



Baby på vej – den allerførste tid som mor og far

Af Charlotte Clemmensen, psykolog
Politikens forlag, 2008
Vejl. pris 199 kr, 207 sider

At blive forældre medfører et jordskred af både fysiske, sansemæssige, emotionelle og psykiske omvæltninger, som vi ved, at de vordende forældre behøver forberedelse til. Denne bog lover at tage grundigt fat i denne forberedelse, og bogens undertitel rækker ud til både manden og kvinden. Som jordemødre prøver vi at være opmærksomme på mændenes behov, tilstedeværelse og deltagelse og alligevel hører vi med jævne mellemrum, at de kommende fædre føler sig overset - især i jordemoderkonsultationerne. Altså er der behov for brugbar rådgivning til begge forældre.

Til trods for at bogens titel lader til at ville favne de kommende forældre på lige fod, er den primært formuleret til kvinden og inkluderer dernæst manden. Når dét er sagt, skal det straks fremhæves, at bogen er særdeles velskrevet og byder på et væld af grundige oplysninger, eksempler og indsigt i både manden og kvindens særegne udvikling samt deres fælles proces under graviditet, fødsel og barsel.

Bogens første kapitel omhandler tiden før graviditeten og de mange umiddelbart uoverskuelige tanker. Graviditetsafsnittet er inddelt i fusions-, differentierings- og i separationsfasen, altså i de emotionelle trimestre og beskæftiger sig med den følelsesmæssige evaluering af livet indtil nu. (Jeg er formodentligt ikke den eneste konsultationsjordemoder, der oplever, at denne vinkel på tri-

mestrene må vige for risikoopsporing og effektivitet i dagligdagens tidspress?) Ligeledes fokuserer fødselskapitlet på fødselshistorien og den mentale forberedelse og ikke på fødselsfaser og smertelindringsmuligheder.

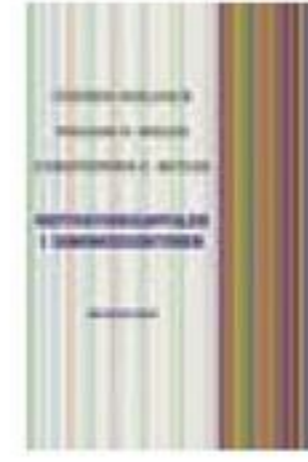
Alle tre afsnit er væsentlige bidrag til parrenes forståelse af rejsen mod forældreskabet.

Bogens allermost væsentlige del er Tiden Efter Fødslen. Vi ved, at frøet til mange skilsmisser plantes, mens første barn er spædt. Charlotte Clemmensens belysning af de emotionelle forandringer og prioriteringer er grundig, præcis og øjenåbnende. Parrets nødvendige dialoger hjælpes på vej med konkrete råd til samtaleemner. Disse samtaler kan forebygge og/eller afhjælpe fornemmelsen af pludseligt at stå uforstående overfor hinanden.

Eksempelvis er afsnittet Kærlighed og Intimitet (s. 139 ff) en fremragende beskrivelse af den emotionelle kerne i moderens kontakt til det spæde barn. Afsnittet er skrevet i du-form til kvinden, men er særdeles relevant for faderen. På den måde bliver bogen en brugbar makker for parrene, når de starter deres færd på forældreskabets glatte is.

Bogen er absolut læseværdig, og vi kan rask væk anbefale den til alle de gravide og nybagte forældre, vi møder i vort virke som jordemødre. Ved selv at læse bogen kan vi få et frisk pust til den del af vort kompetenceområde, der omhandler den psykosociale støtte af parrene. Altså kan bogen bruges af alle jordemødre uanset virkeområde.

Anmelder
Mette Bracken,
jordemoder.



Motivations samtalen i sundhedssektoren

Af Stephen Rollnick, William R. Miller & Christopher C. Butler
Hans Reitzels Forlag
253 sider, pris 298 kr.

Bogen handler om, hvordan man som sundhedsprofessionel kan anvende motivations samtalen i kontakten med patienter, der skal motiveres til ændring af livsstil fx ryggestop, motionsvaner, kostvaner og alkoholvaner mv. Den bygger på fire overordnede principper: Lad patienten sætte ord på argumenterne, forstå patientens motivation, lyt til patienten og styrk patientens handlekraft.

Bogen indledes med et afsnit, som fører læseren ind i principperne og evidensen bag motivations samtalen. Forfatterne tager læseren gennem de forskellige grundstene i motivations samtalen og bygger efterhånden såvel mere teori som praktiske eksempler ovenpå. Der veksles mellem beskrivelse af metoden og praktiske eksempler.

Bogen er nem at læse og forholde sig til, uanset om man som sundhedsprofessionel til tider kan føle sig en smule stødt. Jeg fik den tanke at 'sådan arbejder jeg jo allerede', men efterhånden, som jeg kom længere ind i bogen, kunne jeg se nuancerne og forskellene.

Med sine mange eksempler på hvordan man kan anvende motivations samtalen i sundhedssektoren, er bogen en god guide til et selvstudie, hvis man ønsker at udvikle sig indenfor dette felt.

Bogen er opdelt i 10 kapitler og

hvert kapitel indledes med en lille indføring i, hvad kapitlet vil indeholde og afsluttes med en konklusion om hvad kapitlet har indeholdt. Dette gør det nemt at anvende bogen som et opslagsværk, når man, efter have læst den, har behov for at opsummere igen.

Bogen henvender sig til alle, der arbejder med menneskers ændring af livsstil heriblandt jordemødre. Sædvanligvis er motivations samtalen aktuel, når jordemødre ser de gravide i konsultationen. Forfatterne hævder, at motivations samtalen ikke nødvendigvis vil tage længere tid end en typisk konsultation, som ofte er opbygget efter den styrende stil, hvor den sundhedsprofessionelle spørger og patienten svarer. Bogen er ment som en hjælp til at understøtte det, sundhedspersoner allerede gør og ikke til at ændre deres adfærd, hvilket jeg mener, den fuldt ud gør.

Anmelder
Pernille Lottrup
Udviklingskonsulent i
Jordemoderforeningen