



Bokredaktör: Gun Berfelt Tel: 08-790 34 80

Mänskligt dilemma som fått sjukdomsstatus

Christina Maslach och Michael P Leiter. **Sanningen om utbrändhet. Hur jobbet förorsakar personlig stress och vad man kan göra åt det.** 234 sidor. Stockholm: Natur och Kultur, 1999, ISBN 91-27-07115-4

Recensent: Olle Hellström, distriktsläkare, Vansbro.



Natur och Kultur gav 1985 ut boken »Utbrändhet», som Christina Maslach publicerade i Amerika 1982. Anslaget i den boken är några citat av en socialarbetare, en lärare och en sjuksköterska. För att beskriva känslan av att vara utbrända använder de alla snarlika metaforer, en kastrull på en het platta som kokar torr och är nära att spricka, ett batteri som laddas ur av jobbiga elever och en elektrisk ledning som blir överspänd (får ta emot för mycket känslor). Dessa metaforer och många andra, t ex »gå in i väggen» och »klappa ihop» har kommit att präglade internationella rörelse som uppstått kring berättelsen om utbrändhet.

Nu har »Sanningen om utbrändhet» skrivits, med underrubriken: »Hur jobbet förorsakar personlig stress och vad man kan göra åt det». Först diskuterar författarna i fyra kapitel den nuvarande utbrändhetskrisen, hur den känns, vad som förorsakar den och varför man måste göra något åt den. De anger lösningar i påföljande tre kapitel, ett om krisbearbetning för att hejda utbrändhet, ett annat om hur man kan förebygga krisen och skapa engagemang samt ett tredje om att främja mänskliga värden. I ett efterord beskriver författarna en bättre framtid. I baksidestexten kan vi läsa att boken avslöjar den vanliga myten att det är den anställde som lider av utbrändhet och som själv är orsaken till sin trötthet, ilska och frustration. »Orsak» är ett centralt begrepp i boken.

Onyanserad syn

De idéer Maslach formade i sin bok i början på 1980-talet har givit rik skörd. Få forskare i utbrändhet kan i sina arbe-

ten gå förbi hennes. Hon och hennes medförfattare frågar sig nu vad krisen beror på och vad det kan vara som gör att utbrändhet har blivit ett så vanligt ord.

Med aldrig sviktande konsekvens driver författarna boken igenom tanken att arbetsmiljön på ett relativt oproblematiskt sätt orsakar det man kallar utbrändhet hos utsatta. Ingen tanke ägnas dock åt att utbrändhet kan ha blivit en epidemi då människor i svåra livssituationer söker ett namn som ger dem struktur på sin hotfullt kaotiska tillvaro och som legitimerar deras uppbrott inför dem själva. Man har fått en orsak till att man inte orkar med livet. Vi lever i en tekniskt dominerad kultur och i den är just orsak ett nyckelord. Vi måste ju kunna finna orsaken! Ett exempel: Det är dags att ge de mänskliga värdena högre prioritet i arbetslivet, menar författarna. Det är för dyrt att inte göra det. »Av såväl ekonomiska som mänskliga orsaker är det enda alternativet att bygga upp engagemang i arbetet.» Kanske skulle boken ha vunnit på att de språkliga nyanserna hade hanterats lite varsammare. Språk innehåller många ord med skilda betydelser. Vår syn på ting, språk, människor och annat betecknat får aldrig bli så oproblematisk och självklart mekanistisk att begreppen avsikt, syfte och skäl utmönstras och ersätts av orsaker, verkningar och förklaringar.

Genomtänkt bas för fenomenet

Boken är läsvärd bland annat därför att den är så tydlig i sin syn på utbrändhet. Genom att läsa den kan man få hjälp med att förstå grammatiken i

hur också många andra vaga begrepp med medicinsk anknytning har fötts, odlats, åldrats och somnat in: Ett allmänskligt dilemma ges ett namn, gärna ett som är så välfunnet bildmässigt att alla omedelbart förstår vad det betecknar. Namnet befruktar dilemman, och fenomenet föds. Under sådana förhållanden krävs inget teoretiskt fundament, och inga vetenskapsfilosofier behöver kopplas in när fenomenet ska studeras empiriskt. Alla vet vi väl vad utbrändhet är! Det finns ju mitt ibland oss! Så kan det lite obehagliga begreppet överansprängning, med konnotationen personlig svaghet, bli till utbrändhet, »burnout», ett vetenskapligt begrepp och ett tillstånd med sjukdomsstatus. Bland dessa nyspråkliga begrepp finner vi också kroniskt trötthetsyndrom, fibromyalgi, el-allergi och hysteri, vart och ett med sin tillfälliga grad av vitalitet någonstans i livscykel.

Metaforen utbrändhet ger den drabbade en tydlig förklaring utan krav på att kunna beskriva vad som hänt. Alla vet att vissa jobb är krävande och slit-samma. Den som inte orkar med kan känna sig som en av många i en internationell gemenskap. Han har ju engagerat sig så starkt att han bränt ut sig, utan hjälp, stöd eller förståelse!

»Som vi beskrev i kapitel I börjar engagemanget raderas ut då utbrändheten sätter in... Energi blir till utmattning, engagemang blir till cynism och effektivitet blir till otillräcklighet.» Så pragmatiskt enkel är författarnas bild av det som händer när en tidigare entusiastisk människa bryts ner på sitt arbete, och lika oproblematiskt löper texten. Författarna är naturligtvis inte omedvetna om att det går att se fenomenet utbrändhet också på annat sätt. Börjar nedbrytningsprocessen med människan eller med arbetet, undrar de. Mäktiga ekonomiska, politiska och kulturella krafter påverkar arbetsplatsen och skapar en atmosfär som mer än någonsin främjar utbrändhet, menar de.

När jag läser boken saknar jag intensivt en genomtänkt bas för essensen i fenomenet utbrändhet, en bas som är förenlig med människan som meningssökande varelse, som kan använda också sin kropp och kanske till och med skapa sjukdom, när tillvaron blir alltför kaotisk. Innan forskare gör så kvantitativt omfattande empiriska studier med människor som författarna uppenbarligen har gjort, skulle det ha suttit fint med ett försök att på ett grundligare sätt ta reda på mer om fenomenet utbrändhetsvä-



sen. Alla vet vi väl vad »sjukdomen» hypertension är innan vi gör empiriska studier, eller?

Värdefull bok med klar struktur

Sammanfattningsvis är boken värdefull, i alla fall för dem som delar författarnas syn på fenomenet utbrändhet. Då vet man redan att något skapar stress i miljön på olika arbetsplatser och orsakar att människor blir utbrända. Med den grundföreställningen om fenomenet utbrändhet kan bokens klara struktur uppskattas. Alla goda och välformulerade råd till både arbetsgivare och anställda för hur utbrändhet kan undvikas och hur tillståndet kan avhjälpas när människor redan drabbats kan säkert ge många läsare värdefulla tips och inspirera till fler studier med Maslachs hållning som praktisk empirisk grund. •

Steriliseringarna Läkarnas roll?

Maciej Zaremba. **De rena och de andra. Om tvångssteriliseringar, rashygien och arvsynd.** 346 sidor. Stockholm: Bokförlaget DN 1999. ISBN 91-7588-328-7.

Recensent: Bengt Järhult, distriktsläkare vid Hälsocentralen i Kyrkhult, Primärvården i Olofström.

Efter den offentliga debatten om steriliseringarna i Sverige, vilka skedde fram i modern tid, och efter Läkartidningens serie om »Läkarna och tidsandan», kan ingen doktor vara omedveten om vad som faktiskt har hänt. Men det var inte Maciej Zaremba som först uppmärksammade och analyserade steriliseringarna.

Genom sin förankring i den borgerliga massmediala apparaten fick emellertid Zaremba stor genomslagskraft i Sverige och internationellt. Till det bidrog förstås omfattningen av de mångåriga ingreppen men också att steriliseringarna kopplades till en kritik av det sk folkhemmet. Dess fundament har många velat slå sönder under 1990-talet, och så tolkade jag också Läkarförbundets utspel tidigt i steriliseringsdebatten. Men Anders Milton och alla vi andra läkare bör vara medvetna om våra

projektioner. Det visar inte minst Zarembas bok. Läkare som individer och skrå har spelat en central roll i den rashygieniska mytologin, i dess politiska förankring och praktiska genomförande.

Instrument för ideologiska mål

Att läsa Zarembas tankar ger en mer nyanserad bild av hur den omfattande steriliseringen i Sverige och i andra länder kunde växa fram. Det som i massmedierna framställts som klara orsaker är i Zarembas bok i stor utsträckning hypoteser och resonemang, öppna för vidare diskussion och prövning. Zaremba har, mer eller mindre medvetet, blivit ett instrument för särskilda ideologiska mål, i detta fall målet att torpedera en solidarisk samhällsgemenskap och koppla samman kollektivets välfärd med tvång och övergrepp.

Läkare utnyttjades under steriliseringstiden, för maktens bestämda syften. Att författare också idag kan hamna i denna position, bli andra krafters redskap illustrerar bara bokens och mediedebattens värde för vår samtid; att varje generation har anledning att begrundat sitt ansvar, varje människa och läkare sitt personliga förhållande till olika samhällsstrukturer, lagar och sk demokratiska riksdagsbeslut.

Vems intressen går jag när jag som distriktsläkare skriver mina intyg? Om försäkringsläkare inte tillerkänner den från marknaden utslagne rätten att få ersättning för arbetsskador, utan mer lyssnar på överordnades ekonomiska direktiv – till följd av en växande statsskuld – vad är det principiellt som skiljer försäkringsläkare idag från 40-talets kolleger? De som med nationens bästa för ögonen gärna knipsade äggledare på tattare och annan underklass av kvinnor? Läkares följsamhet till makten är inte bara en relation till statsapparaten. Vad spelar idag t ex intressegemenskapen mellan läkare, läkarförbund och läkemedelsindustri för roll i den irrationella läkemedelsförskrivningen – som har sina offer hos den enskilde patienten!

Zarembas bok är inte bara en imponerande genomgång av detta sekels idéhistoria och politik som gjorde steriliseringar, med mer eller mindre uttalat tvång, möjliga. Boken ökar också insikten om nazismens grunder och hur de till synes goda motiven döljer en människouppfattning som till sin yttersta konsekvens rymmer förintelsen. Zaremba jämför rashygienisk lagstiftning i olika länder, disku-

terar tillämpningen och varför steriliseringarna blev omfattande i de nordiska välfärdsstaterna.

Arvsynsbegreppet som motiv till tvångssteriliseringarna

Som framgår av titeln vill Zaremba förklara tvångssteriliseringarna utifrån föreställningen om arvsynen inom protestantismen. För mig är hans upplägg en katolskt inspirerad teologisk konstruktion, en lärd utläggning utan särskilt stort bevisvärde. Även om den svenska befolkningen avfallit från den rätta påveliga tron torde flertalet svenskar under ett mer upplyst 1900-tal haft sitt förnuft i behåll och inte brytt sig om de förstokade präster som förvisso torde ha funnits här och där; således inte accepterat vantolkningen av arvsynsbegreppet; att förfädernas missgärningar förföljer kommande generationer och förklarar sjukdom och avvikelser. Något som enligt Zaremba skulle kunna vara motiv till tvångssteriliseringarna.

Det är signifikativt att Zaremba utlämnar det viktiga Jesusordet i Johannevangeliets 9:e kapitel. Jesus går vägen fram och möter en man som var född blind. Lärjungarna frågar: »Rabbi, vilken har syndat, denne eller hans föräldrar, så att han har blivit född blind?» Jesus svarar: »Det är varken denne som har syndat eller hans föräldrar, utan så har skett för att Guds gärningar skulle uppenbaras på honom.» Att den bibelsprängde Zaremba utelämnar Nya testamentet och i stället letar upp några stolliga präster som uttalat sig i steriliseringsfrågan, är inte bra för bokens tillförlitlighet.

Om nu arvsynsbegreppet ska dras in i steriliseringsfrågan kan man vända på kuttingen. Är det inte människans potential att göra det onda som är det centrala? Det skulle vara mer meningsfullt att diskutera bödeln inte, som Zaremba, offret i ett arvsynsperspektiv. Hur kunde gynekologer, psykiatrer, medicinalråd och ministrar bli redskap i den vedervärdiga steriliseringspolitiken?

Diskutabel förklaringsmodell

Även om Zaremba har all anledning att nagelfara läkares roll i steriliseringsfrågan har jag svårt att ta till mig hans förklaringsmodell. Den svenska läkarkåren skulle lojalt ha slutit upp kring den socialdemokratiska folkhemstanken, som i sig bar tryggheten för de många men utstötningsmekanismer för de avvikande. Är det rimligt? Svenska läkare har som grupp alltid stått nära hö-