

Levende og grundig

■ Pål Johan Karlsen | **Hva er hukommelse**
Universitetsforlaget, 2008. 155 sider



Hukommelsen vår er i forandring og utvikling gjennom hele livet, som svar på de utfordringer vi møter. Den må trenes og pleies. Derfor bør vi bli bedre kjent med hvordan hukommelsen virker, og en

god start er å lese boken til Pål Johan Karlsen. Boken er delt inn i seks kapitler som tar opp forskjellige perspektiver på temaet. Det første kapittelet karakteriserer de minner vi har. Deretter følger tre kapitler om henholdsvis forskning, tap av hukommelse og typer hukommelse. De to siste kapitlene omhandler hvorfor vi glemmer og hvordan vi husker. Kapitler og underkapitler er til dels uavhengige, men det beste utbyttet får man ved å lese hele boken.

Forfatteren skriver klart og enkelt både om hva hukommelse er, og om forskningen som har gitt oss kunnskap om hukommelsen. I forordet på s. 11 skriver Karlsen: «En ambisjon med akkurat denne boka er å levendegjøre forskningen, løfte teorien ut av laboratoriet og inspirere leserne til å stille egne spørsmål». Forfatteren klarer å gjøre dette uten å gi slipp på den faglige grundigheten. Til tross for bokens beskjedne omfang er noen avsnitt på nivå med universitetets lærebøker i kognitiv psykologi hva gjelder faktainnhold, men de er (i motsetning til de fleste lærebøker) skrevet på begripelig norsk. I tillegg bruker Karlsen flust med eksempler og anekdoter som formidler det fantastiske og uventede med hukommelsen. Det er spesielt i disse avsnittene at teksten glitrer og får liv. «Du var overhodet ikke på jakt etter nostalgiske

øyeblikk, likevel dukker de opp, de ufrivillige minnene. Som regel, hvis du utforsker omstendighetene nøyer, viser det seg at noe utløste dem. En tanke, en assosiasjon, en sansning, [...]» (s. 27).

Dette er en meget tilgjengelig bok som passer både for studenter, klinikere og den nysgjerrige allmennhet. Jeg vil også anbefale boken for pårørende til pasienter med hukommelsessvikt. Mer kunnskap om hvordan hukommelsen virker, kan redusere angsten og undringene hos dem som opplever slike problemer på nært hold. Boken inneholder også rikelig med referanser for ytterligere fordykning innenfor ulike aspekter av hukommelsen.

Anmeldt av Susanne Wiking

Boknytt



■ Gro Eckhoff og Anne-Grethe Urnes | **Nonverbale lærevansker** Første norske bok om temaet. Tar opp forståelse, utredning, tilrettelegging, tiltak og behandling. *Universitetsforlaget, 2009*

■ Synnøve Caspari | **Estetikk og helse** Kort innføring i hva estetikk er og hvilke estetiske områder som har betydning for helse og trivsel. Presenterer pasienters erfaringer, ønsker og behov for estetikk når de er innlagt i sykehus. *Cappelen Damm, 2009*



■ Aida Løver og Alexandra Beverfjord | **Det bor et barn i mitt hjerte** Om å miste et barn. Hvordan håndtere savnet etter en lykke som aldri kom? Ti historier om å

miste, og om tiden etterpå. Faglig bidrag ved Atle Dyregrov. *Gyldendal Norsk Forlag, 2008*



■ Ingunn Hagen og Thomas Wold | **Mediegenerasjonen Barn og unge i det nye medielandskapet** Undersøker korleis dei unge lever med nettsam-

funn, chatting, dataspel, SMS og TV. *Samlaget, 2009*

■ Katrine Zeuthen | **Kærlighed og overlevelse Barneseksualitet og seksuelle traumer** Presenterer en teori om hva det betyr for barnets utvikling at voksne lærer det å skjelve mellom indre og ytre virkelighet, behov og tilfredsstillelse, lyst og ulyst, frivillighet og tvang, og ikke minst mellom omsorg og overgrep. *Akademisk Forlag, 2009*