
Mentalisering og spiseforstyrrelser

ANMELDELSER

ØYVIND RØ

Professor, Universitet i Oslo

Overlege, Regional seksjon spiseforstyrrelser, Oslo universitetssykehus



Finn Skårderud, Bente Sommerfeldt, Paul Robinson

Sult

Mentaliseringsbaserte tilnærminger til spiseforstyrrelser. 267 s, ill. Oslo:
Gyldendal, 2020. Pris NOK 449

ISBN 978-82-05-41035-0

Boken *Sult. Mentaliseringsbaserte tilnærminger til spiseforstyrrelser* ble først utgitt på engelsk og er nå kommet i en norsk utgave. De to norske forfatterne har vært foregangspersoner i å utvikle mentaliseringsbasert terapi for personer med spiseforstyrrelser, og boken henvender seg til fagpersoner som behandler disse pasientene. Som forfatterne skriver, er boken ikke bare en typisk terapimanual, men også en innføring i begrepet mentalisering og hvordan denne tilnærmingen brukes i behandlingen av spiseforstyrrelser.

Boken består av 14 kapitler. Første del av boken beskriver den teoretiske bakgrunnen for tilnærmingen, eksemplifisert ved spiseforstyrrelser. Siste del av boken gir en mer konkret oversikt over behandlingen og veiledningen etter denne modellen. Boka avsluttes med et kapittel som setter spiseforstyrrelser inn i en kulturell kontekst.

Det er viktig at det skrives fagbøker med formål å bedre behandlingen av spiseforstyrrelser. Behandlingsresultatene er ikke gode nok, særlig for de med langvarige spiseforstyrrelser. Mye av holdningene og behandlingselementene som beskrives i boken er gjenkjennelige fra andre bøker og behandlingsveiledere om spiseforstyrrelser. I denne boken settes de inn i en mentaliseringsbasert forståelse. Mange av eksemplene er om pasienter med anorexia nervosa og i mindre grad pasienter med overspisingsepisoder med eventuell overvekt. En uerfaren behandler vil nok savne mer konkrete beskrivelser om hvilke pasienter som skal tilbys denne behandling, varighet av behandlingen og hvordan vekt og spisemønster skal følges opp.

En strukturert mentaliseringsbasert behandling ved spiseforstyrrelser er en ganske kompleks behandlingsmodell. Om denne tilnærmingen vil få en etablert plass i feltet, vil være avhengig av om den er gjennomførbar i en klinisk hverdag og hvilke resultater den gir.

Boken vektlegger «dobbeltspoet», altså tanken om at behandling av spiseforstyrrelser må forholde seg til både «kropp og sinn» og at endring tar tid. Dette er de fleste enige i, men det er likevel en viktig påminnelse. Alt i alt er dette en bok primært for fagpersoner som vil ha kunnskap om en mentaliseringsbasert forståelse av spiseforstyrrelser. Den kan også inspirere til en undrende holdning i møte med pasienter med spiseforstyrrelser og til å videreutvikle behandlingstilbudet.

Anmelder har kjennskap til begge forfattere gjennom henholdsvis tidligere kortvarig veiledningsrelasjon og tidligere felles arbeidsplass.

Publisert: 11. januar 2021. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.20.0807
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 17. februar 2026.