

Ferskvare

PUBLISERT 5. august 2015

a

Hva er god traumebehandling?



Vi ser på arbeidet med traumatiserte personer på en litt annen måte i dag enn for bare få år siden. Moderne traumebehandling har søkelys på å regulere og roe nervesystemet, trene på å være til stede i nuet, arbeide med å integrere følelser, og å arbeide med de mestringsstrategier personen allerede har utviklet. Med denne boken ønsker Anstorp og Benum (red.) å vise hva som er god traumebehandling. *Traumebehandling* retter seg spesielt mot behandling av mennesker med komplekse traumelidelser og dissosiasjon. Boken er en videreføring av *Dissosiasjon og relasjonstraumer* (Anstorp, Benum & Jakobsen, 2006).

Påkledd i dusjen



Norske ungdommer dusjer ikke lenger etter gymmen. Eller så dusjer de med undertøy på. De vil ikke vise seg nakne foran venner eller medelever. Hva har skjedd siden vi vokste opp? *Påkledde i dusjen* gjengir Wenche Bjørnebekk samtaler med ungdom om kropp, kroppspress og idealer. Hun spør: Hvordan ser ungdom på egen og andres kropp? Hva betyr andres blikk? Hvilke idealer higer de etter, og hva er egentlig naturlig? Hvilken funksjon har pornoen fått i ungdomskulturen? Bidrar foreldre til å dempe eller øke kroppspresset? Sammen med den rådende forskningen på feltet forsøker hun å finne svar på hvorfor vi ser ut til å bli mer bluferdige, og hvordan det er mulig å motvirke konsekvensene av kroppspresset.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 52, nummer 8, 2015, side 711