

som konsekvens, at systemet leverer et resultat (dysfunktion), det ikke evolutionært er udviklet til. Det er denne forståelse, der muliggør, at vi for første gang kan se, hvordan en stressdiagnostisk kan etableres.

Når man beskæftiger sig med stress i klinisk sammenhæng, er diagnostikken helt afgørende. Uden en præcis diagnostik må man forlede sig på simple behandlingsmodeller, der er ganske utilstrækkelige i behandlingsmæssigt øjemed. Men på forebyggelsessiden er præcis og nøjagtig diagnostik en anledning til at forstå hvilke påvirkningsforhold, der er medvirkende til såvel generelle stresstilstande som de mere specifikke efterfølgende stressyndromer.

Bogens helt enestående force er, at den formår på en klar og præcis måde at komme omkring stort set alle væsentlige forskningsresultater indenfor den moderne biologiske og evolutionsteoretiske og forskning i stress.

Den åbner for udviklingen af såvel biologisk som psykologisk forståelse og diagnostik. Derfor lægger den også op til en mere målrettet forebyggelsesindsats end tidligere set.

For at få det fulde udbytte af bogen, bør man først læse dens sidste del: "Stress fra et molekylært og cellulært perspektiv". Det er bestemt ikke nogen let læsning. Men når man har forstået budskabet, er resten af bogen forholdsvis nem at gå til.

Da jeg læste bogen, forventede jeg at se klassisk svensk stressforskning repræsenteret i betydligt – og det skal forstås rigeligt – omfang. Imidlertid er der ganske få artikler, der tager sit afsæt i den tradition. Og med al ære og respekt – det er en fordel. I stedet får man artikler, der klart og præcist opsummerer og perspektiverer 'state of the art' indenfor den moderne ganske tværfaglige forskning i stress.

Det var glædeligt at opleve, at stort set alt, hvad jeg selv opfatter som væsentlig forskning, bliver diskuteret i bogen. Jeg savnede enkelte væsentlige forskningsresultater, der handler om, hvordan stress påvirker vores beslutningstænkning, men ret beset ligger disse spørgsmål uden

for bogens egentlige ærinde. Jeg kunne også have ønsket mig, at det diagnostiske perspektiv var placeret mere centralt, men det ville have krævet en udarbejdelse af en mere samlet vurdering af de meget forskellige spørgsmål, der behandles i bogen.

Der er et behov for en sådan diskussion og vurdering. Behandling og forebyggelse af stress forudsætter en bred tværfaglig, diagnostisk og forebyggelsesorienteret forståelse. Indtil en sådan foreligger, vil denne bog i meget høj grad kunne kvalificere diskussionen om stress i det vidensbaserede og globaliserede samfund. Og det er der et brændende behov for.

Jeg har en og kun en kritik af bogen. Af grunde jeg ikke kan forestille mig, har man udeladt det traditionelle noteapparat. Man kan rekonstruere de kildehenvisninger, der optræder i bogen, men det er et unødvendigt omfattende og vanskeligt arbejde.

Anmeldt af **Einar B. Baldursson**, lektor i arbejdspsykologi ved Institut for Kommunikation, Aalborg Universitet
E-mail: gbb_cakk@post1.tele.dk

Nadja U. Prætorius:

Stress – det moderne traume.

Dansk Psykologisk forlag. 2007. 240 s.
ISBN 978-87-7706-199-8

Stress – det moderne traume udfordrer den gældende politiske diskurs, der ser borgeren i et arbejdskraftperspektiv fra skole- til pensionsalder, og reducerer stress til et individuelt problem. Bogen er et opgør med vækstsamfundets ideologi, der skaber dysfunktionelle medarbejdere og truer deres helbred. Markedsgørelse, målstyring og en forenklet forståelse af stress får en lige højre af Nadja Prætorius. Hun er klinisk psykolog med stor erfaring i behandling af mennesker, der lider af arbejdsrelateret stress eller traume.

Det er en vigtig bog om arbejdsrelateret traumatisering. Og hov, handler bogen om stress eller om traumer? Ja, forfatterens pointe er, at stress på arbejdsmarkedet har en særlig karakter, som må og skal have sine egne differentialdiagnoser. Bogen tager afsæt i kliniske forhold, idet forfatteren har fået mange henvist til behandling på grund af stress. Klienterne havde udviklet samme symptomer som mennesker, der har været udsat for overgreb eller andre traumatiske hændelser. I reglen havde klienterne været undersøgt for alle mulige somatiske lidelser som black-outs, hovedpine, træthed, koncentrationsbesvær eller mavesmerter, uden at der var noget galt. Lægerne stod også på bar bund. Værst var det, at den traumatiserede heller ikke selv forstod, hvordan det var kommet så vidt. Nadja Prætorius beskriver i en casegennemgang denne manglede selvindsigt. *“Mens hun beredvilligt fortalte mig om alle sine forfærdelige symptomer, var det, som om de ikke rigtigt gjorde indtryk på hende selv.”* Den traumatiserede holder sammen på sig selv ved ikke at kunne indse, hvor galt det er fat.

Strømmen af klienter satte gang i Nadja Prætorius' arbejde med at finde bedre diagnoser end posttraumatisk stress, stress eller udbrændthed. Disse diagnoser dækker nemlig ikke tilstandene. Posttraumatisk stress er i reglen en forkert diagnose, da der ikke har været en udefrakommende livstruende begivenhed. Stress og udbrændthed er for upræcise og brede som anvendelige diagnoser.

Forfatteren foreslår, at man opdeler *arbejdsrelateret traumatisering* i tre forskellige underdiagnoser: *arbejdsrelateret akut stress*, *arbejdsrelateret traumatisk stress-syndrom* og *arbejdsrelateret ydrestyret dehumanisering*. De tre tilstande skal behandles forskelligt, og Nadja Prætorius er således meget uenig i, at det altid gælder om at komme tilbage til arbejdspladsen så hurtigt som muligt. Hun redegør for, hvornår det re-traumatiserer, og dermed er kontraindiceret at sende den sygemeldte tilbage, om det så blot er for at deltage i en sygefraværssamtale.

Arbejdsbetingede stressbelastninger er rædselsfulde for alle berørte. Nadja Prætorius analyserer, hvordan det personlige er politisk: Den enkeltes sammenbrud og sygemelding på grund af stress er en politisk sag. Som enkeltpersoner kan man måske lære at håndtere sammenbrud på grund af akut stress. Ingen har dog skyggen af en chance for selv at løse de problemer, der er skabt af politiske forhold og vedligeholdes af utilstrækkelige ressourcer, dårlig ledelse, uforenelige krav, mobning mv. Bogen slår fast, at det er arbejdsvilkårene, der nedslider og traumatiserer, og ikke den enkelte, der er svag. Løsningen på et kollektivt problem er ikke mere terapi eller flere stresscoaches!

Når det moderne arbejdsliv eroderer den enkeltes personlighed, skyldes det, at der stilles krav til den enkelte om at præstere under umulige vilkår. Det bliver svært at opleve mening, sammenhæng og at føle sig værdifuld. Der bliver stadig mindre rum og tid til at reflektere i en presset og overvåget arbejdsdag. Når man bliver frarøvet sine muligheder for at udfolde refleksionsevnen, rammer det den enkelte hårdt, fordi forudsætningen for at fungere godt som mennesker er netop, at vi kan gøre brug af disse evner.

Mange sektorer er i dag underlagt politisk kontrol og målstyring i en grum kombination med nedskæringer, forandringer samt øgede krav til selvrapportering og selvevaluerer. Når det hele pakkes ind i individualiserende management-newspeak, traumatiserer det yderligere, fordi den enkelte berøves meningen med arbejdet: *“Vi fik at vide, at det ikke længere hedder at gå på arbejde og at have et arbejde, men at det fremover hedder, at vi møder op til nye udfordringer.”*

I afsnittet om behandlingsmetoder skriver forfatteren om, hvor lang tid rehabiliteringen tager. Det er således et langsommeligt arbejde at genoprette den neurobiologiske balance. Her anvender hun metoder som meditation og træning i proprioception dvs. træning i at mærke sig selv. Disse teknikker normaliserer nervesystemet, der hos den stresstraumatiserede er i kronisk alarmberedskab. *“Tabet af sansningen og opfattel-*

sen af sig selv som organisk og rytmisk udfoldelse af liv er sandsynligvis medvirkende til oplevelsen af en form for indre hjemløshed og fremmedhed i forhold til os selv." Forfatteren mener, at tabet skete med overgangen til industrisamfundet, og at vi bliver præget af "... den opskruede hastighed, hvorved den computerstyrede produktion og produktionsudvikling foregår i dag". I betragtning af den vægt forfatteren lægger på at inddrage krop og evnen til at monotaske i sin stressrehabilitering, overser hun i denne argumentation, at alle fjernmedier som pc og tv, engagerer via de visuelle og auditive sanser, eksterceptionen. Man glemmer tid og sted og overhører enhver protest fra kroppens proprioception. Dette teknisk-biologiske samspil skal inddrages i analysen af kravene til den enkelte arbejdstager. I rehabilitering og forebyggelse af stress spiller evnen til at kunne sanse kroppen, altså kropsbevidstheden, en afgørende rolle.

Det er befriende at læse en samfundskritisk fagbog om stress, der er fyldt med engagement på de traumatiseredes vegne. Dejligt at forfatteren sætter arbejdslivet ind i en politisk og samfundsmæssig ramme og sammenhæng. Det ser ud til at de sygemeldte og de invaliderede stemmer med fødderne. Jeg kan godt forstå dem! Og jeg ville ønske, at alle politikere ville læse bare den første case i bogen.

Anmeldt af **Ea Suzanne Akasha**, afspændingspædagog, ergonomisk konsulent og forfatter. Formand Danske Afspændingspædagoger. e-mail: esa@dap.dk

Chris Provis:

Ethics and Organisational Politics

Edward Elgar Publishing Ltd. 2004, 288 s.

ISBN 1843767848

I denne bog undersøger den australske lektor Provis, hvordan vores adfærd i organisationer kan reflekteres etisk. Det gør han, for at vi kan blive mere opmærksomme på forskellige moral-

ske dilemmaer som det almindelig politiserende organisations- og virksomhedsliv er fuld af. Etik/moral handler ikke kun om, at virksomheder har grønne, sociale, etiske eller andre former for progressive, brandmæssige eller politisk korrekte regnskaber. Andre former for moralske spørgsmål er også involveret, når vi handler indenfor arbejdspladsens rammer.

Organisationslivets politiske karakter kommer blandt andet til udtryk, når vi taler om, at man kan indynde sig hos chefen eller andre magtfulde personer i organisationen, og når vi tænker på at skabe alliancer og søger at påvirke dagsordenen før den præsenteres på mødet. Ifølge Provis er sådanne former for politiserende praksis ikke per definition uetiske. Men nogle gange kan sådanne eksempler på politisk handling give anledning til løftede etiske panderynker. At søge at overbevise andre kan være helt okay men problematisk, hvis man styrer andres informationsgrundlag sådan, at de kun kan opnå en meget begrænset opfattelse af, hvad sagen drejer sig om. For så får de ikke en reel chance for at se den aktuelle sag realistisk.

Organisationers politiske karakter stiller vigtige teoretiske og praktiske spørgsmål om hvilke loyalitetsforpligtelse man har til henholdsvis organisation, kollega og venner. Er det eksempelvis i orden at sætte hensynet til en ven højere end organisationens erklærede mål om at ansætte den fagligt bedste, hvis man nu kan 'hjælpe' en kvalificeret ven ind i firmaet? Et andet moralsk spørgsmål er hvor ærlig bør den enkelte være med det hun siger og de indtryk hun giver til andre i organisationen? Forfatterens mål er at analysere sådanne spørgsmål og vise, hvordan forskellige etiske værdier kan bringes i anvendelse, når vi overvejer sådanne moralske spørgsmål. Provis analyserer den komplekse problemstilling, som består i, hvordan vi kan respektere andre og os selv som autonome beslutningstager samtidig med at vi påvirkes af mere eller mindre dubiose former for indflydelse. Man kan for eksempel spørge sig, hvad det betyder for den kritiske selvstændighed med henblik på en analyse