

Sundhedspsykologi

– en introduktion

Konklusionen er 'en varm anbefaling', selv om anmelderen i den seneste brede fremstilling af det sundhedspsykologiske område netop savner – bredde.

Thomas Nielsen har skrevet en fin introduktionsbog om sundhedspsykologi, som den fremtræder i international, det vil sige USA-orienteret *health psychology* med dens metapsykologiske (modernitets-)optik: det empiriske-evidensbaserede grundlag med rødderne i den rati-

onelle kognitiv adfærds- og indlæringspsykologi.

Det er en faktamættet bog, der afdækker tidens forståelse af samspilsdynamikker i forhold til positionen "somatisk syg" – fanget mellem en biokemisk-neurologisk malfungerende krop, reaktionsdannelserne i og udformning af det psykiske apparat (den indre vej), adfærdsformer af konstruktiv eller destruktiv art sat i forhold til de sociale rammer – der indimellem udfoldes til også at inkludere samfunds- og kulturelle forhold (den ydre vej).

Projektet realiseres ved at gennemgå en imponerede del af den lagrede viden om vigtige sundhedspsykologiske temafelter som: "broer mellem krop og mind", (immunforsvaret/det hormonale system), placeboeffekt, person-

lighedsudformning (type A og C)/ indlært hjælpeløshed, stress/coping, komplians, sygerolle, sundheds-/risikoadfærd, social netværksstøtte og ledsagesymptomer som angst og depression.

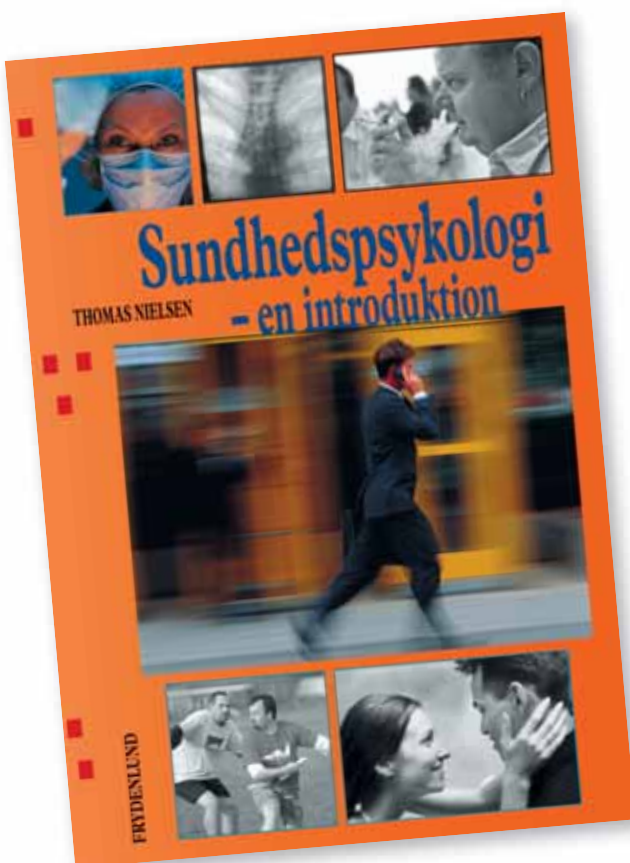
Disse temaer behandles i forhold til centrale sygdomskategorier som hjerte/kar, kræft, diabetes, hiv/aids, og det sundhedspsykologiske domæne placeres udmærket ind i det medicinske behandlingssystem.

Pointer i teksten illustreres og dokumenteres fint ved gennemgang af udvalgte sundhedspsykologiske nøgleundersøgelser.

Sort og hvidt

I bogen forekommer der enkelte uevidensbaserede "lapsus", hvor der næsten udtrykkes foragt over for folk (50 % af befolkningen), der er så tåbelige at anvende alternativ behandling. Og 100 års psykoanalyse affejes med en let håndbevægelse som "spekulativ psykologi" – selv om forfatterens forsøg på at erstatte Freuds angstforståelse med en evolutions-/dyreforsøgsafledt angstteori ikke virker helt vellykket.

Psykoterapi fremstilles stort set udelukkende som lig med manualbaseret kognitiv adfærdsterapi – ud over en kort omtale af interpersonel (postmoderne) terapi. Humanistiske vækstte-



rapier, eksistentiel og psykodynamisk terapi samt hele det voksende systemiske, diskursive, narrativt orienterede terapeutiske felt (positiv psykologi) medtages ikke. Fremstillingsbilledet er korrekt i forhold til den internationale *health psychology*, men det har meget lidt at gøre med de konkrete hjælpetilbud, som danske sygdomsramte mødes med.

Bogen er ikke forsynet med referencestruktur i teksten og kun med en kort litteraturliste. Det er en skam, da det reducerer anvendeligheden i forhold til de mange studerende på sundhedsområdet, som nok er den mest oplagte målgruppe.

Bogen er rigt illustreret med relevante billeder i sort og hvidt, hvilket dog giver værket et lidt gammeldags skær i forhold til en læsergruppe, der aldrig har oplevet at måtte se sort-hvidt fjernsyn. Hvis den genoptrykkes, burde forlaget overveje at poppe den op med farvebilleder, der svarer til en postmoderne netsurferkultur.

Bogen burde også indledningsvis som en introduktionsbog til sundhedspsyko-

logien have præciseret, at dens projekt er at formidle viden om den evidensbaserede-kognitivt orienterede skole-dannelse, men at der eksisterer en meget bredere opfattelse af, hvad det voksende sundhedspsykologiske domæne rummer.

- - -

Når disse forbehold er taget, kan "Sundhedspsykologi – en introduktion" varmt anbefales som en nutidig, samlet bog på dansk om sundhedspsykologiske problemstillinger. Bogen

Bogdata:

Thomas Nielsen: "Sundhedspsykologi – en introduktion". København: Frydenlund, 2006. 173 sider. 199 kr.

supplerer fint de mere bredspektrede sundhedspsykologiske redigeringer, som er udkommet de sidste par år: Fris-Hasché E., Elsass P. & Nielsen, T. "Klinisk Sundhedspsykologi" (2004) samt Zachariae B. & Mehlsen M.Y. "Kræftens Psykologi" (2004).

Niels Peter Agger