



At brenna út



FYRITØKUR VILJA EIGA OKKUM - BÆÐI FYSISKT OG SÁLARLIGA

– Vit eru meir stongd og útbrend, enn vit nakrantíð áður hava verið – fólk í hópatali gerast álvarsliga sjúk av óskipaðum arbeidsmstøðum. Samstundis hava vit ongantíð áður verið so produktiv, sum vit eru í dag. Hetta er ein álvarsamur trupulleiki, ið leiðsla á arbeidsplássum í høvuðsheitum eiga ábyrgdina av, sigur kendur danskur rithøvundur

ANNIKA KUNOV IM

37 tíma arbeidsvikan er ein innbiling. Vit arbeiða als ikki bert 37 tímar um vikuna, nei nú arbeiða vit meir, enn vit nakrantíð hava gjørt. Og danir arbeiða enntá meir, enn fólk gera í flest øðrum londum, greiðir rithøvundurin og leiðsluráðgevin Christian Ørsted frá í metslu bók síni »Lívshættislig leiðsla«.

– Vit eru tað landið í heiminum við størstu arbeidsmotivation. Hetta er mált eftir, um vit vildu hildið áfram at arbeiða, líkamikið um vit høvdu tørv á pengum, sigur hann.

Tølini tala fyri seg. Kanning, sum Gallup hevur gjørt, vísti at 60 prosent av dønnum hava kent seg strongdar seinasta árið. Talið var á 78 prosentum hjá teimum, sum eru undir 35 ár. Hvønn dag eru fleiri enn 35.000 danir sjúkrameldaðir við strongd vegna arbeiði, og hvørt ár doyggja 1400 danir av strongd. Frá 1994 til 2003 hækkaði nýtslan av antidepressivum heilivági við 495 prosentum. Sambært danska

►► **Orsøkin til strongd á arbeidsplássinum er vánalig leiðsla. Lívshættislig leiðsla. Men tað er ikki altíð, at leiðarin er varugur við, at tað er leiðslan, sum ger fólk strongd**

heilivágsráðnum vóru 24.000 danir í viðgerð við angistlinnandi heilivági og 300.000 í viðgerð við svøvnheilivági.

Christian Ørsted greiðir frá, at fyri 100 árum síðani, svóvu vit í miðal tveir tímar meir um náttina, enn vit gera í dag. Og tá leitaðu arbeidsgevarar sær eftir serkønari hjálpi, fyri at fáa arbeidsfólkið at arbeiða harðari.

– Nú strevast vit, sum ongantíð fyrr, og vit hava enntá ringa samvitsku um, at vit gera ov lítið. Tað er ein andsøgn, tí danir eru eisini á listanum yvir glaðasta fólkaslag í heiminum. Vit verða glað, tá vit fáa frá hondini og fáa góð úrslit, sigur hann.

– Í dag vilja vit økja um fram-

leidni men verða eisini noydd til at seta ráðgevar innan strongd til starvsfólkið. Hendan epidemiin ávirkar samfelagið, fyrítøkur og børnini. Vit missa skapanarevnini, innovationa og sambandið við tað, sum hevur týðning. Eisini missa við kappingarevni og renna alsamt skjótari, uttan at vit fáa tey neyðugu úrslitini. Orsøkin til strongd á arbeidsplássinum er vánalig leiðsla. Lívshættislig leiðsla. Men tað er ikki altíð, at leiðarin er varugur við, at tað er leiðslan, sum ger fólk strongd, sigur rithøvundurin.

Biður um umbergning

Í grein í danska blaðnum politik-

en við yvirskriftini »Undskyld, jeg var med til at fremme en livsfarlig ledelsesform«, sigur Christian Ørsted, at nýttímans leiðsla leiðir til strongd og sjúkrameldingar.

– Eg vil fegin biða um umbergning fyri allar tær ferðirnar, eg sum ráðgevi havi verið á arbeidsplássum og prædikað um smílandi leiðslu, ið leggur dent á viðurkenning, sjálvsleiðslu og sjálvsábyrgd. Tað var ikki rætt. Tað ljóðar bæði demokratiskt og sympatiskt, at ein leiðari hevur áhuga fyri privatlívinum hjá starvsfólki, at tey fáa fleksibilar arbeiðstíðir, sleppa at arbeiða heimanífrá og fyrítøkan rindar fyri snildtelefonina. Men í veruleikanum er talan um lívshættisliga leiðslu, sum fær fólk í túsdatali at brenna út, sigur Christian Ørsted.

– Trupulleikin er, at vit ongantíð vita, nær úrslitini hjá okkum eru nóg góð. Frælsi til at taka egnar avgerðir er vord-ið eitt áhaldandi trýst til sjálvs-menning og stríð fyri at gera arbeiði enn betri, sigur hann.

Hann greiðir frá, at hann byggir kritikkin av modernaðu leiðsluni bæði á gransking og egnar royndir. Hann hevur nevnliga sjálvur roynt at sita í einum stavi við stórari ábyrgd av at marknarføra eina vøru. Hann arbeiðir bæði dag og nátt og hevði torført við at avmarka seg.

Sum ráðgevi hevur hann eisini dugað væl at sagt øðrum, at tey skulu duga at siga frá, men hann greiðir víðari frá, at trupulleikin er, tá arbeidskarmarnir gerast ógreiðir. Tað elvdi til, at eingin hevði neyðuga yvirblik, og tí varð torført at seta mörk í arbeiðinum. Arbeiði fylti eisini alsamt meir. Tá prísvinnandi

marknaðarførings verkætlanin var liðug, flutti Christian Ørsted í kleystur saman við 310 tibetskum munkum.

– Trupulleikin er jú ikki hugburðurin hjá tí einstaka, men leiðsluhátturin – tann lívshættisliga leiðslan. Individualiseringin er ein botngøta, staðfestir hann eisini.

Fer inn í sálarheilsuna

Í fleiri ár arbeiðir Christian Ørsted sjálvur við lívshættisligari leiðslu sum leiðsluráðgevi hjá stórum ráðgevingarfyrítøkum. Hann sigur, at hann hevur uppvant leiðslu í túsdatali í viðurkendum leiðslu mannagongdum. Men, tá hann síðani er komin aftur á arbeidsplássini og hevur tosað við starvsfólkið, so hevur hann funnið útav, at tað er ikki alt, sum leiðslan fær at vita. Ofta standa starvsfólk einsamøll við ábyrgdini og halda, at tey tykjast illoyal og ósjálvsstøðug, um tey gera vart við seg og finnast at nøkrum.

– Vit skulu hava áhuga í og hugsa um onnur, men tað sum vit uppliva í dag er mis-skilt umsorgan. Fyrítøkur vilja ikki einans eiga okkum fysiskt, men tær vilja eisini eiga okkum sálarliga. Ein sálarfrøðilig greining er farin fram, og nú fer man heilt inn í sálarlívi hjá einstaklingum. Ofta sigur leiðslan, tá starvsfólk verða strongd, at tey hava trupulleikar í húnabandinum ella eru ov perfektionistisk ella framsøkin. Eisini er vanligt, at leiðslan sendir starvsfólk til ein coach, so tey aftur kunnu finna hugin til arbeiði og svarini í sær sjálvum. Tað minnir um kinesisk universitet og trúarbólkar, ið heilavaska menniskju, sigur hann.

ANNIKA@SOSIALURIN.FO