



- Tað er sjálvandi keðiligt, at tað skuldi ein hóttandi sjúka til fyrri at fáa okkum at minka um ferðina og stinga fingurin í jørðina, sigur sálarfrøðingurin

mætastu politikarum, Donald Trump, eftir øllum at døma heldur ikki tók hetta í serliga stórum álvara, men hevði hug at bagatelisera sjúkuna sum eitt lítið krím.

Men, bert fáar dagar seinni er “breaking news” í USA, at forsetin heldur, at stórir partur av amerikanska fólkinum hevur brúk fyri figgjarligum styrki, nú korona-smittan ger fólk sjúk og rekur fólk í túsundatali úr arbeiði og í sóttarhald.

Ferðin var høg

Tað, sum er hent seinastu tíðina, hevur minkað um ferðina í øllum heiminum, og soleiðis er eisini við øgiligu ferðini á samfelagshjólunum, sum vit hava upplivað her í Føroyum.

- Vit kunnu næstan siga, at alt samfelagið hevur kókað, og tey eru ivaleyst mong, sum hava hugsað tankan, nær bogin fór at bresta. Við mínum royndum við menniskjum gjøgnum so mong ár havi eg eisini hugsað tankan, hvussu leingi fólk fóru at halda til hetta.

Eyðun Joensen vísir á, at tá hann sum ungur las sálarfrøði og í mong ár var einasti sálarfrøðingur í Føroyum, var orðið arbeiðsstrongd ikki uppfunnið í orðabókum. Sum árinu gingu, hevði sálarfrøðingurin mong heilsufólk á skeiðum, har hann undirvísti og lýsti hugtakið arbeiðsstrongd, men afturmeldingarnar vóru fáar ella ongar.

- Nú er tað meira at kalla ein vinnuvegur at undirvísa fólk í hesum, og vit hava fleiri sonevnd stress-manager fólk. Tað er næstan blivið fínt at hava strongd, um tú ert í einum

sokallaðum týðandi starvi - ja, strongd er næstan vorðin ein prestigu-sjúka. Ert tú lægri á stiganum í samfelagnum og dregist við eitt nú eksem, so roynir tú hinvegin at fjala tað fyrri fólk. Tað er líka sum, at ein ávís tygn er yvir strongd, um tú ert í týðandi starvi, sigur sálarfrøðingurin.

Í dag er arbeiðsstrongd ein hin størsta fólkasjúkan í nútímans samfelagnum.

- Men, strongd er ikki bara arbeiðsbyrði, tí fæst tú við vanligt verkamannarbeiði, sum tú ert glaður fyri, og tú eina løtu ert vorðin líkamliga troyttur - ja, so herjar tú á aftur, tá tú hevur rindað tær møðina.

Eyðun Joensen vísir á, at eitt, sum elvir til strongd, er, tá tú stríðist og strevast og fólir, at tú skalt tøma Nólsoyarfjørð við einari skeið, samstundis, sum tað fløðir inn í báðum endum á fjørðinum.

- Tá tú fólir, at títt strev er sum at sláa í eina dýnu, og tú einki úrslit sær av tí, tú gert - ja, tá er skjótt at gerast mótleysur og strongdur, leggur sálarfrøðingurin aftrat.

Noydd at steðga á

Men, hvat fer so tað, sum hendir í samfelagnum í løtuni, at gera við fólk?

- Tað er sjálvandi keðiligt, at tað skuldi ein hóttandi sjúka til fyrri at fáa okkum at minka um ferðina og stinga fingurin í jørðina. Vit ynskja sjálvandi ongan av okkum sjúkan, men nú er sjúkuhóttanin ein veruleiki. Tó skulu vit vóna, at okkurt positivt eisini fer at spyrjast burtur úr hesi støðu, nú so mong

vórðu noydd til hús fyrri at tálma spjaðing av korona-smittu.

Sálarfrøðingurin vísir á, at tað nú antin er lagnan ella Várharra, sum hevur noytt okkum til hús at summa okkum.

- Nú noyðast vit at steðga á - uttan, at nakar í løtuni veit, hvussu leingi og umfatandi hetta verður.

Eyðun Joensen vísir á, at nú hann og konan eru við hús, hevði hann ætlað sær at brúkt hetta høvi til at rudda sær kjallaran, nú eingin kortini kemur á gátt, hvørki børn, ommu-og abba-børn, ei heldur nakar annar.

- Seinastu vikurnar havi eg ikki gjørt peningsverk, og hóast vit nú hava hildið okkum við hús, er heldur einki komið burtur úr

higartil. Tú fólir, at tú noyðist at fylgja við tí, sum fyriferst - fyrst og fremst í Føroyum, men eisini kring um heimin - og hetta upptekur eisini ein fittan part av tíðini, umframt at tú verður tikin við í øllum tí, sum hendir.

Men, leggur sálarfrøðingurin brosandi aftrat, at tað er eingin, sum fer avstað við óruddinum í kjallaranum.

- Eg hopi, at fólk, sum í hesum tíðum halda seg heima við hús, kunnu brúka tíðina til at summa seg, og at vit kanska finna eitt meira borðbart stev, tá vit fara í sving aftur. Hetta lærir okkum, at gandaorðini “menning, vøkstur og framburður”, sum vit hava hoyrt um í so langa tíð, eisini hava sínar avmarkingar. Tað hava vit í øllum førum særð hesa stuttu tíð, síðan korona-kreppan av álvara tók seg upp.

Eyðun Joensen vísir á, at í dag eru sjúkugreiningar á næstan øllum, og sum hann nevndi fyrr í samrøðuni, var einki, sum kallaðist arbeiðsstrongd í sínari tíð. Heldur ikki høvdu vit heiti sum ADHD, sum fittur partur av okkara børnum dregist við í dag. Tað merkir tó ikki, heldur sálarfrøðingurin, at hesar sjúku ikki vóru til fyrr.

- Men, vit mugu ásanna, at alt er nógv broytt. Fekk eitt barn í sínari tíð nøkur lego at byggja og spæla sær við, so kundi barnið sita rúnarbundið við hesum í dagar. Í dag fáa børnini kanska 20 slíkar pakkur, og alt verður ein reinur forvirringur, leggur hann aftrat.

Sum ein motorur

Eyðun Joensen vísir á, at menniskjan er ein heilt fantast-

iskur skapningur við einum ómetaliga góðum heila.

- Men, eisini menniskjan hevur sínar avmarkingar. Vit kunnu samanbera okkum við ein motor ella ein bil, sum eisini hevur sínar avmarkingar. Einki menniskja - ei heldur nakar motorur - er skapt til at koyra við fullari ferð alla tíðina. Tú kanst koyra við fullari ferð eina løtu, men síðan noyðist tú at taka ferðina av aftur.

Sálarfrøðingurin vísir á, at hvørki menniskjan ella motorurin eru bygd til at koyra við maksimum ferð alla tíðina. Allar flestu menniskju hava eisini eina markferð. Verður snúnings-teljarin hangandi uppi á tí reyðu strikuna ov leingi, brennur motorurin saman. Soleiðis er eisini við flestu menniskjum.

- Tað er í lagi, at snúnings-teljarin onkuntíð er á tí reyðu strikuni, men vit mugu duga at fáa teljaran niður aftur. Tað er bara so óluksálga keðiligt, at tað er lagnan, sum grípur inn, bukar okkum upp á pláss og sum má læra okkum, at alt hevur sítt hámark og at einki er endaleyst í hesi verð.

Eyðun Joensen sigur seg fegnast um tað samanhald í fólkinum og millum tjóðir, sum korona-kreppan higartil hevur víst.

- Um kreppan kann rysta okkum eitt sindur saman, læra okkum, at vit øll viðkoma hvørjum øðrum - og at vit ansa betur eftir hvørjum øðrum - ja, so kann nógv vera vunnið, tó at prísurin, nú hetta er ein álvarsom viruskreppa, kann gerast høgur, sigur sálarfrøðingurin.



Einki løgið er í, at bráðliga íkomna støðan hevur lopið ótta á mong, kanska serliga á fólk, sum frammanundan ikki eru væl fyrri, líkamliga ella sálarliga