

## Øverst i bunken

Vi har spurt Trine Anstorp ved Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging Region Øst om litteratur og lesevaner.



### Hva ligger øverst i bunken av faglitteratur akkurat nå?

- Det er Pat Ogdens bok *Trauma and the Body. A sensorimotor approach to psychotherapy*. I traumearbeid er kroppen helt sentral. Kroppen forteller oss mye gjennom symptomer og reaksjoner, og vil ofte være et viktig utgangspunkt i terapi. Minnene sitter i kroppen, sier vi jo.

### Hva leser du mest, artikler eller bøker?

- Det glir ofte over i hverandre. Jeg kan bli fanget av boktitler, men leser ikke nødvendigvis bøkene fra perm til perm. Ofte er jeg på jakt etter noe matnyttig, enten det er ny forståelse eller gode metoder. Jeg liker praktisk faglitteratur som beskriver fremgangsmåter: Hvordan gjør vi det? Hvordan sier vi det? Men forutsetningen for at slike fagbøker er nyttige, er jo en grunnleggende god faglig forståelse.

### Abonnerer du på noe tidsskrift?

- Ikke annet enn *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*. Ellers orienterer jeg meg i fagtidsskriftene på jobben.

### Er det noe du kaster deg over så snart det kommer inn døra?

- Bladet *Psykisk helse* setter jeg stor pris på. Det har gode intervjuer med fagfolk og brukere. I en ledig stil får vi inntrykk fra «det levde livet». Her kan jeg for eksempel finne intervju med en som har strevd med angst, og som forteller om hvordan det var, og hva som var til hjelp. Meningsfull og håpefull lesning. Jeg slår også opp på fagpanelsidene for å se hva folk spør om og lurer på.

## Er det en fagbok du savner på norsk?

- Ikke for egen del, jeg leser gjerne faglitteratur på engelsk. Men jeg ser behovet for god faglitteratur på norsk, og det var bakgrunnen for at jeg sammen med Kirsten Benum og Marianne Jakobsen utga boken *Dissosiasjon og relasjonstraumer. Integrering av det splittede jeg* i 2006. Det var første norske fagbok om temaet.

## Hva leser du av skjønnlitteratur?

- Ofte velger jeg bøker som har fått god omtale i avisene, men det er ikke alltid disse engasjerer meg så mye som jeg forventet. Jeg liker stort anlagte verker, som brede skildringer av typen slektsromaner hvor personene beskrives i en større sammenheng. Falkbergets bøker om *An-Magritt* var en lykke å lese. Erik Fosnes *Hansens Beretninger om beskyttelse* fascinerte meg. Av nyere litteratur vil jeg trekke frem Stieg Larssons bøker.

## Hva med poesi?

- Jeg har alltid likt å lese dikt, og er glad i forfattere som Karin Boye, Tor Jonsson og Olav H. Hauge. Men når du spør, kommer jeg på en episode fra noen år tilbake. Jeg ledet et kurs sammen med en psykologkollega. I innlegget sitt ga han råd om å ikke sitte for mye for seg selv, men løfte blikket, leve hele livet og prøve det ut i fri flyt. Det traff meg litt. Jeg så meg selv utenfra der jeg satt fordypet i denne temmelig tungsindige lyrikken.

## Boka du aldri vil glemme?

- Jeg kunne trukket frem flere bøker som har vært viktige for meg, men jeg husker en spesiell leseropplevelse. I 8 - 10-årsalderene var jeg en skikkelig lesehest, og vendte stadig tilbake til en bestemt rad i bokhylla hjemme: serien om familien på Jalna. Forfatteren de la Roche fulgte familien gjennom flere generasjoner, og jeg husker en særlig glede over at det var så mange bøker i serien - det varte liksom så lenge. Handlingen der hadde kjernehistorier som jeg også fant i Gyldendals GGP-serie (Gyldendals gode pikebøker): Rik pike møter fattig gutt, eller nyfødt barn blir forbyttet og vokser opp i feil familie.

## Du kan velge en bok til vinterferien. Hva blir det?

- Da leser jeg Pat Ogdens bok *Trauma and the Body* som jeg nevnte innledningsvis. Jeg lar meg gjerne begeistre av god og løsningsfokusert faglitteratur - også i ferien!

Nina Strand