teknologi ga løfter om å spare

tid, men slik har det ikke gått.» «Teknologien stjeler mentalt rom.» «Vi er fattige på tid.» «Foreldrene (mine) fleiper om at de er blitt så gamle at de ikke lenger kjøper grønne bananer.» «Ungdommelighet er ikke viljen til å hoppe i strikk i en alder av 65, men er egentlig en mentalitet, et tenkesett, som hilser hvert øyeblikk med en følelse av at det ligger muligheter i dem.»

Forfatteren presenterer ingen direkte nye momenter, selv om så korte øvelser nok kan sies å ha nyhetens preg. Styrken er at det er svært gode refleksjoner om tid og tidsforståelse, og han diskuterer dette interessant i forhold til opplevelse av stress og til meditasjon. Jeg har lest mange korte bøker om stress og stressmestring, og jeg er blitt kritisk til overforenklete, raske løsninger på ofte komplekse stressproblemer. Denne boken er noe av det beste jeg har lest i denne sjangeren - selv om resultatene av teknikkene nok er overdrevent positivt beskrevet.

**Erik Ekker Solberg**  
Medisinsk avdeling  
Diakonhjemmet sykehus

## Sentrale tema i medisinsk etikk

Niels Lynøe, Niklas Juth  
**Medicinska etikens ABZ**  
411 s, ill. Stockholm: Liber, 2009. Pris SEK 398  
ISBN 978-91-47-09413-4



Det er rart at ei slik bok ikkje er blitt gitt ut før. Rett nok fins etikkoppslagsbøker på engelsk, men denne boka er tilpassa ein skandinavisk, og i hovudsak svensk kultur. Dette er ein styrke og ein svakheit, sett frå ein

norsk ståstad. Målgruppa er helsepersonell med lang fartstid i klinikken, men også helsefagsstudantar og den interesserte allmenta. Førsteforfattar er allmennpraktikar og professor i medisinsk etikk, den andre er filosof. Boka er ein ambisiøs freistnad på, i eit forståeleg språk, å presentere og problematisere sentrale tema i den medisinske etikken. Forfattarane har langt på veg lukkast i dette, sjølv om det nokre stader også finst vanskeleg språk. Sentrale poeng er illustrert med enkle, ofte morosame, teikningar. Etter kvart oppslagsord er det referansar til det som er gjennomgått i teksten. Boka er såleis eit forsøk på å bygge bru mellom teori og praksis ved å gi klinikarar som står overfor etiske dilemma og som

ønskjer seg innsikt i etikktenking, kunnskapar om sentrale begrep og tradisjonar innan etikk og moralfilosofi. Den innhald også mykje stoff på feltet forskningsetikk og vitenskapsteori og vil derfor kunne vere eit nyttig oppslagsverk for nye medlemmer av regionale forskningsetiske komitear. I høve til sin sentrale plass i helsetenesta har kliniske etikktema fått relativt liten plass. Til dømes er Machiavelli presentert over to og ein halv spalte, men arbeidet til kliniske etikkomitear er så vidt nemnt. Eit anna døme på dette er informasjonen sin plass i den kliniske etikken. Dette temaet er ikkje så utdjupande behandla som det sentrale og vanskelege temaet det faktisk er i klinisk praksis i dag. Men dette er ingen alvorleg innvending. Kva ein legg vekt på, vil alltid bli prega av dei som gjer utvalet! Likevel er eg usikker på om dette blir eit mykje brukt oppslagsverk for klinikarar, då heller eit nyttig oppslagsverk for personar som syslar med ulike former for etikkarbeid, også medlemmer av kliniske etikkomitear.

Fordi dette er ei alfabetisk oppslagsbok, vil teksten alltid framstå med eit objektivt preg. Derfor er ei meir alvorleg innvending at forfattarane nokre stader så tydeleg har latt eigne verdiar prege det dei skriv. Eit slikt eksempel er til dømes teksten om eutanasi og erfaringar frå praksis i Nederland. Her er til dømes eutanasi beskrive med følgjande formuleringar: «genom at läkaren gjer sådan behandling att patienten dör en smärtfri död.» Det siste kan like gjerne beskrive god dødspleie eller lindrande sedering. Avsnittet om aktiv dødshjelp er også diverre uklart med omsyn til definisjonar. Aktiv og passiv dødshjelp og smertestillande behandling som etiske dilemma er sausa saman. Desse omgrepa er vanskelege nok som dei er, om ikkje eit oppslagsverk i etikk skal bidra endå meir til forvirringa. I ei seinare utgåve av boka bør slikt rettast opp.

**Reidun Førde**  
Universitetet i Oslo

## Kort og klartenkt om neurologi

Lionel Ginsberg  
**Neurology**  
Lecture notes. 9. utg. 208 s, tab, ill. Chichester: Wiley-Blackwell, 2010. Pris GBP 23  
ISBN 978-1-4051-7722-1

Dette er niende utgåve av Lionel Ginsbergs «forelesningsnotater» i neurologi. Boken har kommet ut med jevne mellomrom helt siden 1965 og retter seg både mot studenter og viderekomne innen neurologi. Den preges ikke av å ha blitt foreldet. Hvert kapittel er gjennomarbeidet og oppdatert. Dette gjelder ikke minst avsnittene hvor

man tar for seg utredning og behandling. Man forutsetter naturligvis visse basiskunnskaper fra basalfagene, men i hvert avsnitt omtales de relevante anatomiske strukturer og patofysiologiske mekanismene. Det finnes en rekke skisser og tabeller som gir leseren en økt forståelse av det aktuelle temaet. Forfatteren avslutter hvert hovedavsnitt med nøkkelord som summerer de viktigste fakta, og en kasuistikk som gir en praktisk innføring omkring det relevante emnet. Han gir verdifulle, praktiske råd om hvordan man håndterer vanlige nevrologiske problemstillinger.

I den første tredelen beskriver forfatteren hvordan man systematisk foretar en nevrologisk undersøkelse. Deretter går han inn på de ulike gruppene av nevrologiske sykdommer. Disse blir beskrevet relativt kort, og de vanligste bildediagnostiske og nevrofysiologiske undersøkelsene som benyttes i den kliniske hverdagen, blir tatt opp. I den største delen tar Ginsberg for seg de vanligste nevrologiske tilstandene, og disse finner man i 10–12 hovedkapitler. Mot slutten er det en omtale av nevrologisk rehabilitering og en del spørsmål der leseren får testet sin forståelse av faget.

Boken er lett å lese, og avsnittene er delt opp med klare overskrifter. Det gjør at man på en rask måte får god oversikt over fagområdet. Viktige ord og uttrykk er skrevet i fet stil, noe som minsker behovet for å stryke under eller fargelegge viktige deler.

På 33 av sidene forekommer bilder som illustrerer ulike kliniske tilstander. Om jeg skulle kritisere noe, så er det den tekniske kvaliteten på bildematerialet. Riktignok finner man MR- og CT-bilder, men en del av disse synes ikke å være tatt med det mest moderne utstyret. Bildene av pasienter er også i sort-hvitt, og heller ikke disse er alltid av like god kvalitet. Man aner at forfatteren (og forlaget?) på dette feltet henger litt etter utviklingen, muligens for å holde kostnadene nede. Dette er med på å gi boken et mer foreldet preg enn den fortjener. Den hadde stått seg på litt bruk av fargebilder og noe forbedret kvalitet på illustrasjonene, uten at man kan påstå at det som foreligger, på noen måte ikke er bra.

Dette er en bok som finsliper det nevrologiske tenkesettet; en grundig anamnese og en systematisk klinisk undersøkelse som følges av en målrettet utredning. I dag kan man søke og finne alt i elektroniske medier, men det forutsetter at de som skal lære seg faget, må ha en strikt veiledning i hvordan man bør resonnerer. Denne boken gir på en kort og utmerket måte en grei innføring i neurologien.

**Jan O. Aasly**  
Nevrologisk avdeling  
St. Olavs hospital