



Tíðargrein eftir Suna Poulsen, sálarfrøðingi

HVØRJI ERU NÆS STIGINI Í ARBEIÐI FYRI AT BASA STRONGD

Ein skal hava goymt seg væl, um ein ikki hevur hoyrt boðskapurin um, at strongd er ein vaksandi samfelagsavbjóðing. Vit hoyra regluliga um uppgerðir og kanningarúrslit, sum fortelja um tær risastóru upphæddir av peningi, ið fara til spillis, og um tey fólk, ið koma heilt illa fyri, nøkur so illa fyri, at endaliga avleiðingin er, at tey heilt einfalt doyggja av sjúkum sum fylgja av, at uppliva strongd yvir longri tíðarskeið.

Eitt týðningarmikið stig var tikið, tá Arbeidseftirlitið í 2016 fekk serfrøðing í sálarligum arbeidsumhvørvið. Knossi aftanfyrir hetta úrslit gjørdi fyrst og fremst Fakfelagssamstarvið, sum gjøgnum fleiri ár hevur arbeitt við sálarliga arbeidsumhvørvinum hjá limunum.

Men vit eru ikki komin á mál enn.

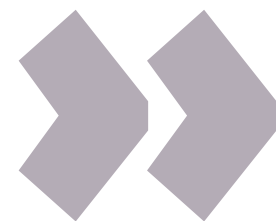
Næsta stigið í mun til at gera nakað seriøst fyri at basa strongd, er holla og vísindaliga útgreinan og viðgerð til tey strongdraktu. Her hava vit tilboðini í Føroyum í dag, men tað eru sjálvstøðug vinnurekandi, ið útvikla og útbjóða tey, ímeðan vit sjálvi skulu gjalda fyri tey.

Størsta næsta stigið er tó ivaleyst, at arbeidsplass og arbeidsgævarar taka ábyrgdina á seg, at ansa betur eftir starvsfólkinum.

Hvussu reagera leiðarar, tá starvsfólk gerast strongd?

Ein afturvendandi spurningur í kjakinum um strong er, hvat útloysandi faktorarnir eru. Strongd er okkara likam og sál sum reagerar uppá, at krøv og trýst frá umhvørvinum veksur seg størri enn tað, vit klára at handfara. Strongdeyðkennini vísa seg t.d. við, at vit missa svøvnin, at vit fáa trupulleikar við at minnast og konsentrera okkum, at vit kunna sita í tímavis og stara inn í telduskermin til arbeidis uttan at nakað kemur burturúr, ella við at vit í síðstu syftu bróta saman, t.d. við at vit av ongum skera út í sjóheitan grát til ein fund á arbeidsplassinum.

Strongd er eingin einföld líðing, og al oftast er talan um eina kombinatió av tyngjandi viðurskiftum frá arbeidinum og frá privatlívinum. Kanningar frá t.d. Danmark vísa tó, at fleirtalið av leiðarum hava lindi til at fokusera á privat viðurskifti og persónligheitina hjá starvsfólkinum, sum orsøkin til at tey gerast strongd og vera noydd at melda seg sjúkan.



**Tað er so lætt
at siga, at
tá allir hinir
starvsfelagarnir
ikki eru sjúkir
av sama
arbeidsumhvørvi**

Danski granskarin Yun Ladegaard peikar á, at á henda hátt koma leiðararnir til at skumpa ábyrgdina frá arbeidsplassinum og sær sjálvum og yvir á einkulta starvsfólki. Hetta sjálvt um, at granskingin hjá Ladegaard vísur, at somu leiðarar viðurkenna í spurnarskemakanning, at teirra arbeidsplass er eyðkent av strongdfaktorum so sum stórum arbeidspressi, samanleggingum og organisatiónsmenning.

Ladegaard meinar, at bakgrundin er, at leiðarar sum heild vita ov lítið um strongd og um, hvussu ein langtíðar sjúkrumelding skal handfarast. Tað er so lætt at siga, at tá allir hinir starvsfelagarnir ikki eru sjúkir av sama arbeidsumhvørvi, so má tað vera privat viðurskifti, ið eru trupulleikin. Og hetta ber til, líka til tann næsti á arbeidsplassinum fer niður við strongd.

Hvat kann man siga um, hvar strongd fyrst og fremst stavar frá?

Tað eru gjørdar nógvar kanningar um, hvat fyri faktorar eru høvuðsorsøk til tilburðir av strongd. Fyri tað fyrsta vísa ógvusligir strongd tilburðir seg at hava røtur í bæði privat- og arbeidslívið. Men blíva fólk spurð beinleiðis, so vísa tey oftast á arbeidslívið sum høvuðsorsøk til strongdina. Ein størri kanning bleiv t.d. gjørd í Danmark fyri 5 árum síðani, ið vísti, at meðan bert 17% svaraðu, at privatlívið var høvuðsorsøk til strongd, so svaraðu heili 83%, at tey fyrst og fremst upplivdu nógva strongd orsaka av arbeidslívinum.

Ein áhugaverd detalja í hesi kanning er, at tað bleiv spurt víðari inn til, hví arbeiddi gjørdi fólk strongd. Langt tann størsti parturin av teimum stongdraktu, 70%, vísu á vavið av arbeidinum sum høvuðsorsøk til strongd. 13% vísu harafturímóti á ósemjur og keðilig sambond við starvsfelagar og leiðarar, sum høvuðsorsøk til strongdina.

Hetta er áhugavert hvar vit í Føroyum aktuelt uppliva størri ósemjur á almennum arbeidsplassum. Ein ósemja koyrir við ljósmøðrunum á Landssjúkrahúsinum, sjúkrarøktarfrøðingar eru júst farnir í arbeidsssteðg, leiðsla og fleiri starvsfólkið á Glasi hava haft opna ósemju í fjølmiðlunum – bara fyri at nevna nøkur dømi. Tilíkar ósemjur elva á einu síðuni til, at nøkur gerast strongd. Og hinvegin so elvur eitt arbeidsumhvørvi eyðkent av strongd til, at ósemjur millum starvsfólki lættari stinga seg upp og gerast drúgvur.

Tey, ið hava ábyrgd fyri at loysa og samráðast í tilíku ósemjum, eiga at hava fyri eyga, at strongd bæði kann vera partur av orsøkini til ósemjur, umframt ein sera keðilig avleiðing.

Vit blíva ikki klókari

Tann mest óhepna avleiðingin av, at arbeidsgævarar og leiðarar hava lindi til at gera strongd til privatar avbjóðingar hjá starvsfólkinum er, at vit ikki gerast klókari uppá, hvussu vit sniðgeva og viðlíkahalda arbeidsumhvørvi, hvar fólk trívast og kunna folda seg út uttan strongd. Ironi er, at arbeidsgævarar