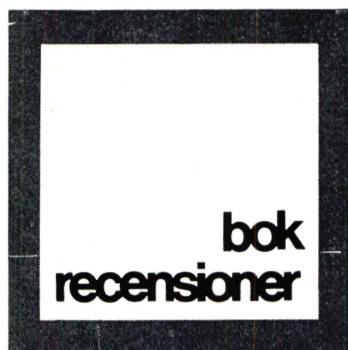




Mentalhälsa i arbetslivet

ERLAND MINDUS

Arbete och mental hälsa

Tiden/Folksam

270 sid. Pris kr 18:50

CURT ÅMARK

Individ, personlighet och medmänsklig miljö

Tiden/Folksam

235 sid. Pris kr. 18:50

Försäkringsbolaget Folksam har startat en stort upplagd informationskampanj under mottot "Mentalhälsa — en aktion för ökad samhörighet inom arbetslivet". Som ett led i kampanjen har utgivits två böcker, nämligen *Erland Mindus: Arbete och mental hälsa* och *Curt Åmark: Individ, personlighet och medmänsklig miljö*.

Mentalhälsovården har hittills varit ett än mer försummat område än mentalsjukvården. Detta har säkert många orsaker, men två kan man utan vidare peka på. Det är vida svårare att definiera begreppet "mental hälsa" än begreppet "kroppslig hälsa". Är den alltid, i alla situationer nöjde och välanpassade, psykiskt "friskare" än den, som revolterar mot missförhållanden, sparkar bakut och vill åstadkomma en ändring? Är den hudlöst ömtålige och känsl-

lige nödvändigtvis mindre "frisk" än den hårdhudade och motståndskraftige? Det gäller här frågor, där svaret blir beroende på vad som anses mest betydelsefullt, som tillmätas störst värde för individen och för samhället. Det borde emellertid vara ganska lätt att enas om att vissa tillstånd inte är önskvärda från någon synpunkt och bör betecknas som ohälsa. Dit hör inte bara de allvarliga psykiska sjukdomarna utan också störningar i anpassningen till omgivningen, inte minst i arbetssituationen. De allra flesta torde föredra att arbeta över, under eller tillsammans med någorlunda lugna, sansade och stabila personer framför med dem, som är retliga, misstänksamma och labila. Detta vare sig orsaken väsentligen ligger hos individerna själva eller i miljön. Eftersom problem i arbetet säkert vållar ofantliga personliga lidanden och dessutom orsakar enorma ekonomiska förluster, är varje initiativ, som kan leda till bättre psykiskt klimat på arbetsplatsen, ytterst välkommet.

Båda arbetena visar, att människan — på gott och ont — inte är rationella varelser, som går att passa in som pusselbitar i vackra schemata, utfunderade av aldrig så finurliga ingenjör- eller administratörshjärnor. Den alltför rationelle kommer alltid att bli besviken när han söker förutse människors reaktioner och beteenden, de blir begripliga först när man tar hänsyn till det komplicerade spelet av olika känslor, behov och drifter, analyserar reaktionsmönster som formats och fixerats under den tidiga barndomen och studerar samspelet mellan individer i små och i stora grupper.

Det är svårt att skriva populärvetenskap, och det är också svårt att bedöma den. Fackmannen kan tycka att en framställning är otillbörligt förenklad och ytlig även om lekmannen finner den helt

tillfredsställande, kanske rentav svårtillgänglig. I båda arbetena finns det ställen, där man kan reta sig på svepande generaliseringar och på förenklingar, som inte tål en kritisk granskning. Men detta torde vara en nödvändig förutsättning för att de skall bli lästa och ge åtminstone en viss insyn i problemen. Kunskaperna kan ju sedan fördjupas, bara intresset en gång har blivit väckt. Därför är de utförliga litteraturanvisningarna i *Mindus* bok så värdefulla; tyvärr ger Åmark inga sådana anvisningar.

Båda författarna är som bäst när de skriver om interpersonella relationer och gruppdynamik i och utom arbetet. De rent psykiatriska och psykologiska kapitlen är svagare, där stör mig ibland en alltför mosaikartad eklekticism och en viss brist på skärpa i begreppen. I *Mindus* arbete har jag särskilt uppskattat framställningen av de påfrestningar, som företagsledare är utsatta för, och av deras egna ibland inadekvata och för medarbetarna ohälsosamma reaktioner. Kanske *Mindus* har varit särskilt inspirerad när han skrev det avsnittet, eller också har jag haft särskilt lätt att känna igen problemen. Åmark ger en utmärkt framställning av hur en arbetsgrupp fungerar och kommer med konkreta förslag till åtgärder, som kan förbättra både trivsel och effektivitet.

Folksam's initiativ är synnerligen lovvärt. Arbetet är en väsentlig del av vårt liv. Dess syfte får inte endast vara maximal produktion, det måste även tillfredsställa fundamentala individuella behov.

Börje Cronholm

Psykioterapi heterogent och översiktligt

ALNAES, R. och JOHNSEN, G.

Psykioterapi Bind I: Generell del; Bind II: Speciell del

Fabritius & Sønners Forlag, Oslo 1966 och 1968.

Att läsa sig psykioterapi i böcker är ungefär lika framgångsrikt som att lära sig operera med samma metod. Man kan lära sig mycket om behandlingen men inte att behandla. Först när det teoretiska inlärandet går hand i hand med det konkreta handhavandet av patienten under en erfaren lärares insyn är det möjligt att nå resultat. Detta är en truism, men det förefaller som om man inte kunde upprepa den ofta nog.

Det gör också Alnaes och Johnsen inledningsvis och beskriver sitt verk som "en teoretisk och praktisk vejledning" för olika kategorier av terapeuter. Man hade ursprungligen tänkt sig att verket skulle omfatta två delar men har redan planerat en tredje. Första bandet ger en överblick över några viktiga eller vanliga, främst psykiodynamiska referenssystem, andra bandet omfattar behandlingsteknik. Omkring ett tjugotal författare har varit engagerade.

Resultatet måste bli heterogent och mycket översiktligt. Första bandet ger läsaren en hygglig, bitvis bra, orientering om äldre och nyare betraktelsesätt, men man frågar sig vem som kan ha nytta av att få "Psykoanalysen som terapeutisk metode" — visserligen charmant — beskriven på 18 sidor eller gruppterapi på 21 sidor. Balansen är också påfallande om än begriplig: authypnoida metoder, dvs i praktiken Langens teknik får 50 sidor till sitt förfogande, medan de förhållandevis lättlärdas mekanistiska Wolpeska metoderna inte alls beskrivs

trots att Astrup har ägnat den teoretiska bakgrunden ett par sidor i första bandet.

Kanske skall man bättre än jag gör känna den speciella norska bakgrunden för att rätt förstå boken. Norge ligger ju långt före övriga skandinaviska länder när det gäller psykioterapi, men kanske just därför känner man sig besviken över att ett gott uppslag som början till ett skandinaviskt standardverk i ämnet skall plottas bort på småuppsatser så att helhetsintrycket blir varken hackat eller malet. Risken för att detta verk skall uppmuntra till fortsatt psykioterapeutiskt kvacksalveri ut fiat aliquid är icke ringa.

Lennart Kaij

En bok om normala och sjukliga depressioner

G. A. LUNDQUIST

Den olyckliga människan

Bokförlaget Prisma. 300 sid. Pris 35:—.

Vår mest aktive populärvetenskaplige författare inom psykiatris fält, Laborator Gunnar Lundquist, har gett ut en bok, där innehållet centreras kring depressionsupplevelandet. Boken vänder sig dels till allmänheten, dels till läkare, psykologer och socialarbetare.

Författaren redogör inledningsvis för olika uttryck för mänsklig strävan och beskriver hur olust och ångslan normalt uppkommer när dessa behov ej kan tillgodoses, såsom vid besvikelser i interpersonella relationer,

motgångar i arbetslivet och vid hot mot egna hälsan. Sedan skildras de depressiva tillstånd vilka författaren med hänsyn till den samlade symptomatologiens intensitet och varaktighet kallar sjukliga. Författaren använder ett typologiskt beskrivningssystem, där kategorierna utvalts efter den förmodade orsaken till tillståndet. Slutligen beskrivs under rubriken "Bedräglig lycka" uppkomsten av alkoholism och annan narkomani samt den kliniska bilden vid dessa tillstånd. I behandlingsavsnitten har de somatoterapeutiska metoderna genomgående erhållit störst utrymme.

Boken är lättläst, författaren skriver klart och med distans. Hans indelning av depressionstillstånden medför otvivelaktigt didaktiska fördelar med tanke på en större läsekrets. De detaljerade doseringsföreskrifterna beträffande psykofarmaka får motiveras av att arbetet även är avsett för vårdgivare.

Man kunde måhända önska en modifikation av innehållet på enstaka punkter. Så är tex det väsentliga momentet i elektrokrampbehandlingen det krampanfäll som utlöses av elektrostimuleringen. Vidare har det ej kunnat visas att effektiviteten skulle bli mindre om man startar elektrobehandlingen tidigt i sjukdomsförloppet. I avsnittet om alkoholism vill det synas som om författaren menar att patienten lämpligen administrerar antabus i egen regi, en teknik som ju nästan regelmässigt leder till att behandlingen misslyckas och behandlingsformen misskrediteras.

De nyssnämnda invändningarna får dock ej skymma det faktum att Lundquists bok fyller ett mycket stort behov och förtjänar att uppmärksammas av de läskategorier som den riktar sig till.

Sune Nyström