

Tina Lauritsen, der er psykoterapeut og samtalerapeut med base i Århus, har i år udgivet to bøger, FANTOM og AFRUND, om henholdsvis kropsliggjort sorg og angst. Bøgerne er en del af serien *"Bøger at gribe med"*. De kan læses selvstændigt, men jeg har tandemlæst de to eksemplarer, og min anmeldelse er derfor delvist fælles for begge bøger og delvist for bøgerne hver især.

Begge bøger er skrevet med den personlige fortælling som ramme og med en rød tråd gennem teksterne. Det gør bøgerne inviterende og tilgængelige, og Tina Lauritsen formår at få de personlige fortællinger til at føles som en dialog med læseren. Bøgerne bliver dermed medrivende at læse, og den personlige vinkling gør bøgerne og Tina Lauritsen nærværende uden at blive anekdotiske.

Bøgerne er filosofierende, undersøgende og går fænomenologisk til værks. De inddrager både psykologiske og filosofiske teoretikere, forfatterens egen praksis og livserfaring, kunst og radioprogrammer til perspektivering og eksemplificering. Man får meget stof til eftertanke, og selv om de kan læses hurtigt, kan det anbefales at læse dem langsomt og genbesøge de forskellige afsnit.

Fra hver sit perspektiv kredser FANTOM og AFRUND om det at miste, at blive konfronteret med en afgrund i konkret og eksistentiel forstand og at få sat sin selvforståelse i spil af hændelser uden for ens kontrol.

I bogen *FANTOM om krop og tab* behandler Tina Lauritsen fænomenet *tab*. Udgangspunktet for undersøgelsen er Tina Lauritsens egne erfaringer med tab som et klart og tydeligt kropsligt fænomen, hvilket har ansporet denne tekst, om hvad *"der sker i kroppen, når vi mister et nært menneske eller livsperspektiv"*. Tina Lauritsen går til opgaven med tre teoretikere ved hånden. Hun tager fat i Merleau-Pontys kropsfænomenologi, Sterns forståelse af dynamiske vitalitetsformer og Deleuzes tanker om identiteter og landskaber af forskelle. Bogen kan derfor også bruges som en introduktion til disse tre tænkeres begrebsverden.

I FANTOM forsøger Tina Lauritsen at beskrive og nærme sig baggrunden for de kropslige fornemmelser og oplevelser, man kan have, når man bliver udsat for et stort tab. Den behandler tomhedsfølelser og fornemmelser af mistet eller forandret identitet, erkendelsen af andres iboende betydning for en selv i kraft af deres fravær og ikke mindst de forbundne oplevelser af frisættelse og tab af det velkendte i forbindelse med bearbejdning af traumer.

I AFRUND om fænomenet *angst*, kommer Tina Lauritsen rundt om angstens væsen. Hun behandler angst som den hjemløse frygt og som et fænomen, der kendetegnes ved meningsfravær og afmagtsfølelse. Udgangspunktet for undersøgelsen er, ideen om at angst altid har en grund, også selvom grunden(e) kan ligge langt tilbage i tiden eller være svære umiddelbart at få øje på. Tina Lauritsen beskæftiger sig med kompleksiteten af angst og forstår den som, noget der opstår og udvikler sig i et labyrintisk samspil mellem personen i verden og livshændelser, som de udfolder sig.

I AFRUND spiller kroppen, kropsoplevelser og kroppens forbundethed med bevidstheden også en stor rolle i bestræbelserne på at forstå angstens væsen. Og angsten behandles i sin kompleksitet, med blik for hvad der kan være med til at opløse angsten, og hvordan man kan begribe den, ud fra et narrativt perspektiv.

Begge bøger henvender sig til både professionelle og private, men for begges vedkommende giver de nok bedst mening at læse, hvis man har lidt erfaring med akademiske tekster. Det er altså ikke en bogserie, jeg ville anbefale til en hvilken som helst klient. Når det er sagt, vil jeg i øvrigt anbefale de to bøger til både studerende og færdiguddannede psykologer og alle andre, der interesserer sig for eller beskæftiger sig med angst, sorg, meningstab, identitetskriser og traumer. De er gode tankervækkere og et godt udgangspunkt for både faglig og personlig samtale, om de emner der berøres.

Af Anne Marie Janus Jensen, psykolog