



### **Født klog - ny viden, der vil ændre dit syn på børn**

Af Lena Dyhrberg

Siesta

144 sider illustreret, 199,95 kr.

'Født klog' er skrevet af sundhedsplejerske Lena Dyhrberg og er en bog om kommunikation mellem forældre og det lille barn. Med udgangspunkt i sin mangeårige erfaring som sundhedsplejerske guider Lena Dyhrberg læseren gennem forskellige aspekter af forholdet til og kommunikation med det lille nye barn. Intuition, gråd, kærlighed og nærvær og amning er nogle af de emner, som bliver behandlet. Målet med bogen er at øge respekten for det nyfødte og det lille barn ved at kommunikere med det med udgangspunkt i, at barnet har en medfødt evne til at kommunikere, forstå, føle og handle.

Bogen er letlæselig. Der er talrige cases fra forfatterens møde med familier, og disse bruges til at forklare og tydeliggøre bogens budskaber. Den er rettet mod forældre og kommende forældre, men også jordemødre, som arbejder med barselpatienter kan have glæde af at læse bogen. Den giver en naturlig respekt for det lille barn, en inddragelse af barnet i tanker, følelser og handlinger, som muligvis kan være med at knytte bånd mellem forældre og børn allerede i de første dage efter fødslen.

Anmelder

Marie Louise Madsen, jordemoder



### **Træk vejret.**

#### **Mere energi – mindre stress**

Af Stig Åvall Severinsen

Forlaget Gyldendal 2009

299 sider, pris 299,95 kr.

Spændende forfatter! Spændende emne! Tænk, at skrive en bog på 300 sider om at trække vejret!

Der er ingen tvivl om, at Stig Åvall Severinsen (SÅS) ved, hvad han taler om – både fordi han har forsket i emnet (cand.scient. i biologi og ph.d. i medicin) – og fordi han har eksperimenteret rigtig meget med egen krop i forbindelse med fridykning.

SÅS' budskab er, at vi skal tænke langt mere holistisk, når vi forebygger og behandler sygdomme, herunder stress, hjerte-kar-problemer, smerter og psykiske lidelser. Han mener, at en hensigtsmæssig vejrtækning er særdeles vigtig for såvel kroppens som sjælens velbefindende. Bogen tager udgangspunkt i asiatiske filosofier (især yoga) og underbygges af SÅS' viden om anatomi og fysiologi.

Den veksler mellem teoretiske forklaringer, eksempler fra egen og andres træning samt illustrerede øvelser.

Afsnittet om mental træning for gravide og smertelindring ved fødsler er meget relevant for jordemødre, og understreger vigtigheden af fødselsforberedelse med fx afspænding.

SÅS mener, at den vestlige verden oftest kun behandler symptomer på sygdomme og ikke søger problemernes kerne. Han nævner, at læger nogle steder i Asien har været aflønnet efter hvor mange patienter, de holdt raske.

Måske var det en ide...?

Anmelder

Inger S. Jensen, jordemoder



### **Velsignelsen**

Af Heidi Maria Faisst

Nordisk Film 2009

Pris: 169,95 (DVD)

I filmen Velsignelsen følger man et par i 30'erne, som får deres første barn.

Katrine og Andreas bliver 'velsignet' med en lille pige, og alt burde være lutter idyl. I stedet river fødslen op i Katrines anstrengte forhold til hendes egen dominerende moder, og hun har svært ved at føle noget for sin nyfødte datter. Det hele kulminerer, da Andreas få dage efter fødslen må rejse et

par dage til Amsterdam for at passe sit job. Katrine efterlades med datteren og kæmper for at få amningen til at fungere, samtidigt med at hun desperat forsøger at få moderens opmærksomhed og omsorg. Katrine udvikler en fødselsdepression og må i den forbindelse se til, at hendes moder giver barnebarnet den kærlighed, som hun tydeligvis altid selv har manglet.

Der er en klar distance imellem Katrine og hendes nærmeste, og samtalerne er under hele filmen kunstige og formelle. Ingen ser tilsyneladende Katrines behov for hjælp, og selv sundhedsplejersken fremstilles uden empati og forståelse for Katrines situation.

anmeldelser