
Kort og godt om arbeid og stress

BOKOVERSIKT

Forfatteren henvender seg til et bredt publikum, og boken burde kunne leses av mange. Den er kanskje mest aktuell for arbeidsmedisinere og andre i bedriftshelsetjenesten, foruten alle innen helseadministrasjon. Forfatteren er professor i arbeids- og organisasjonspsykologi ved Århus universitet.

Boken er en kort, men samtidig faglig grundig introduksjon til et omfattende fagfelt, godt gjort på vel hundre sider i hendig paperback. Denne utgaven er en ganske lettlest svensk oversettelse som er illustrert med talltabeller, innrammede eksempler og dessuten boksmodeller. De siste burde hatt forklarende undertekst enkelte steder.

Etter en kort definisjon av fagfeltet kommer et kapittel om arbeidets betydning for oss. Det avsluttes med en historisk oversikt over arbeidets utvikling og forandring de siste par hundreår. Dernest behandles de psykososiale faktorerers betydning for arbeidet, med utgangspunkt i et par modeller som er mye brukt. Både ”demand-control”- og ”person-environment fit”-modellene er med. Den første er grundig og godt beskrevet, mens det ikke er referanser knyttet til den siste. Jeg savner mer om individuelle faktorerers betydning, inkludert den nyere ”effort-reward”-forskningen med betoning av balansen mellom individuelle faktorer (bl.a. mestring) og belønningen arbeidet gir.

Det følger så et kapittel om hvordan arbeid kan føre til sykdom, med vekt på stressteori og hvilke typer stressende hendelser som er mest skadelige (f.eks. opplevd trussel). Her er også beskrevet mestringsstrategier og begrepet utbrenthet. I neste kapittel beskrives de psykososiale arbeidsfaktorer i et forsøk på en integrert modell, men jeg synes dette blir uklart både med hensyn til teoretisk forankring og pedagogisk fremstilling.

I det siste kapitlet tar forfatteren for seg mulige forebyggende tiltak på en både interessant og mer instruktiv måte. Miljømessige tiltak er vektlagt, men også stresshåndtering og gruppeorienterte tiltak nevnes. Dette kapitlet kunne med fordel vært utvidet.

Alt i alt en svært leseverdig introduksjon til et viktig og stadig mer aktuelt fagfelt. Under siste verdenskonferanse i arbeidsmedisin (Singapore, 2000) var sesjonene om psykososiale faktorer i arbeidet ganske overfylte.

Reidar Tyssen

Institutt for medisinske atferdsfag

Universitetet i Oslo

Publisert: 20. februar 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.