



Kroppslige ressurser og potensial for endring

Berit Heir Bunkan:

Kropp, respirasjon og kroppsbilde

Gyldendal akademisk 2008 (4. utgave, revidert)

ISBN 9788205351844

452 sider

Pris: kr 495

Berit Heir Bunkans bøker om kroppen som uadskillelig fra menneskets ytre og indre liv er sentrale bidrag til Norsk psykomotorisk tradisjon og til fagfeltet fysioterapi innen psykisk helse. Dette er den fjerde utgaven av boken om hvordan kroppsholdning, pust, bevegelser og autonome funksjoner avspeiler det levde liv. Bøkene har vært og er av stor betydning for fysioterapeuter med videreutdanning innen fagfeltet generelt og spesielt Norsk psykomotorisk fysioterapi. De ulike utgavene reflekterer fagutviklingen.

Fysioterapeut og psykolog Bunkan begynte tidlig arbeidet med å systematisere og beskrive undersøkelse og behandling innen psykosomatisk og psykiatrisk fysioterapi. Hun har gjennom flere tiår arbeidet for å fremme kunnskapen om samspillet kropp og sjel. Hun har drevet kontinuerlig kompetanseutvikling selv, undervist studenter, fysioterapeuter og annet helsepersonell, og hun har vist vei ved å drive forskning på området.

Kropp, respirasjon og kroppsbilde omhandler teori om forholdet mellom kroppen og personens indre og ytre livssituasjon. I tillegg beskriver den undersøkelsesmetoder, gir retningslinjer for behandling og beskriver metoder for omstilling av kroppsforsvaret og sykdomsfremkallende faktorer i kroppen. Den er inntil svært mange temaer som spenner over et stort fagfelt hvor Norsk psykomotorisk fysioterapi er hovedtema.

Boken egner seg likevel generelt for alle som har kropp og sykdom som arbeidsfelt. Den er systematisk oppbygget, hvilket gjør det lett å finne dokumentasjon og konkrete svar på spørsmål. Boken dekker også kunnskapsområdene for fysioterapeuter som videreutdanner seg innen psykomotorisk fysioterapi. I tillegg kan den brukes sammen med pasienter som søker en forklaring på sammenhenger i kroppen og på forhold i behandlingen. Det nye stoffet i denne utgaven omhandler særlig relevant forskning. Dermed er den nye boken viktig for alle som skal oppdatere sin kunnskap på området.

Fordi den spenner så bredt, er det innlysende at den ikke går i dybden på mange av temaene. De smakebitene som gis utover Norsk psykomotorisk fysioterapi er likevel forfriskende. For eksempel gjelder det filosofiske diskusjoner om forholdet kropp og sjel, teorier som grunnlag for kroppsbehandling og gjennomgangen av ulike behandlingsmetoder.

Uansett er hovedtema Norsk psykomotorisk fysioterapi, som fornuftig er vevd helhetlig i seg selv og tett inntil omgrensende behandlingsmetoder. Boken *må* finnes hos alle som arbeider med hovedtema og den anbefales for alle fysioterapeuter som arbeider med kropp og sykdom.

Elin Engeseth

spesialist i psykiatrisk og psykosomatisk fysioterapi MNFF