

**Kandidatuddannelsen i Pædagogisk Psykologi på
Danmarks Pædagogiske Universitetsskole
ved Århus Universitet**

Sommer 2009

**Titel: Menneskelige relationers betydning for oplevet stress –
set i et poststrukturalistisk perspektiv**

Et skriftligt speciale udarbejdet af:

Helle Alsted Pedersen, studienummer: hp1367350

Vejleder:

Lene Myong Petersen

Omfangskrav: 192.000 - 240.000 anslag

Specialets omfang: 239.968 anslag \approx 99,99 normalsider

Abstract

This dissertation explores how someone who has had to take a leave of absence owing to stress, gets well and returns to the same workplace as before she got ill. The focus will be on the role of her surroundings, i.e. family, colleagues and friends in helping her get well and return successfully to work.

The dissertation uses a post-structural and social constructional perspective to understand how people construct experienced stress and which processes take place when someone gets ill from stress and has to learn how to manage the stress, in order to be able to work again.

The aim is to shed light on the importance of human relations to experienced stress through a theoretical and empirical analysis in a concrete and local context. The empirical material consists of interviews with the main character, a woman, who has been ill with stress, and with one of her friends, one of her colleagues and her head. The interviewees have been chosen by the “Snowball-effect”, which means that the woman told me who she wanted me to interview based on their importance to her recovery.

The analysis reveals two discourses on stress; one medical and one psychological. These discourses which are scientific in origin, have been spread across society, and the interviewees use them to understand stress and how it should be taken care of.

Furthermore the analysis shows that there were two processes through which the stressed person manages to get well and goes back to work. The first process was to learn how to handle stress and get well. In this process family and friends were important. The stressed woman told how her husband took care of the children and the daily chores, how the friends took her out to exercise and go shopping, and how the family phoned her so she could talk about how she was doing. Exercise is a very important way to handle stress and get well, so she did that a lot. At first she was unable to do it alone, but in time she obtained more energy, got better and became able to exercise on her own.

Indholdsfortegnelse	
Bilagsfortegnelse:.....	7
Indhold af Cd-rom til vejleder og censor:	7
Del 1: Introduktion.....	8
1.1 Indledning	8
1.2 Grundproblematik	13
1.3 Problemformulering	14
1.4 Begrebsafklaring	14
1.5 Metodeafsnit.....	15
1.5.1 Interviewet som metode	15
1.5.2 Udvælgelse af interviewpersoner.....	16
1.5.3 Sneboldmetoden.....	17
1.5.4 Benævnelser	19
1.5.5 Betydningen af kontakten mellem interviewer og informant	19
1.5.6 Konsistens og refleksioner	20
1.5.7 Opbygning.....	20
1.5.8 Sprogbrug.....	21
1.5.9 Spørgetyper	21
1.5.10 Interviewets tilblivelse og forløb	23
1.5.11 Betydninger af køn.....	24
1.6 Ethiske overvejelser	25
1.6.1 Generelle bestemmelser	25
1.6.2 Anonymitet	26
1.6.3 Informeret samtykke	26
1.6.4 Hensyn til den interviewede.....	28
1.6.5 Forskerens formidling og fortolkning.....	29
1.6.6 Relationen mellem forsker og interviewperson	30
1.6.7 Brugbarhed.....	32
1.7 Verifikationskriterier.....	33

1.8 Kritik af socialkonstruktionisme og poststrukturalisme	37
1.8.1 Hvilken viden bidrager jeg med?	37
1.8.2 Hvad bliver muligt/hvad bliver ikke muligt?	38
1.8.3 Begrænsning ved sproget	39
Del 2: Teori	39
2.1 Metateori	39
2.2 Teoretiske begreber	44
2.2.1 Diskurspsykologi	44
2.2.1.1 Diskurser	46
2.2.1.2 Subjekt og subjektivering	48
2.2.1.3 Positionering og forhandling	50
2.2.1.4 Sociale kategorier og intersektionalitet	51
2.2.1.5 Inklusion/eksklusion	54
2.2.1.6 Narrativer	55
2.3 Analysestrategier	56
2.3.1 Figur for analysestrategier	59
Del 3: Analyse	61
3.1 Scenen	61
3.2 Hvordan konstrueres oplevet stress af de interviewede?	61
3.2.1 Eas narrativ	62
3.2.2 Kollegaens narrativ	65
3.2.3 Lederens narrativ	66
3.2.4 Venindens narrativ	67
3.2.5 Hvilke komponenter bliver konstituerende for de forskellige konstruktioner af oplevet stress?	68
3.2.6 Ser konstruktionerne forskellige ud?	69
3.3 Hvordan bevæger Ea sig fra kategorien <i>den, der oplever stress</i> til kategorien <i>den, der tidligere oplevede stress</i> ?	71
3.3.1 Før sygemelding	72

3.3.2 Fuldtids- og deltidssygemelding	73
3.3.3 Efter fuldtidsraskmelding	78
3.3.4 Opsamlende for afsnittet	82
3.4 Hvilke in- og eksklusionsprocesser bliver effekten af Eas oplevede stress?	84
3.4.1 Hvordan forhandles kategorierne <i>den, der oplever stress</i> og <i>den gode mor</i> ?	84
3.4.2 Hvordan forhandles kategorierne <i>den, der oplever stress</i> og <i>medarbejder</i> ?	87
3.4.3 Hvordan forhandles kategorierne <i>den, der oplever stress</i> og <i>den gode pædagog</i> ?	91
3.4.4 Lederens og kollegernes betydning for den oplevede stress	92
3.4.5 Hvordan arbejder Ea med at forlige positioner som <i>den gode mor</i> , <i>den gode pædagog</i> , <i>medarbejder</i> og <i>den, der tidligere oplevede stress</i> efter oplevet stress?	96
Del 4: Afrunding af specialet	98
4.1 Sammenfatning	98
4.2 Perspektivering	102
Litteraturliste	106

Bilagsfortegnelse:

Bilag 1: Opslag version 1 til DPU's Black Board og Stressforeningen.dk

Bilag 2: Opslag version 2 til udsendelse på mail til venner, bekendte og kolleger

Bilag 3: Det informerede samtykke

Bilag 4: Interviewguide til interview med Ea

Bilag 5: Interviewguide til interview med veninden

Bilag 6: Interviewguide til interview med lederen

Bilag 7: Interviewguide til interview med kollegaen

Bilag 8: Etiske overvejelser til DPU

Indhold af Cd-rom til vejleder og censor:

(De transskriberede interviews er, efter aftale med de interviewede, kun tilgængelige for censor og vejleder. Begrundelserne herfor findes i afsnit 1.6.2 og 1.6.4)

Interview med den, der oplever stress (Ea)

Interview med veninden (Mette)

Interview med lederen (Hanne)

Interview med kollegaen (Katrine)

Del 1: Introduktion

1.1 Indledning

Dette speciale handler om, hvordan de menneskelige relationer kan blive betydningssættende for, hvordan den, der oplever stress kan blive frisat fra konstruktionen oplevet stress. Først vil jeg skitsere det landskab af stresstilgange og stressforståelser, som jeg oplever i medierne¹ og i selvhjælpsbøger.

Ordet *Stress* bliver ofte nævnt i medierne i Danmark. Dette kommer måske af, at stress er et voksende problem; i 2005 sagde 9 % af befolkningen, at de ofte følte sig stressede, i 2007 var tallet steget til 12 %, Statens Institut for Folkesundhed. Ifølge Tage Søndergaard Kristensen² forsker ved Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, vil problemet blive endnu større i de kommende år, og at især den offentlige sektor vil blive ramt af mere stress. 1400 mennesker dør hvert år på grund af stress, det er flere end der dør i trafikken, så det er vigtigt, at der bliver gjort noget ved problemet. Også blandt ungdommen er det et problem. På Politiken.dk, 18/12-2007 stod, at hver anden 9.klasseselev føler sig stresset; det er især pigerne, der føler sig stressede. De unge er samfundets fremtidige arbejdstagere, og derfor er det vigtigt at forebygge stress og behandle dem, der har brug for det.

Ud over at stress har mange omkostninger for det enkelte menneske, der rammes af det, har det også store omkostninger for arbejdspladserne og sygehusvæsenet. Hver dag er 35.000 danskere, ifølge Statens Institut for Folkesundhed, sygemeldte på grund af stress. Hvert år mister samfundet ca.32 mia. kr. på grund af tabt arbejdsfortjeneste, behandling af stresspatienter, sygedagpenge og førtidspension til dem, der bliver erklæret uarbejdsdygtige (Lykke, Børsen 16/10-08).

Hvert år er der over ½ mio. lægebesøg, som bunder i, at patienten har dårligt psykisk arbejdsmiljø, der anses som en af årsagerne til stress³. Der er lægemangel i Danmark, så en stigning i lægebesøg, i forhold til en stigning i antallet af stresspatienter, vil være en yderligere belastning af de i forvejen

¹ Specialet er påbegyndt i foråret 2008, derfor er landskabet et udtryk for, hvordan stress så ud på det tidspunkt. Tallene er fra 2007, hvis ikke andet er angivet i teksten

² Udtalt af Tage Søndergaard Kristensen i DR2's udsendelse "Godt Arbejde!", sendt den 6/4-08. Søndergaard Kristensen blev pensioneret i foråret 2008.

³ Fra Rod Nielsen, N. & Søndergaard Kristensen, T. (2007). "Stress i Danmark – hvad ved vi?", s.7

trængte læger. Bo Netterstrøm skriver i sit stressbehandlings-program, til anvendelse af de praktiserende læger, at en behandling vil kræve 4-6 sessioner af ½ times varighed i løbet af 3-4 måneder (i Burchardt, J., Limborg, H.J., Nielsen, K.T. & Sørensen, O.H. (red.), 2007, s.35). Dette vil sandsynligvis øge presset på lægerne, og derfor vil det være godt, hvis der var mere forebyggelse af stress, for eksempel på arbejdspladserne, samt hvis der var behandlingstilbud for stresspatienten, som ikke skulle foregå hos lægen.

Der har blandt nogle politikere været tale om en ny type lægehuse; praksis-klinikker, hvor der skal være flere forskellige fagpersoner, der kan varetage 98-99 % af patienternes behov for behandling, så kun få patienter skal behandles andre steder (Pedersen, Berlingske Tidende, d.8/2-07). Der er tale om, at der ud over privatpraktiserende læger skal være speciallæger, fysioterapeuter, sygeplejersker, bioanalytikere, diætister m.m.; faggrupperne er naturvidenskabeligt funderede, og jeg tænker på, hvorfor der ikke er tænkt på at få en fagperson ind, der vil kunne varetage samtaler med stresspatienter, for eksempel psykologer, psykoterapeuter eller stressbehandlere⁴.

Personer, der er ansat i en større privat virksomhed, kan ofte få tilbudt eller blive afkrævet at gå til virksomhedens stresscoach eller stressvejleder for at få afhjulpet deres stress. De kan også blive sendt til en ekstern ekspert, eller komme forrest i køen til stressbehandlingerne, fordi virksomheden betaler for det. Men hvis man er offentlig ansat eller i andet erhverv, hvor økonomien ikke er så gunstig, er det ikke muligt at få privat behandling⁵. Derimod må denne person handle ud fra, hvordan den praktiserende læge ser på stress. For nogle år siden hørte jeg en praktiserende læge sige, at hun havde sendt en tydeligt stresset patient hjem med en 14-dages sygemelding og en henstilling til, at hun bare skulle slappe af. Jeg undrede mig over denne manglende behandling, men da der ingen medicinsk behandling kunne sættes i værk, så kunne hun som læge ikke gøre andet – ifølge hendes eget udsagn. Er det vilkårene for stresspatienter i dagens Danmark? Mener lægen, at det er alle patienter, der ved afslapning i 14 dage bliver stressfri?

Fra 1.april 2008 blev det muligt at få tilskud til en psykolog⁶, hvis man lider af en let eller moderat depression og er mellem 18 og 37 år (Dagens Medicin, 25/1-08⁷). Dette betyder, at de stresspatienter

⁴ På Berlingske.dk den 27/5-09 blev der igen skrevet om en ny type lægehuse, sundhedshuse, der skal huse flere forskellige eksperter. Denne gang blev psykologer også nævnt

⁵ For eksempel tilbyder Klinikken Kalmia stressbehandling til private, det koster 8.000kr at blive undersøgt og 38.000kr for den efterfølgende behandling (www.kalmia.dk, d.22/8-08).

⁶ 60 % betales af regionerne

ter, der også får diagnosticeret depression, vil kunne få psykologbehandling, og denne stresspatient vil dermed optage mindre af lægens tid. De stresspatienter, der ikke bliver deprimerede, kan ikke få tilskud til psykologbehandling, og de er derfor afhængige af lægens behandling og forståelse af stress.

Det kan være svært som stresspatient at agere i de utallige mængder af selvhjælpsmaterialer om stress. Det er snart alle tidsskrifter, der har mindst én artikel om stressbehandling/-forebyggelse; mange nyhedsudsendelser og aviser handler om stress, og derudover udgives et utal af bøger om stress. En del stressede kan ikke koncentrere sig, huske, stå ud af sengen om morgenen eller sidde stille, fordi adrenalinen pumper rundt i kroppen. Det bliver svært for dem at finde rundt i alle tilbudene, sætte sig ned og læse om selvhjælpen stressbehandling. For nogen kan det også være svært at erkende, at de er så stressede, at der skal udefrakommende hjælp til – lægen siger jo, at det går over af sig selv.

Sundhedsstyrelsen har forsøgt at lave en simpel pjece til patienterne om, hvad stress er, hvilke symptomer man skal se efter, samt hvor og hvordan man kan få behandling. Der er blandt andet et link til Stressforeningen (www.stressforeningen.dk), hvor man kan være med i en selvhjælpsgruppe. Sundhedsstyrelsen har også lavet en pjece til de praktiserende læger, som omhandler emnet stress, samt hvordan de skal behandle stresspatienten. Lægerne kan også bruge Bo Netterstrøms stressbehandlingsprogram (Netterstrøm, 2007b). Derudover tilbydes de praktiserende læger forskellige kurser. Men det er op til den enkelte læge, hvilke kurser og tilbud han/hun vil tage imod, og dermed bliver det også op til ham/hende at finde ud af, hvordan stress skal behandles.

Der er stor forskel på, hvilke diskurser, de forskellige selvhjælpsmaterialer trækker på. Nogle trækker på en medicinsk og fysiologisk diskurs, hvor det er kroppens reaktioner, der er fokus på; kroppen har på grund af for mange krav og for meget arbejdstid udskilt stresshormoner, som er medvirkende til at give forskellige sygdomme, og disse sygdomme kan man blive behandlet for. Kroppens fysik skal genoprettes og have hvile, og derefter kan man vende tilbage til arbejdspladsen uden stress. Den medicinske diskurs kommer også til udtryk, hvor den stressede har fået en depression, og dermed har brug for medicinsk behandling i form af antidepressiver.

⁷ <http://www.dagensmedicin.dk/nyheder/2008/01/25/tilskud-til-psykologhjlp-t/index.xml>

Andre materialer trækker på en psykologisk diskurs, hvor det er menneskets psyke, der bliver overbelastet og dermed skal have ro; dette kan ske i form af meditation eller vejrtrækningsøvelser, der får kroppen og sindet til at slappe af. Det er her den enkelte, der skal afhjælpe sin egen stress. Det kan også være, der er behov for at tale med en psykolog, for at lære at strukturere sit liv, så psyken ikke bliver overbelastet. Her får man hjælp, men det er stadig den stressede selv, der skal implementere de nye strategier i hverdagen.

Endnu andre tilgange, for eksempel den nye kampagne om ”Stress og Trivsel”⁸, trækker på en organisationskulturel tilgang, hvor det er arbejdspladsen der skal være med til at opdage og afhjælpe stress, hvis det opstår hos en medarbejder. Stress kan her have noget med trivsel på arbejdspladsen at gøre, og derfor skal der arbejdes for et godt psykosocialt arbejdsmiljø⁹.

Henrik Krogh sammenligner (Berlingske.dk, 17/3-05) den stressede medarbejder med bokseren i bokseringen; den stressede kan ikke selv se, at han/hun har det dårligt, og derfor skal kolleger, chefer og samlever være med til at se og sige til den stressede, at der skal gøres noget, for at han/hun ikke bliver mere stresset, men kan blive fri for stress. I en pressemeddelelse fra AOF i Viborg¹⁰, citeres Krogh også for at sige, at man skal bruge sekundanten (igen bokseringsmetaforen) til at lave en enkel og realistisk slagplan for, hvordan man får overskuddet igen. Hermed ses, at det ikke kun er den stressedes ansvar, men at personerne i den stressedes omgivelser skal stoppe stressen og finde ud af, hvordan han/hun skal komme af med den.

Jeg mener, at Krogh har en pointe i, at den stressedes menneskelige omgivelser skal være med til at stoppe ham/hende. Men jeg er derudover interesseret i, om de menneskelige omgivelser så ikke også kan blive en del af det at blive frisat fra konstruktionen oplevet stress. For eksempel sagde en med stress til mig, at grunden til, at han var blevet stresset, var, at han havde en dårlig chef, så hvis chefen blev fyret, ville han ikke have stress mere.

Jeg har skitseret et lille udsnit af det teoretiske landskab af tilgange til forståelse for og helbredelse af stress. Gergen skriver, at vi behandler sygdom ud fra den forståelse vi har af sygdommen. I den

⁸ Arbejdsmiljøviden under Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø satte kampagnen i gang den 19/1-09

⁹ Jeg blev på Videnscenter for Arbejdsmiljø's konference den 26/5-09 opmærksom på bogen ”Forandring som vilkår. Om udvikling og ledelse af arbejdsmiljø” af Nielsen, Rasmussen, Carstensen og Glasscock. De ser stress og arbejdsmiljø som en dynamisk størrelse

¹⁰ www.aof-danmark.dk/fileadmin/user_upload/aof-presse/Stress_mindre.pdf

vestlige verden behandler vi ud fra en medicinsk forståelse, hvorimod de i andre kulturer behandler sygdom ud fra for eksempel en åndelig forståelse (Gergen, 2008, s.98). Hvad ville der ske, hvis vi i vores samfund betragtede stress på en anden måde end den medicinske? Det kan man blandt andet se i nogle af de selvhjælpsbøger, som tager et andet perspektiv end det medicinske, som beskrevet ovenfor. Men hvilken betydning ville det have, hvis vi gik væk fra at diagnosticere stress i den medicinske forståelse, gik væk fra at finde årsager og sammenhænge, gik væk fra en sandhedstænkning, og i stedet tager en poststrukturalistisk tilgang?

Jeg vil i mit speciale ikke lægge mig fast på nogen af de skitserede tilgange, derimod vil jeg lukke dørene til de tilgange, og tage et poststrukturalistisk synspunkt. Poststrukturalisme er, ifølge flere forskere, ”en række kritiske strategier til at forstyrre indforståethed, selvfølgelighed og ureflekterede reproduktioner” (Staubæs, 2004, s.83). Poststrukturalisme kan bruges til at dekonstruere den normative forståelse af stress-begrebet og være med til at bane nye veje for forståelser af og optikker på oplevet stress.

O’Connell har en poststrukturalistisk tilgang til stressbehandling (O’Connell, 2007). Han mener, at en anderledes brug af sproget og narrativerne er én af løsningerne til, at den stressede kan komme af med stressfølelsen. Hvis den stressede fortæller historier om, hvor stresset han er, vil det forstærke oplevelsen af stress, og derfor skal historierne om stress ændres gennem sproget. Også her er det den stressede selv, der skal ændre sine følelser fra stresset til ikke-stresset.

Da jeg gerne vil bevæge mig væk fra den medicinske forståelse af stress og over til en mere social forståelse af den oplevede stress, har jeg valgt et socialkonstruktionistisk perspektiv. Her konstrueres alt i sociale relationer og dermed også konstruktionen oplevet stress. Gergen skriver: ”[E]fterhånden som teorier om sociale systemer vinder frem i det videnskabelige ordforråd (og dermed i kulturen mere generelt), får vi den valgmulighed at se individuelle problemer i en kontekst af mangelfulde grupper – familier, uddannelsessystemer, økonomiske institutioner og lignende. Det vil faktisk sige, at hvis man forbliver i den almindelige videnskabs fase, sætter man dermed grænse for, hvilke forudsigelser, der kan foretages, begrænser mulighederne for at løse problemer og reducerer muligheden for at realisere det menneskelige potentiale” (Gergen, 2008, s.116). Der bliver gennem det socialkonstruktionistiske blik mulighed for at finde andre veje for den, der oplever stress til at blive frisat fra konstruktionen oplevet stress. Gergen skriver videre: ”Set ud fra et konstruktionistisk

synspunkt skal vægten imidlertid flyttes fra den individuelle bevidsthed til den fælles forhandling om virkeligheden og fra behandling til den pragmatiske mening i den sociale kontekst. Et af de vigtigste midler til at skabe mening er narrativet” (Ibid, s.271). I den psykologiske forståelse af stress, kan du tale med en psykolog om, hvad det er, der stresser dig, og forsøge at ændre dette. Men hvad sker der, når du igen positioneres og positionerer dig i de relationer, hvor du oplevede stress? Er det så muligt at indgå i de samme relationer som før uden at opleve stress igen?

Jeg vil ud fra denne tænkning og forståelsesramme i mit speciale se på, hvordan stress bliver til i menneskelige relationer. Jeg vil forsøge at bryde med selvfølgeligheder omkring oplevet stress og vise dens potentielle anderledeshed. Jeg vælger ikke at se på oplevet stress globalt eller på organisationsplan, men i stedet vil jeg se på relationernes betydning på mikroplan. Jeg har interviewet én person, der tidligere oplevede stress, samt dennes netværk. På den ene side har jeg valgt at se på relationernes betydning, da jeg mener, at det ikke kun er den enkeltes ansvar at frisættes fra konstruktionen oplevet stress, men at oplevet stress opstår i relationer i sociale kontekster. Derfor har jeg en tese om, at det også kan være, at relationerne har betydning for frisættelsen. På den anden side er vi i dag børn af den socialkonstruktionistiske tankegang, der vinder mere og mere ind i vores verdensforståelse¹¹, i erhvervslivet og dermed også i vores forståelse af senmoderne fænomener såsom oplevet stress.

Følgende Gergen-citat viser, hvorfor fokus skal ændres fra modernistisk sandhedstænkende teori til postmodernistisk socialkonstruktionistisk teori: *”Det er netop, når vi ved, hvad der er det sande og det rigtige [...] at blodbadet begynder. Indser vi derimod, at selve vores evne til at finde værdi i verden, til at skabe glæde og til at finde mening i vores handlinger beror på relationer, så forstår vi, at relationerne må plejes frem for alt. Og det betyder, at vi i stedet for den fortærende kamp for absolutter må blande os med hinanden i relationer, der er præget af samarbejde” (Ibid, s.11-12).*

1.2 Grundproblematik

”Mig: Hvad tror du, det er, der gør, at du så har kunnet kæmpe den kamp og er kommet tilbage?

¹¹ For eksempel har Haslebo arbejdet med relationer på organisationsplan i flere år. I 2007 afholdte hun et kursus med temaet ”Stress og sygefravær i et relationelt perspektiv”, www.gittehaslebo.dk. Se også bøger af O’Connell, Prætorius og Hansen-Skovmoes (red.) for en mere poststrukturalistisk tilgang

Ea: Mine kollegaer, min familie og mine venner[...] Ja, det betyder jo alt” (Interview med Ea, s.8). Ea svarer hurtigt på mit spørgsmål, og hun italesætter sine menneskelige relationer som betydningskabende for, at hun ikke længere oplever stress. Men hvorvidt og hvordan konstrueres de menneskelige relationer som betydningskabende for, at Ea konstrueres som én, der tidligere oplevede stress?

1.3 Problemformulering

Hvordan bevæger subjektet sig fra positionen som én, der oplever stress, til positionen én, der tidligere oplevede stress? – og hvilke betydninger tillægges menneskelige relationer for denne subjektiveringsproces?

1.4 Begrebsafklaring

Det er helt bevidst, at jeg i opslaget til at finde interviewpersoner har skrevet, at jeg søgte en person, ”der har haft stress”, selvom jeg i dette speciale ikke arbejder med diagnoser og medicinske begreber. Men det er vigtigt at forskeren taler til mennesket med et almindeligt anvendt sprog, så det ikke bliver for fremmed at skulle tale sammen og interviewes, samt at det bliver muligt for mennesket at forstå, hvad forskeren siger. I specialet omtaler jeg derfor den interviewede, som *den, der tidligere oplevede stress*, fordi det hermed ligger indenfor den socialkonstruktionistiske terminologi, hvor situationer, relationer og personer ikke låses fast ved brugen af lukkede begreber, såsom ”stress”, ”stresssymptomer” og ”den stressede”; begreber som alle er blevet til i en medicinsk diskurs. Stress ”...er en sproglig konstruktion, der forhandles i en specifik social kontekst til beskrivelse af en række meninger eller betydninger, som mennesker knytter til følelser, tanker og adfærd” (O’Connell, 2007, s.43). Stress kan opleves på én måde af en person og på en anden måde af en anden; stress er ikke en entydig størrelse, der er dermed heller ikke én måde at behandle stress på. I stedet for begrebet stress bruger jeg i specialet betegnelsen *oplevet stress*.

Alle de interviewede bruger de ord, som er blevet til i den medicinske diskurs og som er en del af hverdags sproget, derfor vil de begreber optræde i min analyse i citaterne fra interviewene, her er det de interviewedes sprogbrug, der er i centrum.

1.5 Metodeafsnit

Jeg vil i dette afsnit se på interviewet i et interaktionistisk perspektiv. Jeg inddrager løbende mine refleksioner over de producerede interviews.

1.5.1 Interviewet som metode

For at få en forståelse af, hvilke betydninger relationer har for den, der tidligere oplevede stress, er det kvalitative interview en nærliggende metode. Jette Fog skriver, at *"[f]ormålet med at bruge et kvalitativt forskningsinterview er at få fat i de betydninger, som personer, ting og forhold har for interviewpersonen, og/eller afdække de betydninger, som han ser i sin egen måde at forvalte sit liv og sine betingelser på"* (Fog, 2004, s.11). Jeg vil netop se på, hvilke betydninger de menneskelige relationer havde for, at den, der tidligere oplevede stress, ikke længere oplever stress, og derudover også se på, hvilke betydninger den oplevede stress havde for deres relationer. Kruuse fremhæver Marshalls og Rossmans liste over fordele ved det kvalitative forskningsinterview. Én af fordelene er, at *"[i]nterviewet er en nyttig metode til at opdage komplekse forbindelser mellem relationer i den sociale verden"* (Marshall & Rossman i Kruuse, 2007, s.142). I det kvalitative interview er der mulighed for at spørge uddybende til de forskellige svar, hvis der italesættes noget, der synes relevant for forståelsen af betydningerne i konstruktionen. Dermed bliver konstruktionen af interviewpersonens narrativ bredere og mere uddybende, end hvis der blev brugt spørgeskemaer, hvori spørgsmålene er fastlåste, og den udspurgte kan blive i tvivl om, hvilken kasse, der skal krydses af, og svarene bliver derfor meget afgrænsede (Kruuse, 2007, s.142). Haavind skriver, at forskeren i en dialogisk position med det undersøgte felt bedrer sin modtagelighed for andres erfaringer (Haavind, 2000a, s.20-21), end hvis empirien bestod af ikke dialogisk metode, såsom observationer eller spørgeskemaer.

"The narratives that are produced [...] are all constructed in situ, as a product of the talk between interview participants" (Gubrium & Holstein, 2003, s.67). Interviewpersonen fortæller sin historie, men idet interviewereren stiller spørgsmål og er til stede, bliver konstruktionen til interviewers og den interviewedes fælles konstruktion af narrativerne (også jf. Winther Jørgensen, 2002, s.254). Dette samspil beskriver Staunæs og Søndergaard på følgende måde: *"Intervieweren kan forstås som en, der åbner forskningslandskabet ved at lære af den interviewede. [...] at se hans eller hendes (interviewerens, HAP) funktion som det at etablere et virksomt og engageret samarbejde, der kan udfolde den interviewedes erfaringer og forståelser"* (i Mik-Meyer & Järvinen, 2005, s.55-56). Hvis interviewereren ikke havde været til stede, ville konstruktionen have set anderledes ud, idet interviewereren er med til at åbne for en bredere forståelse af narrativerne end den, som den interviewede selv ville have italesat. Intervieweren søger en bredere forståelse af den interviewedes narrativ ved at være med til at skabe fortællingen med sine spørgsmål. *"Inden for et interaktionistisk perspektiv er et interview i Holsteins og Gubriums (1997) terminologi således ikke en "søg - og - afdæk - mission", men en metode, i hvilken interviewereren selv aktivt påvirker den fortælling, der skabes"* (Mik-Meyer & Järvinen, 2005, s.15). Intervieweren søger ikke at afdække en sandhed og finde årsager og virkninger ved at stille spørgsmål, da dette ikke er begreber, der anerkendes i den poststrukturalistiske teoriretning (se afsnit 2.1). Det narrativ, som den, der tidligere oplevede stress og interviewer producerer om relationernes betydning, er én konstrueret sandhed ud af mange, og den ville kunne se anderledes ud, hvis det havde været en anden interviewer. Og narrativet ser også anderledes ud, når interviewereren konstruerer den sammen med veninden, kollegaen eller lederen.

1.5.2 Udvælgelse af interviewpersoner

Jeg ville interviewe en person, der tidligere havde oplevet stress, for at finde ud af, hvilken betydning, hendes relationer havde for hendes oplevede stress. Jeg udarbejdede Opslag version 1 (Bilag 1), som blev lagt ud på Black Board; DPU's intranet for undervisere og studerende. Samtidig skrev jeg til www.stressforeningen.dk¹², for at få lagt opslaget ud på deres hjemmeside. Da jeg ikke fik nogen henvendelser, skrev jeg opslaget om, Opslag version 2 (Bilag 2), og sendte det ud til venner

¹² Et forum for stressede på nettet, hvor man kan hjælpe og støtte hinanden under og efter oplevet stress. Der er informationer om stressforebyggelse og behandling. De arrangerer også caféer, hvor stressede kan mødes. Foreningen har en del journalister, der henvender sig for at lave interviews med mennesker, der oplever stress

og bekendte og bad dem om at sende opslaget videre til deres venner/bekendte/familie/kolleger. Jeg gjorde det klart, at det skulle være en person, som jeg ikke kendte, der skulle interviewes.

På grund af tid, har jeg begrænset empirien til ét interview med en, der tidligere oplevede stress, samt interviews med 3 personer i relation til hende. Valget begrundes også med, at der indenfor socialkonstruktionismen arbejdes med øjebliksbilleder af konstruktioner af relationer og diskurser. Der er ikke et krav om, at der skal foretages en vis mængde interviews for at lave en analyse af en problemstilling. Jeg havde kun to kriterier for, hvem jeg skulle interviewe først; det skulle være en person der tilhørte kategorien *den, der tidligere oplevede stress* og som på tidspunktet for interviewet var i arbejde. Begrundelserne herfor kan læses i afsnit 1.6.1. Da jeg kun skulle vælge én person, var der ikke noget krav om, at det skulle være et bredt udsnit af kategorier; såsom alder, køn og arbejde. Og da jeg fik den første henvendelse, valgte jeg hende efter at have talt med hende om specialets indhold og interviewets omfang. Idet jeg kun har én person, der tidligere oplevede stress, vil jeg få en konstruktion af **hendes** oplevelse af stress, og dermed er den ikke repræsentativ ifølge de positivistiske og normative metodetilgange. Men da jeg arbejder poststrukturalistisk er det heller ikke mit ønske at generalisere, se afsnit 1.7 om generaliserbarhed. Jeg vil i perspektivering se på, hvordan man kan bruge konklusioner fra poststrukturalistiske analyser i bredere sammenhænge.

1.5.3 Sneboldmetoden

Jeg har brugt Sneboldmetoden som udvælgelsesmetode af interviewpersoner. Reff Pedersen anvender den i sin ph.d.-afhandling (Reff Pedersen, 2000). Metoden er en del af den samfundsvidenskabelige tilgang Bottom up, som tager udgangspunkt i studier af de enkelte personer i konkrete processer, som for eksempel stressbehandling. Denne tilgang står i modsætning til Top Down, der tager udgangspunkt i organisationen og har fokus på virksomhedernes stressbehandlingspolitikker (Bogason & Sørensen 1998, s. 1-5, refereret i Reff Pedersen 2000, s. 37). Sneboldmetoden går, i relation til mit speciale, ud på først at finde en interviewperson (kaldet *aktøren*) og interviewe denne. Dernæst følges *snebolden* ved, at de af den interviewede udpegede personer interviewes. Til sidst skal alle interviewes sammen, men dette led har jeg ikke taget med, da mit design var at skabe narrativer med hver enkelt interviewperson for sig. Fordelen ved at bruge denne metode er, at den 1) giver et mangesidet billede af aktørens oplevelse af relationernes betydning 2) hjælper til at finde frem til

hvem, der havde betydning for den, der oplevede stress 3) hjælper til at finde frem til forståelsen af betydningerne af relationer til den, der tidligere oplevede stress (Reff Pedersen, 2000, s.88). Sneboldmetoden giver overordnet set plads til, at ”*empirien kan udfolde sig på sine egne præmisser*” (Ibid, s.89). Dette passer godt i tråd med, at socialkonstruktionisme lader de interviewede udfolde deres narrativer, og at de interviewede ikke skal styres af, hvad forskeren mener på forhånd.

Jeg har interviewet 3 personer, der havde relation til hende, der tidligere oplevede stress; hendes leder, en kollega og en veninde, dermed blikker jeg forståelsen af relationernes betydning i et bredere perspektiv, end hvis jeg kun havde interviewet hende, der tidligere oplevede stress. Jeg valgte ikke at interviewe endnu en nævnt veninde, da jeg kun ønskede at interviewe én person som repræsentant for hver kategori. Hende, der tidligere oplevede stress valgte, hvilken af veninderne, jeg skulle interviewe. Hvis jeg havde valgt at interviewe begge to, ville jeg have fået et bredere perspektiv på kategorien veninde, men jeg valgte at tage én, fordi der også var én kollega og én leder. Se mine overvejelser om at interviewe veninderne samtidig, afsnit 1.6.3. Jeg ville også gerne have interviewet Eas mand, da Ea italesætter, at han også havde stor betydning for hendes oplevede stress, men hun sagde ikke, at jeg skulle interviewe ham. Jeg spurgte heller ikke, om jeg måtte interviewe ham.

Haslebo skriver, at når forskeren skal undersøge relationernes betydning, skal personerne interviewes i grupper, så forskeren kan analysere relationerne i den sociale kontekst, man undersøger, i stedet for deres italesættelse af relationerne i en social relation med interviewerens (Haslebo, 2004, s.37). Da alle mine informanter ikke er subjekter i den samme kontekst, vil et gruppeinterview af dem alle ikke vise betydningen af deres relationer, da de i en sådan kontekst vil forhandle om nye positioneringer i en ny kontekst. Jeg kunne vælge at se på de forskellige relationer hver for sig, men det ville have betydet, at jeg interviewede den, der tidligere havde stress 3 gange; én med veninden, én med chefen og én med kollegaen og dette mener jeg ikke, jeg kan kræve af en person, der stiller frivilligt op til mine empiriske undersøgelser uden at få noget igen.

1.5.4 Benævnelser

Jeg har valgt at benævne den, der tidligere oplevede stress ved navn, mens de andre personer benævnes ud fra, hvilken relation de har til Ea; veninden, kollegaen og lederen. Derved løfter jeg Ea frem som en hovedperson og de andre bliver til bi-personer i specialet. Jeg overvejede, om de skulle have navne, men i mit arbejde med analysen blev det tydeligt for mig, at der er en analytisk pointe i at benævne dem ved de kategorier, de tilhører. Ea og de andre skelner imellem, hvordan Ea bliver frisat fra oplevet stress, og hvordan hun kommer tilbage på arbejde, og betydningerne af dette ses i de forskellige menneskelige aktører, der tilhører henholdsvis arbejdspladsen og privatlivet, og denne pointe vil jeg gerne løfte frem, ved at læseren hele tiden bliver gjort opmærksom på, hvilken kategori de interviewede tilhører.

1.5.5 Betydningen af kontakten mellem interviewer og informant

Fog skriver, at opmærksomheden mellem interviewer og den interviewede er vigtig. Hvis intervieweren holder sig til interviewguiden bliver begge distraherede i kontakten. Hun foreslår at intervieweren husker spørgsmålene eller har en temaliste, hvor hun kan se, om hun spørger ind til alle ønskede temaer. Hvis intervieweren er usikker, kan intervieweren bruge nedskrevne spørgsmål, men dette kan gøre, at både interviewer og den interviewede bliver mere usikker, da kontakten mellem de to bliver afbrudt (Fog, 2004, s. 45-46). Jeg oplevede i de to interviews med kollega og leder, at jeg var forholdsvis afhængig af mine spørgsmål. De var meget fokuserede på mit papir med spørgsmål og svarede kort på mine spørgsmål. Fog kalder dette for ikke-kontakt og skriver: *"[j]eg ved ikke, hvad jeg skal sige og er distraheret af pludselig at sidde og tænke på, hvad mine næste spørgsmål i interviewet skal være ..."* (Ibid, s.72). Især i interviewet med lederen oplevede jeg, at jeg havde svært ved at skabe kontakt og opretholde den. Jeg syntes ikke, at svarene var uddybende, og jeg kunne ikke finde ud af at stille dyberegående spørgsmål til det, hun svarede. Jeg følte mig utilpas, fordi interviewet var så kort, og det var først på et tidspunkt, hvor jeg løsrev mig fra interviewguiden og taler om mediernes og selvhjælpsbøgernes omtale af kost og motion, at jeg følte, at kontakten blev god, og hun svarede mere uddybende og samtalen blev flydende (Interview med lederen, s.10). I interviewet med kollegaen var jeg forberedt på, at det kunne blive svært, så der kunne jeg lidt bedre slappe af og forsøge at stille spørgsmål udenfor min guide.

Den gode kontakt, skriver Fog, viser sig ved, at: "*[j]eg lægger ikke mærke til den, for jeg er travlt optaget af det andet menneske og af det fælles tredje, der er mellem os. Og han er optaget på samme vis, som jeg er det*" (Fog, 2004, s.71). Dette var kendetegnene for interviewene med den, der tidligere oplevede stress og hendes veninde. Jeg frigjorde mig af interviewspørgsmålene, og kun engang imellem skulle jeg se i papirerne, for at se, om jeg havde nået rundt om alle spørgsmålene. Det var tydeligt, at veninden syntes, at det var vigtigt med en god kontakt for ikke at svare kort på spørgsmålene, og for at interviewet oplevedes som en samtale mellem to mennesker. Hun nævnte til sidst, at hun i starten ikke syntes, det var behageligt med diktafonen, men at hun hurtigt vænnede sig til den og så den som en mulighed for at få øjenkontakt (Interview med veninden, s.20).

1.5.6 Konsistens og refleksioner

Det er ikke kun manglende opmærksomhed fra interviewerens, der kan gøre interviewet kort og stift. Staunæs og Søndergaard skriver om, at kravet om sammenhæng og konsistens i vores tale er udbredt. Hvis dette konsistenskrav er udtalt i interviewet, vil det være svært at reflektere, og i stedet kan den interviewede få en oplevelse af at være en passiv respondent, der bliver tappet for information (i Järvinen & Mik-Meyer, 2005, s. 67). Intervieweren kan forsøge at åbne op for refleksivitet igennem spørgsmålene. Jeg spurgte for eksempel kollegaen, om hun oplevede en forskel på, hvordan Ea havde det, da hun kom og hvordan Ea havde det, da hun gik. Dette var tydeligvis ikke noget, hun havde overvejet, hun skulle lige tænke sig om, inden hun svarede (Interview med kollegaen, s.7). Når der åbnes for refleksioner åbnes der for et bredere perspektiv på for eksempel relationernes betydning, og dermed for en bredere forståelse, som er et af kravene i det socialkonstruktionistiske perspektiv.

1.5.7 Opbygning

Interviewguiden er semistruktureret, og den er lavet ud fra dramaturgien om, at der til indføring i interviewet spørges til neutrale emner, som er lette at tale om. Formålet er, at den interviewede får en fornemmelse af, hvordan det er at blive interviewet og tale med forskeren. Derefter spørges til det emotionelle niveau, hvor det kan være svært for den interviewede. Og til sidst spørges der igen

til noget mindre emotionelt og mere neutralt, for at den interviewede ikke lades tilbage med en masse følelser (Thagaard, 2004, s. 97-98). Jeg sluttede af med at spørge, hvordan de forskellige interviewpersoner oplevede interviewet. Jeg ville gerne vide, om personen havde det godt efter interviewet, så jeg kunne afslutte det. Derudover ville jeg gerne have konstruktiv kritik, så jeg kan få en forståelse af mig selv som interviewer.

1.5.8 Sprogbrug

Da jeg skriver inden for det socialkonstruktionistiske perspektiv er sprogbrugen i mit speciale en anden end den, der bruges i daglig tale og i interviewene. Jeg har forsøgt at holde interviewspørgsmålene enkle, konkrete og i et sprog, der ikke er forskningsbaseret, så den interviewede kan forstå dem (Staunæs & Søndergaard i Järvinen & Mik-Meyer, 2005, s.65). Dette er ind imellem svært, fordi den læste litteratur er fagligt funderet, men jeg var meget opmærksom på ikke at bruge fagudtryk i samtalen med de interviewede.

1.5.9 Spørgetyper

Jeg har i min interviewguide brugt hvordan- og hvad-spørgsmål, som er med til at *”udfolde og uddybe de oplevede, følte og/eller erkendte dynamikker”* (Ibid, s.65-66). Den interviewede fortæller dermed, hvordan hun oplevede stress og relationernes betydning derfor. Hvorimod hvorfor-spørgsmål opfordrer til, at den interviewede skal finde forklaringer eller hypoteser, som hører til i en årsags-virknings-tilgang og ikke i det socialkonstruktionistiske perspektiv. Det interessante i dette perspektiv bliver at finde ud af, hvordan hun håndterer den oplevede stress og frisættes fra konstruktionen oplevet stress, og ikke hvorfor. Det kan være svært i interviewsituationen at undgå at stille hvorfor-spørgsmål, fordi denne tænkning er en del af diskursen i vores samfund. De fleste af os er vokset op med at finde forklaringer, så vi kan ændre vores liv ud fra disse forklaringer¹³. Gubrium og Holstein foreslår, at forskeren anerkender betydningen af, at den interviewede konstruerer historien gennem samtale med intervieweren, og dette sker gennem at være en mere ”aktiv”

¹³ Stephen R. Covey har i bogen ”7 gode vaner” en god pointe til ændring af synet på årsags-virknings-tænkningen (i den danske udgave hedder det påvirkning og reaktion). Mellem påvirkning og reaktion er der hos mennesket, til forskel fra hos dyrene, en frihed til selv at vælge; dette kalder han den proaktive model

interviewer: "... we suggest that researchers take a more "active" view of the interview and begin to acknowledge, and capitalize upon, interviewers' and respondents' constitutive contributions to the production of interview data" (Gubrium & Holstein, 2003, s.68). Den aktive interviewer, mener de, bruger hvordan- og hvad-spørgsmål, som åbner op for den interviewedes konstruktion af historien, som interviewereren er med til at skabe gennem sine spørgsmål.

Søndergaard skriver, at "[h]vis man gennem interview ønsker adgang til at lære noget om de dynamikker, konstitueringer, netværk og formationer, der tilbyder subjektiveringsbetingelser i en given kontekst, så må man indstille sin verbale og kropslige kommunikationsform på åbenhed" (Søndergaard, 2005, s.249). Jeg havde svært ved at stille spørgsmål, som jeg anså som ubehagelige; spørgsmål som for eksempel: "Er der noget øhm... som dine kolleger har gjort, der har gjort det sværere at komme igennem din stress? Eller har det kun været med til at hjælpe dig?" (Interview med Ea, s.9). Jeg synes ikke, det var nemt at spørge om dette, og derfor stiller jeg et ekstra spørgsmål, så hun selv kan vælge, om hun vil tale om det. Hun vælger at tale om det, selvom jeg ikke bevidst indstiller min krop og mit sprog på åbenhed. Fog skriver, at "[s]amtale og samvær, og intuitive og empatiske evner, der kræves, for at samtalen og samværet kan fungere frugtbar, kan aldrig blive et teknisk anliggende..." (Fog, 2004, s.32), og dette tolker jeg som, at jeg intuitivt udviser empatiske evner, som åbner op for Eas fortælling, også om de svære ting.

Når interviewereren opfordrer den interviewede til at udfolde sin historie, skal hun være opmærksom på ikke at lukke af for udfoldelsen ved at være dømmende eller konkluderende (Staunæs & Søndergaard i Järvinen & Mik-Meyer, 2005, s.65). I den sidste del af interviewet siger Ea: "[...]... altså jeg skal tænke mig virkelig godt om, og... jeg skal virkelig...". Her afbryder jeg og siger: "Du skal lægge mærke til dine symptomer" (Interview med Ea, s.25). Her kommer jeg med en konkluderende kommentar, der er udtryk for, at jeg vil have hende til at passe på sig selv, men det lukker af for hendes mulighed for selv at fuldføre sætningen, og måske ville hun have sagt noget andet, hvis ikke jeg havde sagt dette. Jeg brugte i interviewene ind imellem sætningerne: "Ja, det er rigtig" og "det synes jeg er rigtig godt", som kan anses som min konklusion på udsagnene, samt min vurdering af det gjorte. Disse udsagn kan have været med til at lukke ned for udfoldelsen af de interviewedes historie, men de er samtidig ofte brugte udsagn til kommunikation i en almindelig samtale mellem to mennesker, og de lukker ikke konstant af for den interviewedes talestrøm (for eksempel Interview med Ea, s.26). Gergen skriver om brugen af sådanne sætninger, at "[d]isse sætninger bliver

anvendt af mennesker, når de udfører forskellige sociale ritualer, interaktionsmønstre eller kulturelle projekter. [...] fordi det kan åbne op for os eller minde os om potentielt brugbare metoder at tale” (Gergen, 2008, s.130-131). Herudfra ses, at de sætninger er velkendte for den interviewede og ifølge Gergen kan åbne op for tale. Men jeg var alligevel bevidst om, ikke at bruge de sætninger for ofte, for at give den interviewede plads til at tale uden afbrydelse fra mine kommentarer.

1.5.10 Interviewets tilblivelse og forløb

Kruuse skriver, at interviewer skal sørge for, at interviewer og den interviewede sidder bekvemt og uforstyrret, for at interviewet kan få et tilfredsstillende forløb med god kontakt og et tillidsfuldt forhold (Kruuse, 2007, s.151). Jeg lod informanterne bestemme, hvor de ville interviewes, så det var i en ramme, hvor **de** var trygge. De to interviews, der foregik privat, foregik uforstyrrede og informanterne virkede trygge. Eas mand var hjemme, men han var i et andet rum og havde fået at vide, at vi skulle være uforstyrrede i 1 time. Veninden var alene hjemme, så her var der ikke nogen forstyrrelser. Interviewet med kollegaen foregik på hendes arbejdsplads i et depot. Men allerede kort efter, vi var gået i gang kom der én, der skulle pakke en gave ind, så der blev en lang pause. Efter vi havde genoptaget samtalen, blev vi igen forstyrrede, denne gang af en anden kollega, der skulle finde noget. Det var svært at genoptage samtalen efter afbrydelserne, og dermed blev det tydeligt, hvor betydningsfuldt det er at kunne føre en samtale et sted, hvor der ikke sker afbrydelser.

Interviewet med lederen foregik på hendes kontor. Her var trygt for hende, og vi sad uforstyrrede. Derimod kom vi under tidspres, da jeg ikke kunne finde stedet og kom for sent. Vi havde aftalt, at interviewet skulle vare 1 time, så fra starten var der et tidspres. Kruuse skriver endvidere, at det er vigtigt, at der er afsat god tid til at interviewe (Ibid, s.151), og denne gode tid forsvandt, idet lederen ikke havde mere tid end den afsatte. Det viste sig, at interviewet kun tog 20 minutter, så vi havde slet ikke behøvet at føle et tidspres. Det er ikke til at sige, om interviewet ville have varet længere, hvis ikke vi havde tidspresset.

Thagaard skriver ud over tillidens betydning for den personlige kontakt i interviewet, om betydningen af den interviewedes relation til interviewer (Thagaard, 2004, s.101). Interviewer skal reflektere over, hvilken betydning hun kan få for samtalens udfoldelse. Kruuse skriver, at interviewe-

ren skal undlade at komme med private oplysninger, som kan have betydning for, at det er svært at opretholde et professionelt forhold (Kruuse, 2007, s.149). Både i interviewet med den, der tidligere oplevede stress og i interviewet med veninden, sagde jeg: *"det kender jeg godt"*, fordi de havde nogle problemstillinger, som jeg kendte til (for eksempel interview med Ea, s.6 og interview med veninden, s.11). På den ene side, kan dette være med til at skabe en bedre kontakt og give den interviewede lyst til at sige mere. På den anden side kan det have betydning for, at samtalen ikke bliver udfoldet, idet jeg signalerer, at jeg kender til det problem, og at personen derfor ikke fortæller mere, og at jeg heller ikke får spurgt yderligere til det sagte.

Interviewerens brug af prober viser dennes interesse i det sagte og opfordrer den interviewede til at uddybe det, hun siger. Intervieweren kan også gøre brug af sætninger, for at få informanten til at uddybe nærmere (Thagaard, 2004, s.89-90). Jeg brugte ofte proberne *"mmh"*, *"okay"*, *"ja"* og *"nej"* i et spørgende tonefald, for at opfordre de interviewede til at uddybe, og for at vise, at jeg hørte efter.

Da jeg transskriberede interviewet med lederen, blev jeg opmærksom på, at jeg måske med held kunne give de interviewede mere tid til at tænke sig om, før de kunne svare på mine spørgsmål. Kruuse refererer til Kvale og Winther Jørgensen, som begge påpeger betydningen af, at intervieweren skal give den interviewede tid til at svare (Kruuse, 2007, s.149 og 151). Jeg kunne høre, at hvis lederen ikke svarede på et spørgsmål med det samme, så forsøgte jeg at stille det samme spørgsmål på en anden måde eller uddybe det, og andre steder, hvor jeg gav lederen tid til at tænke sig om, svarede hun. Erfaringen om at give mere tid tog jeg med til de næste interviews, og især i interviewet med kollegaen, hvor setting var den samme som med lederen, og derved kunne det ifølge teorien være et interview, som ikke umiddelbart åbnede op for samtale, ligesom i de to hjemmeinterviews.

1.5.11 Betydninger af køn

Thagaard skriver, at studier har vist, at køn kan have betydning for interviewets tilblivelse. Hvis det for eksempel er en mand, der interviewes af en kvinde, kan han forsøge at overtage kontrollen over interviewet ved at understrege kønsforskellen (Thagaard, 2004, s.186). Idet alle dem, jeg interview-

ede var kvinder, var der ikke denne kamp mellem kønnene. Samtidig med at der var en gensidig forståelse for det at være arbejdende kvinde, var der også en risiko for, at ikke alt blev udtalt, fordi vi mente, at vi forstod hinanden.

Kønns betydning omtaler Järvinen som "Kategoriseringer af medlemskab"; de interviewede og interviewereren "*bliver positioneret og positionerer sig selv, som tilhørende specifikke sociale kategorier*" (i Järvinen & Mik-Meyer, 2005, s.31-32). Begge parter har en forestilling om, hvordan den anden vil agere ud fra, hvilken kategori han/hun mener, den anden tilhører. I interviewet med veninden bliver det tydeligt, at vi tilhører den samme kønnede kategori, og at der derfor bliver talt nogle ting frem om mænd, som der ellers ikke ville være blevet sagt. For eksempel fortæller veninden om, at når mænd er syge, kan de ikke lave noget, og verden kan falde sammen omkring dem. Hvorimod når kvinder er syge, så tager de alligevel lige vasketøjet og laver mad, så det ikke går ud over familien (Interview med veninden, s.7).

1.6 Ethiske overvejelser

1.6.1 Generelle bestemmelser

I de "Ethiske Principper for Nordiske Psykologer" står der, at det ikke er muligt at lave regler for, hvordan psykologer skal arbejde, og dermed heller ikke for, hvordan psykologer skal foretage interviews. I stedet er det op til "*den enkelte psykologs etiske bevidsthed, ansvarsfølelse og faglige kvalifikationer*" ("Ethiske Principper for Nordiske Psykologer, s.3, 1.april 2000, refereret i Fog, 2004, s.230). Også Alver og Øyen skriver om, at der ikke findes endegyldige regler for, hvordan forskeren skal agere i felten. De skriver, at de forskellige forskningsetiske regler, der er, skal "*bruges som rådgivende og veiledende. Deres vigtigste opgave er å skabe refleksjon og bevissthet om de forhold som kan komme til å utfordre og vekke forskningsetisk bekymring*", (Alver og Øyen, 1997, s.23). Det er derfor vigtigt, at psykologen foretager grundige etiske overvejelser, inden han/hun går i gang med at finde interviewpersoner, udarbejde interviewguides og foretage interviews. De overvejelser, som jeg har gjort mig vil blive behandlet i de følgende afsnit.

1.6.2 Anonymitet

Det anses som vigtigt, at de interviewede har fuld anonymitet i specialet. Alle de interviewede skal have ret til beskyttelse af deres privatliv; ingen der læser specialet må kunne genkende eller finde frem til de interviewede efterfølgende. Jeg benævner de interviewede Ea, veninden, kollegaen og lederen, tidligere begrundet i afsnit 1.5.4. Jeg benævner ikke beliggenheden eller navnet på arbejdspladsen.

Jeg har optaget alle interviews med en diktafon, så jeg har kunnet transskribere interviewene bagefter. Dette er vigtigt for, at jeg kan bruge mit teoretiske perspektiv til at analysere, hvad de forskellige har sagt, og dermed finde frem til deres forståelse af relationernes betydning for, at den, der tidligere har oplevet stress, ikke længere oplever stress. De transskriberede interviews er, efter aftale med de interviewede, kun tilgængelige for censor, vejleder og mig, idet interviewene er konstrueret i fortrolighed med mig og i en forståelse af, at det sagte ikke bliver anvendt i en ny kontekst, hvor det muligvis kan give problemer eller kan misforstås. Alle interviewpersoner har skrevet under på det informerede samtykke uden at have ønske om udeladelser af noget sagt, men det er ikke ensbetydende med, at alle data kan bruges og refereres direkte. Dette er mit ansvar, som jeg vil omtale i afsnit 1.6.4. De optagede interviews bliver destrueret efter bedømmelsen af specialet, så de ikke vil være tilgængeligt for nogen, og interviewene vil heller ikke blive brugt til anden forskning.

1.6.3 Informeret samtykke

Det informerede samtykke er baseret på princippet for *”respekten for individets råderet over eget liv og retten til kontrol med de oplysninger om en selv, som man deler med andre. Derfor har informanten krav på at få kendskab til formålet med undersøgelsen og hovedtrækkene i projektet”* (Thagaard, 2004, s.25). Det informerede samtykke er forskerens metode til at fortælle interviewpersonen, hvad interviewet og undersøgelsen går ud på. Jeg fortalte Ea, hvad specialet gik ud på, fordi det var vigtigt, at hun godt ville have, at jeg interviewede nogle af menneskene i hendes netværk. Jeg havde spurgt nogle der tidligere oplevede stress, om de ville interviewes, men de ønskede ikke, at andre skulle sidde og fortælle om dem og deres ”sygdom”, og derfor gjorde jeg det meget tydeligt i den indledende telefonsamtale, hvad jeg ville spørge om, så de forskellige kunne svare, om de ville lade sig interviewe.

Det informerede samtykke er på den ene side informantens mulighed for selv at vurdere, om der er risiko for at *lide overlast*¹⁴ i medvirken i interview og undersøgelse (Alver og Øyen, 1997, s.103). Dette gentog jeg før interviewet og under interviewet, på tidspunkter, hvor jeg tænkte, at det kunne være et svært spørgsmål at svare på. Det var vigtigt for mig, at de ikke følte sig presset til at svare på noget; især i interviewene, der foregik i private hjem, hvor asymmetrien ikke var så udtalt, og hvor de måske kunne sige for meget i fortrolighed, som de senere ville fortryde. På den anden side er det informerede samtykke forskerens vished om, at interviewpersonen gerne vil være med i undersøgelsen og ikke efterfølgende springer fra. Jeg valgte, at informanterne skulle underskrive det informerede samtykke **efter** interviewet. Thagaard påpeger, at spørgsmålene kan ændre sig undervejs, fordi de kvalitative undersøgelser er fleksible (Thagaard, 2004, s.26). Min interviewguide var semistruktureret, så jeg kunne ikke på forhånd fortælle præcis, hvilke spørgsmål og temaer, der ville blive talt om, derfor valgte jeg at lade de interviewede skrive under på det informerede samtykke til sidst, så de ikke havde skrevet under på noget, der ændrede sig. Dermed kunne jeg også spørge, om de havde nogle udsagn, de ikke ønskede med, og skrive dem på det informerede samtykke, så der var klare linier. Derudover blev det også muligt at gå i gang med analysen med det samme, fordi de ikke efterfølgende kunne ringe og sige, at de alligevel ikke ønskede at deltage i undersøgelsen.

Det var den, der tidligere oplevede stress, der sagde, hvem jeg skulle interviewe, og dermed gav hun samtykke til, at jeg måtte interviewe dem. Det kan være grænseoverskridende at lade andre tale om en, så derfor skulle hun give lov og spørge dem, om de ville lade sig interviewe. Jeg fik navnet på 2 veninder, og jeg overvejede at interviewe dem samtidig, men jeg ville gerne minimere risikoen for, at Ea oplevede, at der ville skabes alliancer og konsensus hos veninderne, og at hun ville opleve sig som et "objekt" for samtale og være ekskluderet. Ved at foretage enkeltinterviews bliver interviewet en konstruktion mellem forsker og informant, hvor forskeren efterfølgende sidder med oplysninger, som hun kan vælge til eller fra, og dermed lever jeg op til mine etiske krav om, at jeg ikke diskuterer de forskelliges udsagn med de andre informanter. Jeg valgte ud fra disse overvejelser kun at interviewe den ene veninde.

¹⁴ Udtrykket kommer fra Alver & Øyen, 1997, s.103. Men det kan diskuteres om et sådan ord kan anvendes i det post-strukturalistiske perspektiv

1.6.4 Hensyn til den interviewede

Det anses som vigtigt at sætte den interviewede og dennes interesser før vigtigheden af at foretage studier af mennesket. I Helsinki-deklarationen¹⁵ står, at ”... omsorgen for forsøgspersonernes interesser altid skal veje tungere end videnskabens og samfundets interesser” (Helsinki-deklarationen 1984; i Kruuse, 2007, s.336). I Opslag version 1 og 2 og i indsamlingen af data, har jeg tydeliggjort, at den, der tidligere har oplevet stress, skulle vælge, hvem vedkommende ønskede interviewet ud over hende selv. Den etiske grund er, at jeg ikke vil gå bagom ryggen på den, der tidligere oplevede stress, og få nogen i tale om et så følsomt tema som oplevet stress. Det kunne være ubehageligt for den, der tidligere oplevede stress, samt for dem, der skulle udtale sig om hende. Derudover ville det have betydning for, hvilke data fra interviewene, jeg kunne inddrage i specialets analyse, hvis ikke jeg havde fået tilladelse til at indsamle data fra personerne i relationerne til den, der tidligere har oplevet stress. Mit hensyn er til den, der tidligere har oplevet stress, samt til at de også efterfølgende skal kunne indgå i de samme arbejdsrelationer og/eller private relationer.

Thagaard henviser til NESH 1993, ”Den nasjonale forskningsetiske komite for samfunnsvitenskap og humaniora”, der skriver, at: ”[d]e personer, der er genstand for forskningen, må ikke udsættes for øget risiko for fysiske eller psykiske skader eller belastninger” (Thagaard, 2004, s.28). Jeg har valgt at interviewe en person, der ikke længere oplever stress, så oplevelsen af stress er kommet på afstand. Dermed håbede jeg, at personen ikke undervejs i interviewet fik det svært. Det viste sig, at det alligevel var følelsesladet for hende at blive interviewet. Hun sagde, at det var svært, og hun havde flere gange tårer i øjnene.

Jeg bliver undervejs i interviewet klar over, at hun, siden vi lavede aftalen om interviewtidspunktet, er begyndt at opleve, hvad hun selv kalder ”symptomer på stress”. Da jeg spørger hende, om hun stadig oplever stress, siger hun: ”Altså øh... Jeg må jo sige, at jeg er begyndt at glemme lidt igen...[] så på den led... altså... fordi at... at det har jeg jo gjort i en årrække, inden jeg går ned – glemte alting. Jeg skulle skrive alting ned...” (Interview med Ea s.24). Denne udtalelse gjorde, at jeg efterfølgende overvejede, om jeg havde levet op til mine egne etiske krav og målsætninger, men inden interviewet talte vi i telefon, hvor hun sagde, at hun ikke længere oplevede stress. Jeg overvejede også, om jeg skulle reagere på tegnene, så hun selv så dem tydeligt, og om omgivelserne skulle

¹⁵ Helsinki-deklarationen, er en deklaration om etiske normer for humane forsøg; revideret i år 2000

informerer. I de 3 andre interviews spørger jeg, om de har set tegn på stress. Jeg fandt ud af, at de er opmærksomme på, hvordan hun har det, og derfor valgte jeg ikke at gøre mere.

Da jeg afslutter interviewet, siger hun selv, at det har været behageligt at blive interviewet af mig; "[...] Altså, jeg synes, det har... været rigtig behageligt...[...] selvom det også har været hårdt, fordi man... bliver banket tilbage, ikk' (Interview med Ea, s.27). Jeg spørger, om hun har det fint med, at interviewet er sluttet. Det siger hun også ja til, og jeg ved, at hendes mand er hjemme, hvis hun får brug for at snakke med en, og jeg ved fra vores samtale, at han er en god støtte. Hun siger i starten af interviewet: "Øhm..... ... Han var meget mere omsorgsfuld og kærlig... og hjælpsom" (Interview med Ea, s.11). Derfor havde jeg det fint med at gå fra hende, selvom hun havde syntes, det var hårdt.

Det var vigtigt for mig, at følge op på, om hun havde det fint efter interviewet. Jeg skrev derfor en sms og sagde tak for det brugbare interview og spurgte om, hvilken af veninderne, jeg skulle interviewe. Hun gav udtryk for, at det havde været en spændende oplevelse at blive interviewet, og hun svarede på mit spørgsmål. Og derved mente jeg, at hun stadig syntes, det var i orden at jeg brugte interviewet.

1.6.5 Forskerens formidling og fortolkning

Udover at forskeren skal tage hensyn til de interviewede frem for til forskningen, er det ifølge det socialkonstruktionistiske perspektiv vigtigt, at analysen af materialet viser en bred og nuanceret konstruktion af betydningen af relationerne mellem den, der tidligere oplevede stress og de andre interviewede. "Den etiske ansvarlighed kræver, at forskeren fremdrager bredden og nuancerne i materialet" (Thagaard, 2004, s.211). Forskeren skal i analysen vise det konstruerede billede i bredest muligt forstand, så de interviewede kan genkende konstruktionen, set ud fra deres subjektposition og ikke kun fra forskerens position. Når konstruktionen ses fra mange positioner, skal analysen også ses fra mange vinkler; og ikke kun fra positionen af den, der tidligere oplevede stress. Forskeren kan måske have en mere nær relation til den primære informant end til de andre informanter; se om relationen til informanterne i afsnit 1.6.6. Thagaard taler om at være kritisk, neutral eller positiv overfor informanten i formidlingen af den analyserede konstruktion (Ibid, s.212). Forskeren anses

ikke som repræsentant for den interviewede, men skal samtidig undgå at udlevere den interviewede. Inden for socialkonstruktionismen kan intet menneske være neutralt, interviewerens anses som et subjekt. I kraft af at jeg, subjektet, analyserer på forskellige subjekters udsagn og ønsker at brede forståelse af disse udsagn ud, vil jeg give en bredere forståelse og se relationernes betydninger med forskellige blik.

1.6.6 Relationen mellem forsker og interviewperson

Det har været vigtigt ikke at kende interviewpersonerne på forhånd, så jeg ikke havde et forhåndskendskab til personer og relationer, men derimod stillede undrende og uddybende spørgsmål til det sagte. Forskellen på, om forskeren kender interviewpersonen eller ej beskriver Fog således: ”... hvor den egentlige – voksne – samtale er gensidig og åben, er den professionelt udnyttede samtale ensidig og åben. Og hvor den egentlige samtale er gensidigt fortrolig, er interviewet ensidigt fortroligt” (Fog, 2004, s.25). Forskellen ligger i, at det i interviewet kun er interviewpersonen, der fortæller historier om sit liv, jf. ensidigheden. Forskeren vælger selv, hvor meget han/hun vil fortælle, samt hvilke spørgsmål der stilles. Hermed skabes en fælles konstruktion i samtalen, men relationen er asymmetrisk: ”... det empiriske materialet ikke bare innhentes men skabes gennem denne samhandlingen, uten at det er tale om noen symmetrisk relation” (Alver & Øyen, 1997, s.130). Den asymmetriske relation var nemmest at opretholde i de 2 samtaler, hvor jeg interviewede lederen og kollegaen. De interviews foregik på deres arbejdsplads, og dermed var rammen professionel. De to interviews med henholdsvis den, der tidligere oplevede stress og hendes veninde foregik i hver deres hjem – efter deres ønske, og jeg oplevede disse interviews som mere åbne og med god kontakt. Alver og Øyen skriver, at ”... den ideelle relasjon mellom forsker og informant vil i visse faser av forskningsprosessen ligge nært opp til hva vi vanligvis forstår ved en vennerelasjon, selv om metoden krever en analytisk distanse” (Ibid, s.132). I denne relation skabes en konstruktion i fortrolighed, men ifølge Thagaard kan for god kontakt mellem forsker og interviewperson medføre, at den interviewede senere fortryder informationer, som hun har givet (Thagaard, 2004, s.109). Hjemmeinterviewene oplevedes af mig mere som en hyggelig samtale og umiddelbart tænkte jeg, at jeg havde fået en mere nuanceret forståelse af situationen, men samtidig havde reflekterede jeg under selve samtalen over, om det blev for fortroligt.

Der er her et dilemma imellem den metodiske tilgang til at interviewe og de etiske retningslinier, som jeg har stillet op; Alver og Øyen skriver: ”*Det som metodisk kan anses som det rigtigste, nemlig å intervjuje på hjemmebane eller i den kontekst der informantene hører til, og der de har trygghet til å si hva de vil, det kan etisk sett bli det mest problematiske*” (Alver & Øyen, 1997, s.133). Jeg ville på den ene side gerne have, at informanterne skulle være godt tilpas i interviewsituationen, men samtidig ville jeg også gerne have, at relationen ikke blev for nær, så det blev svært at gå derfra igen. Alver og Øyen nævner hjemmebane og informanternes kontekst, jeg oplevede kun, at det var i interviewpersonernes hjem, at der kunne blive et problem med, at det blev for fortroligt, selv om interviewpersonernes arbejdsplads, også kan anses som informanternes hjemmebane eller kontekst.

Jeg oplevede i de to hjemmeinterviews, at det var svært at gå. Ea nævner, at hun stillede for høje krav til sig selv, og hertil svarer jeg, at ”*det kender jeg godt*” (Interview med Ea, s.6). Jeg siger det medfølelse og i forståelse, for at hun ikke skal være alene, men jeg kommer hurtigt i tanke om, at jeg som forsker ikke skal inddrage mine oplevelser¹⁶. Ea nævner selv, at der er mange, der kender til det problem, og får tårer i øjnene. Efterfølgende forhandler jeg min position som forsker tilbage, ved at sige, at hun skal sige til, hvis hun ønsker en pause, hvis hun synes, det er for hårdt. Da hun ikke ønsker dette, går jeg videre med spørgsmålene.

Jeg var meget bevidst om, at jeg i det efterfølgende interview med veninden, der havde samme arkitektoniske setting; hjemmet, som i interviewet med den, der tidligere oplevede stress, skulle opretholde min position som forsker. Jeg blev lidt overrumplet, da hun i entreen begyndte at tale om, at hendes mor lige var død af en livstruende sygdom, idet den samme sygdom også har betydning i mit liv. Derfor tilkendegiver jeg min medfølelse og forståelse for, hvor svært det er at være pårørende og have sygdom tæt inde på livet. Jeg blev opmærksom på, at relationen mellem os ikke måtte blive fortrolig og symmetrisk, så jeg forhandlede om en positionering i kategorien *forsker* ved at fortælle om mit speciale, om Ea's ønske om, at jeg interviewer hende, og om anonymitet. Undervejs i interviewet tænker jeg over, hvordan jeg reagerer på hendes udsagn og på at være forsker. Veninden siger på et tidspunkt: ”*Jeg synes ikk', jeg var der nok i forhold til, at hun havde det skidt. Men fordi jeg netop havde så meget selv øh... i min familie*” (Interview med veninden, s.14). Hertil får jeg lyst

¹⁶ Jeg oplevede selv stress i foråret 2002, men slet ikke i samme omfang og af samme varighed som hende, jeg interviewer. Derfor mener jeg ikke, vi tilhører samme konstruktion af *den, der oplever stress*, Eas narrativ bliver udfoldet, og jeg ser ikke et problem i, at vi begge har oplevet stress; set i et poststrukturalistisk perspektiv

til at sige, at hun ikke skal kræve så meget af sig selv, og at hun gjorde mere end de fleste – for eksempel har hun haft en af Eas sønner boende i perioder, men jeg tænker, at jeg skal være forsker og ikke rådgiver. Mit svar bliver en opfordring til refleksion: ” *Ja, men kan man være der nok? Jeg tror, du har været der rigtig meget. [...] Ja, men omgivelserne skal jo også huske sig selv. Man kan kun hjælpe andre, hvis man også husker at hjælpe sig selv først*” (Interview med veninden, s.14). Herefter kommer veninden med et udsagn om, at Ea er blevet god til at gøre ting for sig selv, og det har betydning for, at hun ikke længere oplever stress, og samtalen omhandler igen historien om Ea.

1.6.7 Brugbarhed

Jeg vurderer, at det er forsvarligt at bruge begge interview i min analyse, selvom de blev konstruerede i hjemmene. De interviewede nævnte ingen udsagn, de ikke ønskede medtaget i analysen, og jeg synes ikke, at der er sagt ting i fortrolighed, som de ikke ville have sagt i et andet setting. Både Ea og veninden sagde, at de er meget ”åbne mennesker”, så de havde ikke noget at skjule, og jeg har i min analyse vurderet, om der var noget, der skulle udelades.

For at tydeliggøre den fortrolige relation mellem interviewperson og interviewer, har jeg inden hvert interview sagt, at alt der bliver sagt under samtalen bliver sagt i en fortrolighed mellem interviewperson og mig. Jeg har fortalt dem, at jeg hverken nævner eller diskuterer i de forskellige interviews, hvad de andre informanter har sagt. Jeg har også skrevet det i Opslag version 1 og 2, samt sagt inden interviewet med dem, at mit speciale ikke handler om at finde frem til, hvem der er skyld¹⁷ i den oplevede stress, men at jeg vil finde ud af relationernes betydning for den, der tidligere oplevede stress. Min interesse er relationernes betydning, samt at videregive forståelsen af, hvilken betydning relationerne havde for den, der oplever stress, set ud fra hendes (og min) konstruktion, for måske at kunne hjælpe andre, der oplever stress, ved at gøre brug af hendes erfaringer (se mere i perspektivering, afsnit 4.2). Jeg vil i min analyse kunne vælge ud, hvad der er relevant at tage med, samt udelade eventuelle udsagn. Udvælgelserne af informationer fra interviewene sker i respekt for de interviewedes privatliv, så der ikke sker *skade*¹⁸ på nogen af informanterne eller deres relationer (tidligere omtalt, NESH 1993 refereret af Thagaard 2004, s.26). Især kollegaen gik meget

¹⁷ I det socialkonstruktionistiske perspektiv ses ikke på begreber som ”skyld”. Begrebet bruges i årsags-virkningslogikker, hvor personerne finder frem til, hvem der er skyld i stressen, og hvem der skal ændre adfærd eller påtage sig et ansvar. Se afsnit 1.5.9 for en udfoldelse af, hvad jeg undersøger med et poststrukturalistisk perspektiv

¹⁸ Sprogbrugen fra NESH 1993 (Thagaard, 2004, s.26)

op i, hvad den, der tidligere oplevede stress ville få at vide om, hvad de forskellige havde sagt, samt om hun ville få noget ud af at lade sig interviewe. Jeg søger at skrive i en respektfuld tone, hvordan de forskellige konstruerer den stressede, hendes familie og venner, de andre interviewede, samt relationernes betydning.

Fog taler om, at interviewpersonen er generøs, idet hun *giver af sin tid og noget af sig selv*, og det er vigtigt, at forskeren ikke misbruger dette (Fog, 2004, s.244). Da forskeren ikke giver noget af sig selv, og i dette tilfælde var der heller ikke på forhånd tale om, at de interviewede ville få noget ud af at deltage i interviewene, var det udelukkende for forskningen og andre, der oplever stress, at interviewene blev foretaget. Fog taler også om, at det strider imod "*almindelige konventioner*", som er underlagt den sociale tvang, at sige fra midt i et interview. Hun skriver, at en person skal være modig og magtfuld for at gå imod samtalskrav (Ibid, s.93-94). Dermed tydeliggøres det, at relationen mellem forsker og interviewperson er asymmetrisk. Jeg havde tydeliggjort både før under og efter interviewet, at det var i orden at sige fra, hvis der var spørgsmål, de ikke ønskede at svare på – eller hvis de alligevel ikke ønskede at være med i interviewene. Det var der ingen der gjorde, det kan både være, fordi der ikke var noget, som de ikke ville svare på, men også fordi det er svært at melde fra, når man sidder midt i et interview. Jeg kan ikke sige, om der var nogen af de interviewede, der undlod at sige fra, hvor de egentlig ikke ønskede at svare på mine spørgsmål. Men en anden måde at sige fra på kan selvfølgelig være, at undlade at svare uddybende, eller for eksempel at svare nej til spørgsmål, der var ment som åbning af de mere ømtålelige sider af den oplevede stress.

1.7 Verifikationskriterier

Indenfor kvalitativ forskning benyttes verifikationskriterier til at bestemme, om forskningen er brugbar. Verifikationskriterierne er ifølge Kvale reliabilitet, validitet og generaliserbarhed. Reliabilitet er, "*hvor konsistente resultaterne er*", validitet er, om en "*interviewundersøgelse undersøger, hvad det er meningen, den skal undersøge*" (Kvale, 1997, s.95). Generaliserbarhed er, om undersøgelsens resultater kan overføres til andre populationer og sammenhænge og dermed generaliseres (Ibid, s.227-229).

Socialkonstruktionisme kritiseres for, at der ikke kan laves validitetskrav af analysen af det empiriske materiale og dets konklusioner. Søndergaard svarer på kritikken og skriver, at den socialkonstruktionistiske forsker må ”*etablere en egen platform for diskussion af kriterier for de empiriske forskningsresultaters gyldighed og kvalitet*” (Søndergaard, 2000b, s.78). Socialkonstruktionismen tager afstand fra hele sandhedstænkningen i de positivistiske og normative tilgange, og deres måde at validere et forskningsresultat på, og derfor skal socialkonstruktionistisk forskning heller ikke vurderes ud fra de krav. I stedet skal analyseresultaterne ses i forhold til situerede praksisser og positioner (Ibid, s.79). Det betyder, at forskningen skal vurderes ud fra den empiri, der skabes i fællesskab med de interviewede, og at læseren skal kunne følge med i de analysetræk, som forskeren foretager undervejs. Dette betyder blandt andet at forskeren skal medskrive en del tekst fra empirien, så læseren selv kan være med til at se, hvordan forskeren er kommet frem til denne analyse¹⁹.

Winther Jørgensen skriver, at forskeren i den traditionelle vidensopfattelse sætter et punktum i sin forskningsrapport, som indikerer, at forskningen er sand. Hun mener, at der i det socialkonstruktionistiske perspektiv kan tales om at sætte et midlertidigt punktum. Vidensproducenten, som hun kalder forskeren, står inde for sin forskning, men den er samtidig midlertidig i og med, at der findes andre beskrivelser af det analyserede, som både kan være dårligere og bedre, samt at det er op til den enkelte læser og forsker, om de vil lave andre analyser af det samme empiriske materiale (Winther Jørgensen, 2002, s.303-304). Det er, ifølge Winther Jørgensen, de færreste socialkonstruktionister der mener, at alle beskrivelser anses som lige gyldige, hun taler i stedet om relativ gyldighed, hvor én beskrivelse kan anses som bedre end en anden; for eksempel måles relativ gyldighed hos Potter og Wetherell ud fra det videnskabelige arbejdes koherens (Potter & Wetherell i Winther Jørgensen, 2002, s.28).

Hjort påpeger, at et problem med at bruge verificeringskriterierne i det poststrukturalistiske perspektiv er, at de er blevet til ud fra krav til kvantitative undersøgelser. Disse krav er positivistisk forankret og undersøger en objektiv sandhed og søger at afdække denne. Da en universel sandhedsforståelse ikke er i det poststrukturalistiske perspektiv, kan man ikke bare overføre begreberne fra de kvantitative undersøgelser til de kvalitative undersøgelser (Hjort, 1999, 124). Når metodens sprogbrug flyttes fra det kvantitative til det kvalitative overfører man samtidig værdierne og fore-

¹⁹ Jeg har af hensyn til specialets begrænsede omfang flere steder valgt at prioritere de fortolkende analyser frem for direkte citater. Men jeg henviser alle steder til, hvor i de transskriberede interviews, læseren kan finde det talte, så læseren kan læse med, reflektere og vurdere analyserne

stillingerne, der tilhører dette; fra det kvantitative, der for eksempel bruges i naturvidenskaberne overføres værdier som: upartiskhed, objektivitet og kontrol (Ibid, s.128-129).

Hjort foreslår i stedet for gyldighedsbegrebet at se på, om forskningen kan gøres gældende, og indfører gældighedsbegrebet (Ibid, s.128). Ved gældighed menes, om det undersøgte gør sig gældende ved at skabe nye erfaringer til at ændre folks handlinger og levede liv. Ved at være åben overfor det undersøgte, kan man få øje på selvfølgelighederne, få undersøgt sine forforståelser og finde nye forståelser, og det er herigennem, at forskeren erfarer. Jo mere vi lever, jo mere erfarer vi, men erfaringerne bliver ikke til viden, erfaringer bliver i stedet en forståelse af, at alting kan ændre sig, samt at intet er sandt og til at forudse, og dermed bliver man åben for nye erfaringer (Ibid, s.133-135). Dette svarer til Winther Jørgensens pointe i, at et punktum ikke er et endeligt punktum, men en mulighed for nye tolkninger og forståelser. Staunæs og Søndergaard opfordrer interviewereren til at stille spørgsmål, der inviterer den interviewede til at reflektere over de konkrete fortællinger, som den interviewede italesætter (Staunæs & Søndergaard i Järvinen & Mik-Meyer, 2005, s.67), og dette vil føre til nye forståelser og erfaringer, som Hjort taler om.

Inden jeg gik i gang med specialet, havde jeg følgende forforståelser af oplevet stress:

- Den, der oplever stress skal ikke fuldtidssygemeldes for at komme af med sine oplevelser af stress
- Den, der oplever stress kan ikke bare ”gå hjemme” til hun er tilbage på fuld tid
- Motion og kost kan ikke alene hjælpe den, der oplever stress af med oplevelsen af stress
- Den, der oplever stress kan ikke klare sig alene ved hjælp af psykolog og det at gå hjemme, han/hun har brug for hjælp fra omgivelserne

Jeg søger løbende gennem de producerede interviews og mine analyser at stille spørgsmål til mine forforståelser og finde nye måder at anskue dem og oplevet stress på. Jeg har dermed erfaret nye forståelser og erfaringer om oplevet stress, jf. Hjort, ud fra Eas erfaringer.

Davies taler om, at den poststrukturalistiske dekonstruktion er en potentiel udvidelse af handlerum. *”Eftersom denne type forskning gennem sin dekonstruktion åbner fastlåste diskurser, åbner for alternative diskursive muligheder og blotlægger de diskurser og storylines, der producerer begrænsende positioner – så vil der per definition ligge en potentiel udvidelse af handlerum som et mere*

eller mindre eksplicit politisk mål i forskningsaktiviteten” (refereret i Søndergaard, 2000b, s.71-72). Dermed åbnes der op for, at undersøgelsen kan åbne op for nye forståelser og udvidelse af handle- rum i andre sammenhænge.

En analyse i det socialkonstruktionistiske perspektiv tilbyder forståelser af og indsigt i ”noget”, men socialkonstruktionister påstår ikke, at det er den eneste måde at forstå og indse på. Der findes man- ge måder at forstå på, og den måde, den enkelte undersøgelse forstås på, er et udtryk for de analyti- ske tilgange og metateoretiske analytiske vinklinger (Søndergaard, 2005, s.264-265). Kvalitetssik- ringen i analysen ses ud fra, om der systematisk er arbejdet frem mod de analytiske pointer, samt om de analytiske pointer er med til at åbne op for dynamikker og kompleksitet for forståelse (Ibid, s. 265). Konklusionerne i den undersøgte empiri er ikke overførbare til andre menneskelige relatio- ner, men det kan være, at de spørgsmål og vinklinger, der er brugt i én empirisk undersøgelse kan bruges i en anden kontekst, eller at de kan være inspirerende for de analytiske processer i en anden kontekst (Ibid, s.266).

Jeg vil argumentere for, at min undersøgelse kan anses som gældig ud fra de ovenstående teorier. I det socialkonstruktionistiske og poststrukturalistiske perspektiv er viden ikke universel og stabil, idet den er kontekstuelt betinget og socialt konstrueret. Men ved hjælp fra Davies’ forståelse af ud- videde handlerum og Søndergaards pointer om træge forhandlinger²⁰ og forandringer, bliver min undersøgelse ikke blot et øjebliksbillede, men en mulighed for andre, der oplever stress, og for folk, der arbejder med mennesker, der oplever stress, at de kan bruge nogle af de forståelser for den op- levede stress, som jeg kommer frem til. Dermed vil jeg ikke sige, at det er alle, der oplever stress, der kan bruge mine konklusioner, men det kan være, at nogle af de stillede spørgsmål og vinklin- gerne kan være med til, at de ser på deres egen oplevede stress på en ny måde, og dermed måske være med til at hjælpe dem af med stressoplevelserne. Se mere om dette i næste afsnit 1.8.

²⁰ Gennemgås i afsnit 2.2.1.3 om positionering og forhandling

1.8 Kritik af socialkonstruktionisme og poststrukturalisme

Jeg vil i dette afsnit se på nogle af de kritikker, der findes af socialkonstruktionisme og poststrukturalisme. Derefter vil jeg skrive mine egne overvejelser over, hvilken viden jeg bidrager med, samt se på hvad der bliver muligt, og hvad der ikke bliver muligt i de anvendte perspektiver.

1.8.1 Hvilken viden bidrager jeg med?

Gergen mener, at ”... kritik fastlåser debatten og begrænser og polariserer de stemmer, der kan deltage i den” (refereret i Winther Jørgensen, 2002, s.235). Gennem kritik tydeliggøres en debat om ”for og imod noget”, kritik er med til at besværliggøre dialog og den leder i stedet til fremmedgørelse. Winther Jørgensen skriver, at mange socialkonstruktionister søger at skrive deres tekster, så ”de åbnes for kritik og andre måder at se verden på” (Ibid, s.46). De socialkonstruktionistiske tekster indeholder ikke endegyldige sandheder, der ikke kan diskuteres, i modsætning til mange klassiske tekster, der netop sætter punktum for sandhederne og kritiserer andre måder at se verden på.

Winther Jørgensen skriver, at nogle kritikere af socialkonstruktionismen, for eksempel Soper, mener, at socialkonstruktionismen er videnskabeligt og politisk ubrugelig, da den ikke fremfører en sandhedstænkning, hvor forskeren kommer frem til ”det rigtige”, samt hvad der er ”godt og dårligt”. En socialkonstruktionistisk analyse kritiseres for at være et udtryk for forskerens kontingente mening, og den kan derfor ikke føre til forandringer i andre sammenhænge (Ibid, s.223). Kritikken går på, at forskeren reproducerer og bekræfter sine egne idéer og forståelse af det undersøgte. Haavind modsvarer denne kritik ved at skrive, at forskeren for eksempel kan lade en anden analysere det empiriske materiale for at se, om de kommer frem til de samme bevægelser og lokale sandheder. Men dette vil være en omfattende proces, som vil være svær at gennemføre. I stedet skal forskeren stille sig selv hypotetiske spørgsmål i en løbende indre refleksion. Ved at gøre dette, leder forskeren opmærksomheden hen på, hvordan han/hun forstår det analyserede, og hvorfor han/hun forstår det på den måde, og dermed bliver der ikke kun opmærksomhed på, hvad forskeren forstår (Haavind, 2000a, s.37). De hypotetiske spørgsmål kan for eksempel være, om andre ville kunne forstå empirien på samme måde, hvis de ser på empirien med de analysestrategier, som forskeren har valgt.

Christensen skriver, ”at individet (i det socialkonstruktionistiske perspektiv, HAP) bliver at betragte som en ”social kamæleon”” (Christensen, 2003, s.46), ”subjektet forsvinder eller går i opløsning i diskursive formationer” (Ibid, s.41). Identiteten i det socialkonstruktionistiske perspektiv ustabil bliver ustabil, og en ustabil identitet vil, i et positivistisk, normativt psykologisk perspektiv, opfattes som et problemfyldt Selv, der skal behandles eller kureres. Men socialkonstruktionister anser netop subjektet som del af mange diskursive praksisser og med mange forskellige entiteter og selv’er, og dette er ikke et udtryk for sygdom eller problemer. Gennem socialkonstruktionistiske analyser ses på flydende entiteter og selv’er, og dermed bliver det muligt at se på subjektet i forskellige sammenhænge og sociale praksisser med mange positioneringstilbud og positioneringer, i stedet for at se på det som et fastlåst individ.

1.8.2 Hvad bliver muligt/hvad bliver ikke muligt?

Én af begrænsningerne ved de anvendte perspektiver er, at det ikke bliver muligt at generalisere og overføre konklusionerne og erfaringerne fra én person til en anden. Dette blev uddybet i afsnit 1.7.

En anden begrænsning er, at det ikke bliver muligt at placere skyld og ansvar for den oplevede stress hos hverken den, der oplever stress eller hos andre i dennes omgangskreds eller i arbejdsgangene. I et normativt perspektiv er en af pointerne, at hvis ikke den, der oplever stress, dennes arbejdsplads eller omgivelser bliver klar over, hvordan den oplevede stress er opstået, kan det være svært at forebygge, at det sker igen for denne person eller, at det sker for andre på arbejdspladsen. Men samtidig læser jeg i den normative litteratur om begrebet stress, at det er forskelligt fra person til person, hvilke symptomer han eller hun får, samt hvorfor stressen er opstået, og hvordan den skal behandles, så her er der heller ikke en entydig forståelse af oplevet stress, samt hvordan det skal behandles. Derudover mener jeg, at subjektets konstruktion og tilblivelse sker ud fra de relationer, som subjektet indgår i, og der findes ikke to subjekter, der indgår i præcis de samme relationer med samme processer og positioneringstilbud. Derfor bliver det ikke muligt at generalisere og sige, at når oplevet stress er sådan for én person, så er det også sådan for mange eller alle personer.

Når oplevet stress blikkes poststrukturalistisk, bliver det muligt at se på de menneskelige relationers betydninger og på tilblivelsen i de forskellige kategorier, og dermed bliver det også muligt at se på,

hvordan subjektet, i det lokale tilfælde, inkluderes eller frisættes fra kategorien *den, der oplever stress*, samt muligt at se på, hvordan de forskellige menneskelige aktører i relationerne anses som medvirkende til at generere de forskellige processer i samspil med den, der oplever stress og de sociale praksisser.

Staunæs skriver, at poststrukturalismen bruges til ”[a]t afvise forsimplinger og i stedet se på det komplekse, mangetydige og ambivalente”, og det at tænke ”poststrukturalistisk [er, HAP] lig med at afbryde det, der tages for givet og at forstyrre de uimodsagte sandheder” (Staunæs, 2003, s.86). Et poststrukturalistisk perspektiv kan være medvirkende til at øge refleksiviteten i den måde, som vi ser verden på. De poststrukturalistiske blikke fastlåses ikke af traditionelle psykologiske tilgange, hvor det sociale aspekt og det relationelles betydninger ikke anerkendes som betydningsættende for subjektet. Ved at blikke verden i et poststrukturalistisk perspektiv åbnes op for nye måder at se verden på, nye erfaringer, samt en åbning til at se kompleksiteten i verden.

1.8.3 Begrænsning ved sproget

Specialet er skrevet i et sprog, der virker fremmed og uforståeligt for mennesker, der ikke er bekendt med socialkonstruktionisme og poststrukturalisme. Det bliver derfor ikke muligt for hverken dem, jeg har interviewet, eller andre ikke-poststrukturalistisk kyndige at læse og forstå min analyse, dens konklusioner og pointer. Når jeg giver feedback til hende, der tidligere oplevede stress, omskriver jeg konklusionerne til et hverdagsprog, der ikke er forskningsmæssigt funderet. Derudover tænker jeg, at hvis jeg skal formidle mine lokale erfaringer og pointer til erhvervslivet eller mennesker, der oplever stress, så vil jeg også skrive dette i et lettere tilgængeligt sprog. Se perspektiverings-afsnittet angående brugen af de lokale konklusioner i bredere sammenhænge.

Del 2: Teori

2.1 Metateori

Gergen skriver i forordet til den reviderede udgave af ”*Virkeligheder og relationer*”, at man skal være tilbageholdende med metateori, for ikke at gøre som teorierne indenfor den modernistiske

tænkning; at skrive sandheder, der er gældende for netop denne teori. ”Metateorien er for konstruktionisten ikke en sandhedsaspirant; konstruktionisten sætter derimod selve sandhedsbegrebet i kritisk relief” (Gergen 2005, s.11).

Kofoed skriver i sin ph.d.-afhandling, at hun anskuer metateori som en platform, hvorfra det øvrige teoretiske, analytiske og empiriske arbejde anskues. Hun mener også, at man skal passe på med, at metateorien bliver opfattet som endegyldig. Metateorien ses som en rettesnor for analysearbejdet; en rettesnor som giver nogle rammer for, hvordan der kan tænkes og gøres (Kofoed, 2003, s.29). Kofoed mener, at det er vigtigt at skrive en metateoretisk afklaring, for at der bliver konsistens mellem analyseredskaberne, der kommer af teorien, og det metateoretiske ståsted. Hvis ikke rammerne i metateorien bliver præciseret, vil alting, og dermed analyseredskaberne, kunne diskuteres, og dette er ikke ønskeligt (Ibid, s.32). Jeg skriver det metateoretiske afsnit ud fra Gergens kritiske blik og Kofoeds forståelse af metateori.

Jeg er metateoretisk set inspireret af poststrukturalismen, diskurspsykologien og socialkonstruktivismen, der på nogle punkter er ens og på andre punkter er forskellige (Staunæs, 2004, s.52). Jeg vil i det kommende afsnit give et metateoretisk overblik over min teoretiske forståelsesramme, for derefter at gennemgå hvilke begreber, jeg anvender til min analyse, samt hvilke forskere begrebsforståelsen er taget fra.

Poststrukturalistisk set trækker begreberne på Foucault og Butler, som arbejder med abstrakte diskurser og magtens dominans, men jeg vil trække perspektivet mod subjektiveringsprocesser (Søndergaard 2002 og 2005, Staunæs 2003 og 2004, Kofoed 2003), og tilblivelse af subjektet som tilhørende de sociale kategorier *én, der oplever stress*, og *én, der tidligere oplevede stress*. Fokus flyttes i det poststrukturalistiske perspektiv ”fra den måde, hvorpå vi tænker, perciperer og handler, til den måde, hvorpå diskursen muliggør subjekter og tildeler nogle subjekter privilegerede positioner frem for andre” (Christensen, 2003, s.45). Når fokus i dette speciale rettes mod subjektiveringsprocesser og sociale kategorier, opstår spørgsmål som; Hvordan bevæger subjektet sig fra positionen som *én, der oplever stress*, til positionen *én, der tidligere oplevede stress*? - og hvilke betydninger tillægges menneskelige relationer for denne subjektiveringsproces?

Magt er, ifølge Foucault, en dobbeltsidet størrelse, magt avler en eller anden form for modstand, og det vil sige, at magt og modmagt altid er til stede samtidig. Der findes intet magtfrit rum, og Heede skriver: "... *hvor der er mennesker er der magt*" (refereret i Heede, 2004, s.40). Magt forstås som produktivt og positivt. Magt anses ikke kun som en undertrykkelses- og forbudsinstans, men også som skabende, reproducerende og frigørende, og magten forudsætter "frie" subjekter. Det "frie" subjekt anses som et subjekt, der står overfor et mulighedsfelt af handlemuligheder, reaktioner og adfærdsmåder (Ibid, s.41-43). Magt tilhører ikke bestemte subjekter, den kan ikke "*gribes, ejes, deles, frarøves eller erobres*", men udfolder sig i ulige og mobile relationer (Ibid, s.39). Diskurser er et redskab for magt og de "fungerer" (Heedes sprogbrug) i magtsammenhænge, og derudover er diskurs også en magt (Ibid, s.89).

Poststrukturalistisk perspektiv dekonstruerer forståelsen af selv'et og forståelsen af, at vi alle har en iboende personlighed. I stedet anses mennesket som mange mulige identiteter, der bliver til i de forskellige sociale kontekster, det tager del i. "*Individerne får med det posttraditionelle samfund til opgave at finde deres personlige position blandt mulige positioner i den givne kultur, og dermed også at udvikle deres personlige identitet som én udgave af mulige identiteter i de særlige sociale kontekster, de bliver til mennesker ved at integrere sig i*" (Søndergaard, 2006, s.33).

Diskurspsykologien beskæftiger sig med "*de nye sociale identiteter, der udvikler sig i dagliglivets konkrete situerede diskursive praksisser og repertoarer af mønstre, begreber, ord og metaforer*" (Staunæs, 2004, s.53). I stedet for at arbejde med en medicinsk og psykologisk forståelse af, hvad det vil sige at have stress og være en stresset person, så beskæftiger jeg mig gennem diskurspsykologien med, hvordan kategorierne *én, der oplever stress*, samt *én, der tidligere oplevede stress* bliver til, formes og omformes i de interviewedes konstruktioner af deres levede liv på tidspunktet for interviewene. Spørgsmålene i det poststrukturalistiske perspektiv bliver anderledes, end spørgsmål, der bliver stillet i en normativ forståelsesramme. Hvordan italesættes *oplevet stress* på dette mikro-niveau, når jeg går væk fra at se på det i en medicinsk²¹ og i en psykologisk diskurs på makro-niveau?

²¹ Det gælder både for medicinsk og psykologisk diskurs, at de ikke er entydige. Når én person taler om medicinsk diskurs, kan han sagtens have en anden forståelse end en anden, der taler om medicinsk diskurs. Winther Jørgensen og Phillips refererer til Burr og skriver, at "... *hvis man går tættere på den 'medicinske diskurs', så vil man hurtigt støde på uenigheder og kampe om betydningsfastlæggelse af elementer (i forskningspublikationer, behandlingspraksisser osv.), og man kan forestille sig, at hvis man går tæt nok på, opløser materialet sig i en myriade af bittesmå diskurser*" (Winther Jørgensen & Phillips, 1997, s.149).

Berger og Luckmann udviklede, som nogle af de første, tænkninger i sociale konstruktioner, de brugte deres tænkning som et sociologisk redskab. Denne tænkning blev videreudviklet indenfor psykologien af blandt andet Gergen, Davies, Harré, Shotter, Potter og Wetherell. Socialkonstruktivistiske forskere interesserer sig for feltet mellem individ og samfund, de undersøger sociale kategoriers betydning for individet og for kulturen, og deres gensidige processering (Søndergaard, 2006, s.35).

Poststrukturalistiske forskere vil ”... undersøge og fremanalyse de konstituerende processer, gennem hvilke betydning, normativitet og andre diskursive størrelser [...] tales og handles til eksistens, og dermed altså også undersøge de processer hvorigennem aktører på en gang skaber sig selv og skabes af tilgængelige diskursive praksisser” (Søndergaard, 2000b, s.88-89). Her ses på subjektiveringsprocesserne og deres betydninger; Hvordan skaber subjektet sig selv i sociale kategorier som for eksempel *den gode pædagog* og *den, der oplever stress*?

Burr opstiller fire overordnede fælles socialkonstruktivistiske præmisser, som alle gælder for den socialkonstruktivistiske tilgang (refereret i Winther Jørgensen, 2002, s.26-27). Den første præmis er, at socialkonstruktivister stiller spørgsmål til selvfølgeligheder ud fra en kritisk holdning til selvfølgelig viden. Selvfølgelig viden kan for eksempel være, at når man oplever stress, skal man fuldtidssygemeldes og holde sig væk fra arbejdspladsen, indtil man igen kan komme på arbejde. Den anden præmis er, at viden er relativ, idet den er konstrueret historisk og kulturelt specifikt. Den viden jeg kommer frem til i min analyse gælder for mit speciales konstruerede empiri og kan ikke overføres direkte til andre relationer og sammenhænge. Den tredje præmis er, at det er i den sociale interaktion, at viden produceres. Den fjerde præmis er, at vores handlinger sker ud fra vores viden om verden. Viden er dermed med til at konstruere verden på en bestemt måde, men da vi ikke alle har den samme viden om verden, er verden konstrueret og dermed kontingent. De interviewede konstruerer hver deres forståelse af stress ud fra den viden, de har fra medier og andre, der har oplevet stress, og dermed bliver deres konstruktioner forskellige.

Socialkonstruktivister opererer ikke med en normativ forståelse af sandhed, hvor der findes én sand forståelse af verden, som forskeren bestræber sig på at finde. Sandheden er, metateoretisk set, konstrueret indenfor en særlig social og kulturel orden, og den er manifesteret i diskursive praksis-

ser (Søndergaard, 2000a, s.55). Sandheden er situeret og konstrueret. I poststrukturalismen undersøges de konstituerende processer, der ses på relationer mellem mennesker og fænomener (Søndergaard, 2000b, s.65). Et bord er kun et bord, fordi vi i vores kultur kalder det for et bord, og mennesket bliver kun et subjekt i relation til andre subjekter. Idet mennesket ikke anses for at have en kerneessens, som man kan undersøge og fastsætte, kan det ikke påstås, at *den gode pædagog* vil være *den gode pædagog*, uanset hvor han eller hun er ansat. Det bliver betydningsættende, hvilke andre subjekter, der er med til at konstituere kategorien *den gode pædagog*, samt hvordan man gør kategorien *den gode pædagog* på de forskellige arbejdspladser. Konstruktionen anses som et øjebliksbillede, som er blevet til på det tidspunkt, hvor arbejdspladsen undersøges. Der sker konstante forhandlinger om subjektiveringsprocesser, og der kommer nye subjekter til og andre subjekter forlader arbejdspladsen, og dette kan betyde ændringer i de sociale kategoriers konstruktioner og subjektpositioner.

Fænomeners væren og aktuelle betydning benægtes ikke i socialkonstruktionistisk tænkning, socialkonstruktionister er bare mere interesserede i at se på tilblivelse og konstituering af fænomenerne (Søndergaard, 2005, s.238-239). Mine interviewpersoner er levende og eksisterende, men det interessante i dette perspektiv bliver at se på, hvordan de bliver til og konstitueres i de sociale kategorier og diskursive praksisser, som de er inkluderet i på tidspunktet for interviewet.

Et af socialkonstruktionismens idéer er, at stille spørgsmål til de sandheder og selvfølgeligheder, der ligger i den normative tænkning og dennes diskurser. ”Udgangspunktet er, at vore repræsentationer af verden altid er kontingente, de kunne have været anderledes, og når vi tager noget for givet, så glemmer vi i samme omgang netop, at det kunne have været anderledes. Det selvfølgelige indsnævrer feltet af tanke- og handlemuligheder, og derfor kan selve udpegningen af det selvfølgelige være formålet med forskningen, som dermed igen åbner et politisk felt, hvor vi kan se, at der er andre muligheder” (Winther Jørgensen, 2002, s.236-237). Det selvfølgelige erfares altså, set i et socialkonstruktionistisk perspektiv, som værende med til at begrænse menneskets blik på verden og menneskets handlemuligheder. Ved at sætte fokus på selvfølgeligheder kan vi åbne op for et nyt blik på verden og på nye handlemuligheder. Det selvfølgelige anses som det, der ikke bliver problematiseret, og som det, der ikke bliver tænkt på som noget, der kunne blive problematiseret (Ibid, s.240-241). Ved at forskeren blikker selvfølgeligheder, tydeliggøres de, og dermed opstår nye og andre forståelser af den konstruerede verden.

Også gennem socialkonstruktionistisk forskning fremskrives nye selvfølgeligheder, som så igen kan være genstand for ny forskning, og det er netop en af pointerne med socialkonstruktionisme; der er ikke nogen sandhedskonstruktion, der er endegyldig eller fri for selvfølgeligheder og alle udsagn kan diskuteres - og ønskes diskuteret (Ibid, s.250-251).

Jeg anser socialkonstruktionisme og poststrukturalisme som overlappende teoriretninger, og jeg anvender især et begreb som poststrukturalistisk perspektiv.

2.2 Teoretiske begreber

2.2.1 Diskurspsykologi

Der findes forskellige diskursanalytiske iagttagelsesstrategier. Deres fælles formål er at få andre betydninger til at træde frem i empirien, end dem der lige skinner i øjnene, når man læser den første gang (Ibid, s.241). Valget af diskursanalytisk iagttagelsesstrategi er med til at konstruere det analyserede på en bestemt måde (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s.154). Jeg har valgt at bruge diskurspsykologien ud fra Potter & Wetherells forståelse (som de læses af Jørgensen & Phillips, Gergen, Staunæs, Søndergaard, samt Potter & Wetherell selv).

Winther Jørgensen og Phillips skriver, at fokus i den diskurspsykologiske iagttagelsesstrategi er, *"hvordan identiteter opstår, forhandles og omformes i sociale praksisser"* (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s.114) og *"hvordan folk strategisk bruger de forhåndenværende diskurser til at fremstille sig selv og verden på bestemte (fordelagtige) måder i social interaktion, og hvilke sociale konsekvenser, det har"* (Ibid, s.16). Det betyder, at jeg ved brugen af denne iagttagelsesstrategi vil finde frem til, hvorvidt og hvordan Ea konstruerer sig selv og de andres betydning for den oplevede stress; det vil sige konstruktioner om oplevet stress på mikro-niveau. Havde jeg i stedet brugt den diskursteoretiske iagttagelsesstrategi (for eksempel Laclau & Mouffe), ville jeg finde frem til, hvordan diskurser om stress bliver italesat i forhold til samfundet, det vil sige på makro-niveau, idet diskursteorien lægger mere vægt på betydningerne for samfundets strukturer.

Inden for diskurspsykologien bruger forskeren ofte, hvad Potter kalder ”naturligt materiale”; for eksempel medietekster, videnskabelige tekster og transskriptioner af hverdagssamtaler (Ibid, s.127). Dette gøres for at undgå, at forskeren er med til at konstruere betydningerne. Jeg har ikke fundet nogen naturlige materialer, som jeg kunne bruge til min analyse, så jeg har valgt at lave interviews selv, og vil i min analyse være opmærksom på, at jeg er med til at konstruere empirien. En post-strukturalistisk præmis er, at det er sproget, der former den sociale verden, derfor skal interviewet transskriberes ordret og analysen skal være både af det, der spørges til, og det, der svares (Ibid, 1999, s.105 og 132). Intervieweren er med til at konstruere betydningerne, og betydningerne ligger i den diskurspsykologiske tilgang også i sproget. Sprogets betydning ses i modsætning til andre retninger, hvor sproget anses som en afspejling af en dybere psykologisk virkelighed, som for eksempel i den fænomenologiske psykologi (Ibid, s.131).

Med diskursanalyse ses på, ”... *hvordan diskurs bruges som fleksibel ressource i social interaktion*” (Ibid, s.122), og på ”... *hvordan diskurs skaber en verden, der ser virkelig ud for deltagerne*” (Ibid, s.125). Diskurser skaber sammenhænge for subjekterne i de sociale interaktioner og relationer, som de indgår i. Potter og Wetherell bruger *interpretative repertoires* i stedet for diskurs til at beskrive den fleksible ressource i interaktion, det gør de for at understrege fleksibiliteten i diskursernes ressourcer. Potter & Wetherell ser på konstruktionen af selvet, den anden og verden, på kommunikation og på social handlen (Ibid, s.124).

Interpretative repertoires bliver i danske oversættelser benævnt som *fortolkningsrepertoires*. Fortolkningsrepertoires bliver brugt til at sætte fokus på, at diskurserne anses som handlingsorienterede, situerede og levede aspekter (Staunæs, 2004, s.53). Fortolkningsrepertoires omhandler meningskonstruktionsprocesser, der tager form igennem sociale og sproglige praksisser. Ifølge Staunæs minder dette begreb om Haavinds begreb *tolkningsrammer* (Ibid, s.53). Jeg har, til at udvikle analysestrategier, brugt Haavinds tolkningsrammer, men jeg vil i min analyse hverken bruge Potter & Wetherells eller Haavinds benævnelser, jeg vil i stedet bruge det oftest anvendte diskurs. Ud fra diskurspsykologiens forståelse af interpretative repertoires stiller jeg spørgsmål som; Hvordan italesættes diskurserne omkring oplevet stress? Har de interviewede en fælles diskurs for oplevet stress, som legitimerer, at subjektet forstås og forstår sig gennem kategorien *den, der oplever stress* og sygemeldes?

Ved at se på fortolkningsrepertoarer, ses på subjektets sproglige udfoldelse af bestemte begreber, beskrivelser og talemåder, der i fortællingerne bliver brugt på en bestemt måde og med bestemte effekter. ”*Det diskurspsykologiske greb er således at undersøge de retoriske organiseringer af den diskursive praksis og herunder fremanalysere, hvordan der fortælles, spørges, tilskrives betydning, og hvordan og med hvilke midler bestemte versioner af verden fremstilles som troværdige, stabile, rigtige, osv.*” (Ibid, s.89). Verden tales frem på en bestemt måde og spørgsmålene bliver for eksempel; Hvordan tales konstruktionen oplevet stress frem? Hvordan tales legitimeringen af at være en del af den medicinske diskursive kategori *den, der oplever stress* frem? Hvilke diskurser er på spil i de forskellige fortællinger, og hvilke betydninger får de?

Når der arbejdes med flere diskurser indenfor den samme analyse kan begrebet diskursorden anvendes. ”*Diskursorden betegner altså forskellige diskurser, der delvist dækker samme terræn, som de konkurrerer om at indholdsudfylde på hver deres måde*” (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s.146). I mit empiriske materiale bliver der for eksempel italesat forskellige diskurser om oplevet stress, og de konkurrerer indbyrdes om at legitimere sygemeldingen af den, der oplever stress. Inden for diskurspsykologien er der, ifølge Winther Jørgensen og Phillips, en tendens til at overse, at forskellige mennesker har forskellig adgang til brugen af de forskellige diskurser. De gør opmærksom på, at diskursorden kan være med til at kortlægge relationen mellem diskurser og finde frem til, hvordan nogle mennesker trækker på én diskurs frem for en anden i konkrete situationer (Ibid, s.148). I specialet vil diskursorden antyde, hvordan de forskellige interviewede trækker på forskellige diskurser om stress; diskurserne kan både være lokale, men også del af en bredere samfundsmæssig diskurs.

2.2.1.1 Diskurser

”*Diskurs er en tolkningsramme, en sammenhæng af betydninger og repræsentationer, der gør det muligt at se, tænke, tale, forstå, handle på*” (Staunæs, 2004, s.57). Diskurs bliver den måde, vi forstår verden igennem sproget. Diskurs kan også defineres som mængden af udsagn af *det, der tales om*; mængden af udsagn definerer tilsammen et vidensfelt (Christensen, 2003, s.44, henvisning til Foucault).

Diskurspsykologiens forståelse af diskurs fokuserer på italesættelserne af hverdagspraksis, men den medtager også, at subjektet i den konkrete diskursive praksis trækker på samfundsmæssige struktureringer af diskurser (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s.30-31). Det betyder, at de, jeg har interviewet, italesætter diskurser om oplevet stress ud fra deres hverdagsforståelse, men de trækker også på samfundsforståelsen af oplevet stress.

Subjektet bevæger sig altid i en eller flere diskurser, det kan ikke være uden diskurs. Søndergaard refererer til Haraway, der siger, at subjektet kan "*skrue op eller ned, fremhæve eller nedtone, forstyrre eller lade være – i en søgen efter andre og alternative måder at diskursivere det allerede diskursiverede på*" (Søndergaard, 2002, s.45). Dette betyder, at subjektet i diskurs, godt kan forhandle om at ændre diskursen og tilbyde alternative konstitueringer. Diskurser skaber en verden, der ser sand ud for den der taler, og de forskellige diskurser skaber forskellige subjekter og subjektpositioner (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s.112-113). Herudfra forstås diskurs i en dobbelthed; som både skabende og som skabt af subjekter i sociale praksisser, og det er ud fra denne forståelse, jeg bruger diskursbegrebet. Diskurs rummer, i denne forståelse, både det talte og det sproglige, samt Søndergaards tilføjelse af processuelle aspekter ved sociale praksisser (Staunæs, 2004, s.56). Det vil sige, at de sociale praksisser også anses som medvirkende til at skabe diskurser, og at diskurser ikke anses som faste forme, der *indeholder* subjektpositioner, som subjekterne kan tage eller lade være at tage. Sociale praksisser, diskurser og subjekter er gensidigt konstituerende.

Diskurs anses i diskurspsykologien som fuldt ud konstituerende for subjektet, og samtidig er det indlejret i historiske og sociale praksisser (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s. 29). Selvet opfattes i diskurspsykologien, ligesom i poststrukturalismen, som et diskursivt subjekt, og samtidig bruger selvet diskurser ud fra en interaktionistisk antagelse; subjektet er ikke kun bærer af diskurser, men subjektet bliver til i interaktion med diskurser (Ibid, s.114).

Der er ofte flere samtidige diskurser tilgængelige. Der er en spænding mellem de tilbudte diskurser og praksisser og subjekternes anvendelse og forståelse af dem (Søndergaard, 2000b, s.95). Dette gør, at der er mange muligheder for deltagelse i diskurser og praksisser, og derfor også mange muligheder for positionering.

2.2.1.2 Subjekt og subjektivering

I det socialkonstruktionistiske perspektiv findes forståelsen af, at mennesket har en essens eller kerne ikke. Dette kommer af, at den sociale verden konstrueres socialt, og dette kan ikke lade sig gøre, hvis mennesket har indre essenser og verden er determineret og givet på forhånd (Winther Jørgensen & Phillips, 1999, s.112). Mennesket har dermed heller ikke én fast identitet, men flere fleksible identiteter, der konstrueres gennem tale, diskurser og de sociale praksisser (Ibid, s.115). Ordet identitet skal ikke forstås i en essentialistisk betydning, og ofte bruges betegnelsen selvet eller entiteter i stedet for, for at lede forståelsen væk fra den essentialistiske forståelse. Selvet anses som kontekstafhængigt og antages at variere fra relation til relation og i de forskellige sociale sammenhænge, som det indgår i. Selvet anses som en sproglig konstruktion, der opstår i interaktionen mellem individer. Det anses som fleksibelt, processuelt, sociokulturelt og historisk specifikt (Christensen, 2002, s.72-73 og 193). Den, der tidligere oplevede stress indgår i forskellige sammenhænge, hvor hendes forskellige selver formes og omformes; for eksempel i hjemmet og på arbejdspladsen.

Kofoed skriver: *"Mennesker sætter gennem konkrete handlinger hele tiden sig selv og deres omverden på spil. Enhver produktion af noget eksisterende er potentielt en transformation af såvel menneske som omverden. Mennesker er ikke alene et 'produkt' af sin omverden, sin historie, sin kultur, men er også hele tiden medforfatter på sig selv og sin omverden"* (Kofoed, 2003, s.36). Subjektet er både handlende og underkastet sine kontekstuelle betingelser, og subjektiveringsprocessen er dermed både en dynamisk og en tosidet proces. Subjektiveringsprocessen skal også forstås ud fra Foucaults magt-forståelse. Magt handler hos Foucault ikke om, hvem der bestemmer, og hvilke strategier, de bestemmer med. Magt er også en tosidet proces; den anses som både undertrykkende og skabende, reproducerende og frigørende (Staunæs, 2004, s.56). Subjektet anses som afhængigt af magt for at blive til som subjekt, og underordning giver subjektet mulighed for fortsat tilblivelse (Kofoed i Kofoed & Staunæs, 2007, s.100).

Staunæs skriver, at potentielt kan alle subjekter være *troublesome*²², men nogen er mere problematiske og upassende end andre, når der ses på, hvordan magt er i spil (Staunæs, 2003, s-104). Troublesome subjekter er subjektpositioner, som i en eller anden forstand konstrueres som problematiske og kan positioneres som marginaliserede eller abjektgjorte, se i afsnit 2.2.1.5 om marginalisering og

²² Staunæs bruger ordet "troublesome" i "Where have all the subjects gone?". Wetherell bruger "troubled subject positions" (refereret i Søndergård, 2005, s.252).

abjektgørelse. Den problematiske position forhandles på forskellige måder og med forskellige udfald; for eksempel kan subjektet, der positioneres som *medarbejder, der oplever stress* og er ekskluderet fra kategorien *den gode pædagog*, opleves som mere problematisk positioneret medarbejder end hvis det tilhører og inkluderes i begge kategorier.

Det bliver i et poststrukturalistisk perspektiv interessant at se på subjektiveringsprocesserne, det vil sige at se på, hvordan subjekter bliver til og formes gennem de betingelser, der for eksempel er på en arbejdsplads (Søndergaard, 2005, s.235). Det bliver ikke interessant, i disse perspektiver, at beskrive, hvem der oplever stress, og hvordan hun er. Derimod bliver det interessant at beskrive, hvordan hun bliver til i de forskellige kategorier, der er på spil.

Subjektivering er en tilblivelsesproces der sker hele tiden. Det er en vedholdende og gentagende bevægelse at blive til subjekter. De tilgængelige diskurser og sociale praksisser muliggør de forskellige positioneringstilbud, og de bliver dermed konstituerende for de forskellige tilbud af subjektpositioner. Men da dette anses som en gensidigt konstituerende proces i konstant bevægelse, er subjektet også med til at konstituere diskurser og sociale praksisser (Staunæs, 2004, s.57). Ordet tilblivelse anses som et processuelt ord, der handler om skabelse, vedligeholdelse, forandring og afmontering. Tilblivelse er ikke et udtryk for, at subjektet bliver til "noget endegyldigt", processen sker løbende og i stadig forandring. Subjektet anses også som i løbende og stadig forandring (Kofoed, 2003, s.39).

"Subjektiveringens grundvilkår udgør med andre ord den samtidige underkastelse under og kommen til handlende eksistens gennem den diskursive magt, der forefindes i de socio-kulturelle sammenhænge, vi er henvist til" (Søndergaard, 2002, s.45). Mennesket og dermed subjektet anses som aktivt engageret i det levede liv, det har handlepotentiale, og dette kommer til udtryk ved, at subjektet bearbejder subjektiveringstilbud og gør dem til sine egne ud fra diskursive og materielle rammer (Staunæs, 2004, s.56).

Forandring af subjektets position anses som en social kollektiv proces, og samtidig bliver subjektets betydningstilskrivelse også sociale kollektive processer (Winther Jørgensen, 2002, s.226). Den betydning, det har for subjektet at opleve stress, kan hun ikke selv bestemme. Betydning anses ikke

som noget, der *er*, det er noget, der sker løbende (Kofoed, 2003, s.41). Betydningen skabes i relationen til de andre subjekter og ud fra de diskursive praksisser.

2.2.1.3 Positionering og forhandling

De interviewedes fortælling har forskellige pointer og omdrejningspunkter, og det er igennem deres fortællinger, der konstrueres bestemte identiteter, subjektiveringstilbud og subjektiveringspositioner (Davies og Søndergaard refereret i Staunæs, 2004, s.55).

Positioneringer sker i diskurser og Davies og Harré arbejder med to forskellige positioneringer. Den ene er den refleksive positionering, som er den måde, hvorigennem en person kan positionere sig ved sproget. Den anden er den interaktive positionering, der betyder, hvordan en person kan positionere en anden person igennem sproget (Davies & Harré, 1999, s.89 og 91). Positioneringer kan i en bredere forståelse anses som tildeling af personers identiteter. Søndergaard skriver, at det er igennem positioneringsprocesserne, at subjektet hverver sin identitet gennem forhandlinger af de forskellige positioneringstilbud (Søndergaard, 2003, s.44). Hvis en person for eksempel positioneres som *den gode pædagog*, bliver dette én af personens identiteter; én ud af mange. Ud fra Davies, Harré og Søndergaard bliver denne identitet enten tilbudt af personen selv eller af en anden person gennem sproget. Og positioneringen sker, når personen samler tilbuddet op.

Højgaard definerer positionering, med inspiration fra Davies og Harré, som ”[...] *den måde, hvorpå diskurser og diskursive praksisser konstituerer den talende og den lyttende og samtidigt udgør de ressourcer, hvorigennem de kan forhandle og forny deres positioner. [...] Subjektpositionsbegrebet indebærer således ikke bare, at vi konstitueres gennem diskurser, at vi gøres relevante gennem de måder, der tales på, men at vi også kan gøre os relevante, at vi bliver subjektiveret gennem vores brug af diskursen*” (Højgaard, 2003, s.205). Heri ses den dobbelte betydning af positionering; at subjektet både anses som underlagt de diskursive praksisser, der konstituerer det, samt at subjektet anses som medskabere af sin egen positionering i diskursive praksiser gennem brugen af sproget, og dermed konstituerer subjektet sin positionering herigennem.

Vi tror, at vi positionerer os selv som vores egen produktion uafhængigt af den sociale verden (Davies & Harré, 1999, s.101). Subjekter kan positionere hinanden ud fra de narrativer, som anses som en del af det levede liv, samt subjekternes forståelse af dette levede liv. Men subjektpositionerne kan være hinandens komplementære positioner (Ibid, s. 96). Det vil for eksempel betyde, at der skabes en narrativ om, hvordan man gør kategorien *pædagog*, og en person kan så positionere sig som *den gode pædagog*, mens en anden vil få tildelt positionen som *den ikke-gode pædagog*.

Subjektet tilbydes forskellige positioner i de relationer, som det indgår i. Nogle positioner anses som ønskelige for subjektet, mens andre ikke anses som ønskelige. Nogle gange positioneres subjektet i en position, som det ikke ønsker. Det er ikke alle subjektpositioner, der anses som vedvarende, flere anses som flydende eller midlertidige (Burr, 1995, s.142,146). Subjektet kan ændre positionerne gennem forhandlingerne.

For at subjektet kan forhandle sig til en anden diskurs eller lokal sandhed, skal det have adgang til en position som meningsfuld eller legitim deltager i de diskursive praksisser, hvor forhandlingen om diskurserne, de lokale sandheder eller positionerne sker. Denne forhandling kalder Søndergaard for en meget træg bevægelse. Dette udtryk hentyder til, at forhandlingen er næsten umulig, og hvis den sker, bliver det i ganske små skridt og i små delbevægelser (Søndergaard, 2000a, s.56).

Forhandling hentyder ikke, i det poststrukturalistiske perspektiv, til, at subjektet kan sætte sine egne autonome præmisser ud fra bevidste og intentionelle strategier. I forhandling anses subjektet, og dermed forståelsen for, ”[...] *hvem man er, hele tiden som et åbent spørgsmål som alt efter perspektiv formes og omformes gennem sociale interaktioner [henvisning til Davies & Harré, HAP] eller gennem komplekse tilblivelsesprocesser [henvisning til Søndergaard, HAP], som kan forstås i en bredere forståelsesramme*” (Breum Amhøj, 2007, s.80). Dette er Breum Amhøjs forståelse af subjektet og forhandlingen inden for diskurspsykologi, og den trækker jeg på i min analyse.

2.2.1.4 Sociale kategorier og intersektionalitet

Mennesket bliver til igennem sociale kategorier. De sociale kategorier kan for eksempel være køn, alder, pædagog, veninde, kollega, chef. I det poststrukturalistiske perspektiv anses sociale kategori-

er ikke som essentialistiske. I stedet undersøges, hvordan sociale kategorier bliver konstrueret som essensbårne. Sociale kategorier er noget man *gør*, det er ikke noget man er eller siger (Staunæs, 2004, s.58). At have betegnelsen chef, er ikke ensbetydende med, at alle chefer er chef på samme måde. Derfor kan chef indføres som en social kategori, der *gøres*; det vil sige, at de forskellige positionerede chefer *gør chef* på forskellige måder i hver deres kontekst og konstruktion. Denne *gøren* sociale kategorier er løbende i forandring og til forhandling (Kofoed, 2003, s.59).

Sociale kategorier handler ikke om, hvor gammel du er eller hvordan du er som kvinde, det handler om, hvordan du *gør* for eksempel 40 år eller kvinde. Hvis du som 40-årig leger med Lego, *gør* du 40-årig anderledes end den sociale opfattelse, der ligger i at *gøre* 40 år, og du kan derved have svært ved at blive inkluderet i forskellige diskurser og sociale praksisser, hvor 40-årig *gøres* på en anden måde, end du *gør*, og dette kan betyde eksklusion fra kategorien (se afsnit 2.2.1.5).

Staunæs henviser til Buttler, Søndergaard, Haavind, Thorne, West & Zimmerman og skriver: "*Social categories are not the cause of certain behaviour but rather the effect of certain behaviour. Social categories are done, undone and redone in relation to other doings*" (Staunæs, 2003, s.104). Subjektet anses ikke som årsag og oprindelse til kategorierne. Sociale kategorier formes i relationer og udlægger bestemte rammer for subjektivering. Rammer som hele tiden forhandles og forandres. Søndergaard henviser til McDermott og Staunæs og skriver, at sociale kategorier eksisterer²³ inden mennesket træder ind i subjektivierungsprocesserne, og de formes og omformes i gensidig konstituering med subjekterne (i Søndergaard 2005, s.241). Det betyder, at kategorien *den gode pædagog* eksisterer inden de forskellige subjekter indgår i subjektivierungsprocesserne og forhandlingerne om inklusion. De inkluderede og ekskluderede er medskabere af den sociale kategori på forskellige måder, den er ikke en fastlåst størrelse, som man skal passe ind i, men også kategorien er til forhandling, selvom det er en træg proces.

Staunæs anvender intersektionalitet som begreb, for at se på, hvordan de sociale kategorier ved in-filtrering i hinanden anses som medvirkende til at konstituere levet liv og subjektivitet for majoriteten. Majoriteten skal ses i betydningen de subjekter, der ikke tilhører minoriteten (den sociale kategori). Minoritet og majoritet ses i relation til hinanden, minoritet bestemmes ud fra relationen til majoriteten, det betyder, at der ikke på forhånd er bestemte karakteristika, man kan bestemme mi-

²³ Søndergaard bruger udtrykket "eksisterer" (Søndergaard, 2005, s.241)

noritet ud fra (Kofoed, 2003, s.50). ”[I]ntersektionalitet fanger forbindelserne mellem forskellige slags sociale kategorier, netværkskomponenter og kontekster” (Staunæs, 2004, s.65). Intersektionalitet begrebsliggør, at sociale kategorier skaber mening ved at blande sig med hinanden. Når de blandes, muliggøres nye kategorier og nye subjektpositioner og subjektiveringsprocesser; kategorierne toner og former gensidigt hinanden (Søndergaard, 2005, s.242).

Kofoed skriver, at intersektionalitet, [...] er behovet for at kunne tale og begribe forholdet mellem fordringer og socialt liv, og hvordan socialt livs variabilitet trækker på entydighedsfordringer og sedimenterede betydninger samtidig med at nye betydninger udvikles” (Kofoed, 2003, s.331). Intersektionalitet er et begreb, hvor man ser på forskellige sociale kategorier, hvordan de gøres, og hvordan subjektet bliver til *det andet* (det, som kategorien ikke er), samt hvilken betydning det har for de subjekter, der ikke tilhører de sociale kategorier, der er på spil. Ved at se på intersektionalitet opstår nye betydninger, da forskeren ikke holder sig til entydige kategorier, men ser på tværs af de sociale kategorier der er på spil samtidig.

Med intersektionalitetsbegrebet flyttes fokus til kompleksiteten i levet liv ved at se på subjektivitet, subjektivering, subjektpositioner og problematiske subjektpositioner på tværs af de sociale kategorier. ”The concept of intersectionality can be a useful analytical tool in tracing how certain people get positioned as not just different, but also troubled and in some instances, marginalized” (Staunæs, 2003, s.101-102). Jeg anvender begrebet intersektionalitet, idet jeg i min læsning af empirien blikkede, at både den sociale kategori *den gode pædagog* og den sociale kategori *den, der oplever stress* begge ansås som betydningsættende.

Intersektionalitet kan for eksempel forstås i spændingsfeltet mellem *medarbejder, der oplever sig som rask* og *medarbejder, der oplever stress*. Ved at indføre intersektionalitetsbegrebet opstår spørgsmål mål som; Hvordan gør man kategorien *oplevet rask medarbejder*, hvem er inkluderet og hvem er ekskluderet til for eksempel den sociale kategori *medarbejder, der oplever stress*, og hvilken betydning får eksklusionen for dem, der ikke er en del af kategorien *oplevet rask medarbejder*? Den sociale kategori kan for eksempel også være *den gode pædagog*, hvordan gør man denne kategori for at inkluderes. I specialet ses på, hvilken betydning det har at være uden for kategorien og for eksempel samtidig tilhører den sociale kategori *den, der oplever stress*?

De forskellige sociale kategorier gøres samtidig, og de skal også læses samtidig, men i analysen er det nemmest at se på dem hver for sig, for derefter at se på relationerne mellem de forskellige sociale kategorier, for at gøre intersektionalitet (Staunæs, 2004, s.66). De sociale kategorier har ikke en forudbestemt hierarkisk opbygning, men de er heller ikke lige i det levede liv. Kun ved at se på de forskellige kategorier i analysen, vil forskeren kunne se, hvilken kategori, der anses som overordnet i det levede liv (Staunæs, 2003, s.105). Det kan godt være, at subjektet positioneres og positionerer sig som en del af kategorien *medarbejder*, men hvis dette subjekt ikke tilhører kategorien *den gode pædagog*, kan det være sværere at holde sin subjektposition i kategorien *medarbejder*, for eksempel ved en langtidssygemelding. Intersektionalitet bliver et ”... forsøg på at forstå kategorier som forskels- og betydningssættende for deltagelsesmuligheder” (Kofoed, 2003, s.328).

2.2.1.5 Inklusion/eksklusion

Begreberne inklusion og eksklusion handler om, hvordan subjektet gør social kategori, og om subjektet er kontekstuel genkendeligt. Hvis subjektet gør den sociale kategori indenfor normen, bliver subjektet inkluderet. Hvis subjektet gør den sociale kategori på en måde, der ligger udenfor normen, bliver subjektet ekskluderet. En social kategori har en kerne, som svarer til normen, og en afgrænsning. Kernen og afgrænsningen repræsenterer det inkluderede og det ekskluderede. Imellem kernen og afgrænsningen ligger en gråzone. Gråzonen anses som et udtryk for de processer, hvor forhandlinger og udfordringer til opretholdelse af grænsen og kernen er på spil (Søndergaard, 2000b, s.75-77). Subjektet kan blive totalt ekskluderet, hvis det gør den sociale kategori på en uacceptabel måde, og dette kaldes en abjektgørelse, en eksklusion, hvor det ikke længere anses som muligt at blive inkluderet (Staunæs, 2004, s.66-67). *Det andet, andethed* omhandler både det ekskluderede og det abjektgjorte, og *førstehed* er kun det inkluderede.

Kofoed skriver, at vores samfund, institutioner og områder holdes sammen af nogle principper, som er retningsgivende for, hvad der inkluderes, og hvad der ekskluderes. Principperne bestemmes ud fra vilkårligheder, og det er forskelligt i de forskellige områder og institutioner, hvad der udpeges til at være forskelligt og hvad der udpeges til at være ens (Kofoed, 2003, s.42-43). Principperne er både bestemt ud fra lokale præmisser i den institution, hvor Ea arbejder, og de er indlejret i en bredere diskursitet, for eksempel diskurser i samfundet, som rækker ud over det lokale. Principperne bliver bestemmende for, hvem der inkluderes og ekskluderes i den sociale kategori *den gode pædagog* på

arbejdspladsen. Hvad der er inkluderet bliver tydeligere i mødet med det *ekskluderede*, det vil sige, at det bliver nemmere at se, hvordan medarbejderen gør konstruktionen *god pædagog*, hvis en medarbejder ekskluderes fra den sociale kategori *den gode pædagog*. Kofoed taler om, at førstehed konstituerer andethed, men andethed konstituerer også førstehed (Ibid, s.335).

Det subjekt, der anses som ekskluderet og andethed, kan godt blive førstehed, eller samtidig være førstehed, i en anden social kategori (Søndergaard, 2000b, s.65). For eksempel fører andethed i kategorien *den, der oplever stress* til førstehed i kategorien *den, der tidligere oplevede stress*. Og førstehed i kategorien *den, der oplever stress* kan samtidig være andethed i kategorien *medarbejder*.

2.2.1.6 Narrativer

Narrativer anses som historisk, kulturelt og socialt kontingente, og de anses samtidig som bestemt ud fra diskursive praksisser. Subjektet konstrueres, positioneres og konstitueres gennem narrativer, og ifølge Davies anses dette som en dobbeltsidet proces, hvor subjektet også aktivt positionerer sig gennem narrativer. Sandheder anses som konstruerede situerede sandheder og ikke som et udtryk for underliggende sandheder om individet (refereret i Christensen, 2003, s.47-48). Det vil sige, at lokale sandheder om selvet skabes gennem narrativer, og de sandheder tilhører netop dette narrativ.

Staunæs og Søndergaard skriver, at ”[n]arrativer viser sig ofte at være en brugbar vej til at forstå, hvordan mennesker kan blive til, hvilke betingelser tilblivelsen foregår igennem, hvordan aktører positionerer sig selv og hinanden i organisationer, hvordan præmisserne etableres for at tolke sig selv og hinanden, og for at bidrage til det, der gives virkelighedsstatus, og det, der usynliggøres” (i Järvinen & Mik-Meyer, 2005, s.64). Jeg har valgt at dele første del af analysen op i narrativer, fordi jeg anser narrativer som en brugbar vej til at se på, hvordan de interviewede hver især konstruerer oplevet stress.

2.3 Analysestrategier

Der ligger ikke nogle færdige analysestrategier klar til brug i det poststrukturalistiske perspektiv. Strategierne afhænger af, hvilket empirisk materiale der er blevet til mellem interviewer og de interviewede, og hvilke problemstillinger, der kan læses ud af materialet. En færdig strategi vil fastlåse de blikke som empirien læses med, og dermed vil den socialkonstruktionistiske præmis om, at der ikke på forhånd er fastlagt strategier for analyse, ikke kunne opfyldes. Men samtidig kan forskeren ikke fuldstændig selv vælge ud fra sine egne indfald. Forskeren er i *et fagligt fællesskab*; et fællesskab mellem empirien og den kundskabssituation, som forskeren rammer sine fortolkningsforslag ind i (Haavind, 2000a, s.8). Kundskabssituation er forskerens hidtidige forståelse af for eksempel den sociale kategori *køn*'s betydning, og hvordan man kan tolke denne sociale kategori ud fra empirien.

Åkerstrøm m.fl. skriver, at analysestrategi er et forsøg på "*at betegne en strategi for, hvordan man vil forme og konditionere et blik på den sociale verden fra en position i denne verden*" (Esmark, Bagge Laustsen & Åkerstrøm Andersen, 2005, s.10). Positionen hvorfra jeg blikker mine interviews er poststrukturalistisk. Strategien, det vil sige, måden jeg vil se på interviewene, lægges ud fra de præmisser, der er for de perspektiver. Det analysegreb, som jeg blikker empirien med, former min tolkning af empirien. Hvis jeg havde valgt en anden analysestrategi og et andet blik, var jeg kommet frem til en anden tolkning.

Analysestrategier anses mere konkret som: "*... analytiske vinklinger, måder man stiller spørgsmål, radikal nysgerrighed på konstituerende dynamikker og på kompleksiteten i de interagerende konstitueringsprocesser, bevægelighed, subjektiveringsprocesser, de sociokulturelle tilblivelsesprocesser, sedimenteringer, in- og ekskluderende effekter*" (Søndergaard, 2005, s.267). Analysestrategierne er blevet til i samspil med mit empiriske materiale. Jeg har udarbejdet analysestrategier, brugt dem i læsningen af empirien; er blevet opmærksom på nye læsninger, som krævede nye analysestrategier, som derefter er blevet udarbejdet og brugt i endnu en læsning af empirien. Dette er gjort for at udfordre min læsning af empirien mest muligt, udfordre min forståelse af teori og empiri og for ikke at lukke af for en læsning, der ikke lå i mine første analysestrategier. Ved at have flere idéer til analysen af empirien, vil forskeren kunne finde frem til "*den best mulige udnyttelse av materialets muligheder*" (Haavind, 2000a, s.25). "Den bedst mulige" skal forstås, som det, der for min tolkning,

anses som den bedste, ud fra de præmisser jeg har for at undersøge og tolke mit empiriske materiale.

Winther Jørgensen kalder denne metode for en cirkelbevægelse (Winther Jørgensen, 2002, s.193). Det er samme bevægelse som i begrebet den hermeneutiske cirkel, men det socialkonstruktivistiske cirkelbegreb medfører ikke, at forskeren kommer tættere og tættere på sandheden, i modsætning til den oprindelige hermeneutiske cirkelforståelse. Cirkelbevægelsen afbrydes, når forskeren anser analysen som holdbar, det vil sige, når fortolkningen beror på flere træk, der peger i samme retning til analysens konklusion. Analysen skal også anses som dækkende i den betydning, at der er svaret udtømmende på analysespørgsmålene og også har set på de eventuelle modsigelser af analysen, som kan forekomme i det empiriske materiale. Derudover skal analysen fremstilles gennemsigtig, så læseren gennem læsningen af de lange empiriske tekst-passager kan "afprøve" tekstens analyse (Ibid, s.217).

Søndergård skriver, at det er væsentligt at huske at medtænke forståelsen af dobbeltheden i subjektets konstituerende processer, når analysestrategierne udfærdiges. De er både medskabere af egne betingelser og på samme tid skabes de af deres egne betingelser. Betingelserne kan imødegås, brydes, modsiges, forstærkes eller bekræftes gennem subjektets handling og tale (Søndergaard, 2000b, s.67). Under den analytiske læsning skal forskeren være opmærksom på de aspekter, der udtrykkes som selvfølgelige, samt på de aspekter, der kalder på en uddybende forklaring og legitimering, samt på udtryk for andetgørelse og marginalisering. Opmærksomheden skal samtidig være på kompleksiteten og modsætningsfulde narrativer (Søndergaard, 2005, s.257).

"Det kreative analysearbejde opstår, når man har integreret tankegangen og det overordnede perspektiv og derpå selv finder sig måder at udnytte den kapacitet til at nuancere, vitalisere, overskride, dekonstruere etc., som perspektivet rummer" (Søndergaard, 2000b, s.61). Ved at analysere ud fra poststrukturalistisk tankegang vil jeg stille andre spørgsmål, end hvis jeg havde analyseret i et positivistisk og normativt perspektiv. Det er hvordan-spørgsmål, der bliver de dominerende. Spørgsmålene stilles til subjektiveringsprocesser, konstitueringer og de sociale kategorier, der er på spil i empirien, samt på kompleksiteten (Søndergaard, 2005, s.237 og 244).

Ved at bruge in- og eksklusionsprocesser som analysetilgang, stilles konkrete spørgsmål om konstitueringen af de forskellige kategorier og deres eventuelle underkategorier. Det er gråzonen mellem kernen og afgrænsningen, tidligere omtalt i afsnit 2.2.1.5, der bliver analysetilgangens fokus, og det er denne gråzone, der stilles konkrete spørgsmål til. Ved at se på gråzonen, tænkes imod det selvfølgelig, det der bliver taget for givet bliver synligt, og dermed bliver det muligt at dekonstruere selvfølgelighederne og det indforståede (Søndergaard, 2000b, s.74-76).

Jeg vil i analysen både se på, hvad Kofoed kalder "*os og de andre*" (Kofoed, 2003, s.67). Jeg vil se både på de inkluderede og de ekskluderede i de forskellige sociale kategorier, i det omfang min empiri muliggør dette. Da jeg foretog interviewene havde jeg fokus på den, der oplevede stress, og hvordan hun bliver til i kategorien *den, der oplever stress*. Men da det inkluderede træder tydeligere frem ved at se på det ekskluderede, vil jeg se på, hvordan de andre på arbejdspladsen tales frem, som ikke tilhørende denne kategori. Jeg har ikke før interviewet lagt fast, hvilke kategorier jeg ellers ville se på. Hensigten hermed er at skabe mulighed for at se på andre kategorier end den, der oplevede stress. En fastlagt kategori-tilgang vil være med til at producere de selvfølgeligheder, der er i den normative forståelse af de medicinske, fysiologiske og psykologiske stressdiskurser. Jeg forsøger i stedet at blikke andre kategorier og deres betydninger for den oplevede stress og for det at være pædagog på den arbejdsplads. Det betyder, at jeg både vil se på *os* (det inkluderede) og *de andre* (det ekskluderede).

En anden analysestrategi er at bruge fremmedgørelse, dette kan for eksempel gøres ved at bruge et andet sprog end det vante. Ved at bruge et andet sprog mindes vi om, at analysen er en menneskeskabt konstruktion i bevægelse (Søndergaard, 2000b, s.90-91). Dette kan gøres ved for eksempel at bruge udtrykket *oplevet stress* i stedet for det normative ord *stress*, hvori der ligger en forudfattet mening om, hvad stress er, samt hvordan det påvirker det enkelte menneske. *Oplevet stress* er et udtryk for, at det er stress, som det oplevedes af de mennesker, som jeg interviewede, samt at oplevelsen af stress konstant ændres; over tid og i forskellige konstruktioner. Derfor vil jeg i analysen se på, hvordan subjektet konstrueres i kategorien *oplevet stress*. Jeg taler heller ikke om, at hun bliver rask, men at hun frisættes fra kategorien *der, der oplever stress*.

En tredje analysestrategi er en søgen *på langs* og *på tværs*. *På langs* betyder, at det enkelte interview undersøges for, hvilke sammenhænge og pointer, der er i, hvordan personen forstår sig selv og

sine erfaringer, hvordan hun skaber sig selv og bliver skabt. *På langs* undersøges i de forskellige episoder og arenaer, samt fra før til nu og igen til før. I min empiriske undersøgelse vil det være, hvordan den, der tidligere oplevede stress italesætter sig selv og forstår sine oplevelser af stress. *På tværs* betyder, at jeg bevæger mig mellem de forskellige interviews, og ser på fællestræk og særtræk hos de forskellige personer. Fokus flyttes fra selvforståelse til forholdet til de andre og deres forståelse heraf (Haavind, 2000a, s.35-36, og Haavind, 2000b, s.174-176). Da jeg ikke har interviewet flere, der har oplevet stress, vil det ikke være fællestræk om, hvordan de på egen krop oplever stress, men mere, hvordan de oplever det at være medarbejder og kollega på institutionen, samt fællestræk og særtræk i deres forståelse af den, der tidligere oplevede stress's position som medarbejder, kollega og en, der oplever stress.

Inden jeg interviewede havde jeg nogle forforståelser omkring, hvordan subjektet bliver til som en, der oplever stress, samt hvilken betydning, det vil have for en person, der oplever stress ikke at skulle være i arbejde i en periode. De forforståelser kan bruges som analysestrategi; der skal reflekteres over dem, de skal udfordres og ændres (Haavind, 2000b, s.155). Ved at stille spørgsmål til mine forforståelser, kan jeg udfordre min forståelse af selvfølgeligheder og få øje på dem, og dermed blikke andre konstitueringer, betydninger og tilblivelser. Arbejdet med forforståelser bliver samtidig en udfordring af min egen subjektivitet (Ibid, s.159), og på den måde bliver jeg mere opmærksom på hvilke forudsætninger og følger, min subjektivitet kan have. Forforståelserne blev behandlet i afsnit 1.7.

2.3.1 Figur for analysestrategier

Jeg har udarbejdet en figur over de analysestrategier, som jeg læser efter. Den skal ikke ses som en oversigt over, hvordan analysen opbygges i specialet, men skal i stedet læses som de strategier, der bliver styrende for udfoldelsen af analyserne. Jeg har udarbejdet 4 diskursive analysestrategier, der kondenseres på følgende måde (inspireret af Breum Amhøj, 2007, s.91):

Genstand: Den, der oplever stress

1. analysestrategi:

Iagttagelse af diskurser om oplevet stress

Hvilke diskurser om oplevet stress er på spil?
Hvilke diskurser legitimerer, at Ea forstår sig selv igennem den sociale kategori *den, der oplever stress*?

2. analysestrategi:

Iagttagelse af subjekter og positioner i de forskellige kategorier

Hvilke bevægelser sker i kategorierne?
Hvorvidt og hvordan anses de menneskelige relationer som betydningsskabende for subjektivering, subjektiveringstilbudene og bevægelserne?

3. analysestrategi:

Iagttagelse af in - og eksklusionsprocesser i den sociale kategori *den, der oplever stress*

Hvorvidt og hvordan bliver Ea til i den sociale kategori *den, der oplever stress*?
Ændres det over tid?

4. analysestrategi:

Iagttagelse af in - og eksklusionsprocesser i de sociale kategorier *medarbejder* og *den gode pædagog*

Hvorvidt og hvordan bliver Ea til i den sociale kategori *medarbejder*, når hun samtidig tilhører kategorien *den, der oplever stress*?

Problematik:

Hvordan bevæger subjektet sig fra positionen som én, der oplever stress, til positionen én, der tidligere oplevede stress? – og hvilke betydninger tillægges menneskelige relationer for denne subjektiveringsproces?

Del 3: Analyse

3.1 Scenen

I analysen møder vi Ea, som er en 42-årig pædagog, der har været ansat på sin nuværende arbejdsplads i 7 år. Hun bor sammen med sin mand og 3 børn i et rækkehus. Hendes læge gav hende diagnosen stress, idet hun en dag, hvor hun skulle på arbejde, ikke kunne gå derind og i stedet for brød grædende sammen. På den baggrund blev hun fuldtidssygemeldt i lidt over et år, derefter var hun deltidssygemeldt i 4 måneder. På tidspunktet for interviewet er hun fuldtidssygemeldt, men hun har en ugentlig fridag, fordi hun ikke mener at kunne varetage sit arbejde på fuld tid.

Udover at have oplevet stress, fik Ea af sin læge og psykolog diagnosen stressrelateret depression. Ea siger, at hun ikke ved, hvad jeg vil gøre ved, at hun også har haft en depression, fordi det i hendes forståelse så ikke kun er oplevet stress. Formålet med min analyse er ikke at afskrive betydningen af en medicinsk diagnose, men derimod at anskue stress-problematikken fra en anden vinkel. Jeg ser på stress-problematikken som en relationel og forhandlet konstruktion. Ordene *oplevet depression* og *oplevet stressrelateret depression* vil i analysen være en af måderne, hvorpå Ea italesætter og gør kategorien *den, der oplever stress*.

Idet jeg ser på de menneskelige relationers betydning for oplevet stress har jeg, udover Ea, interviewet en af hendes kolleger og hendes leder, dem har hun arbejdet sammen med i 7 år. Derudover har jeg interviewet en veninde, som Ea har kendt siden hun var 17 år.

3.2 Hvordan konstrueres oplevet stress af de interviewede?

Jeg vil i dette afsnit analysere, hvordan de interviewede konstruerer oplevet stress. Jeg vil se på, hvilke diskurser, de hver især trækker på, samt se på hvilke komponenter, der bliver konstituerende for de forskellige konstruktioner af oplevet stress. Jeg har delt interviewmaterialet op i 4 narrativer, som de interviewede og jeg sammen har konstrueret.

De interviewede trækker hver især på forskellige diskurser om oplevet stress på mikro- og makro-niveau. De forskellige diskurser er konstant til forhandling og i konstant forandring i interviewene.

De og jeg forhandler i interviewsituationerne fælleskonstruktioner af oplevet stress. Nogle forhandlinger bliver til fælles diskurser, andre forhandlinger er træge, mens helt andre forhandlinger bliver til nye hybrider af diskursen oplevet stress.

Medicinske og psykologisk diskurser skabes på samfundsniveau, de anses ikke som entydige, men ændres alt efter, hvem der italesætter diskurserne, tidligere nævnt i fodnote 19. Diskurserne reproduceres af forskerne, hos læger, hos psykologer og i medierne. De er dermed til konstant forhandling af menneskelige aktører, når de italesætter oplevet stress i de relationer, som de indgår i. De interviewede trækker på de samfundsmæssige diskurser, når de danner egne og fælles diskurser om oplevet stress. De interviewede italesætter også diskurser på mikro-plan, de diskurser anses som lokalt konstruerede i de diskursive praksisser, som de menneskelige aktører indgår i sammen med andre menneskelige aktører, men de anses også som konstruerede ud fra de samfundsmæssige diskurser om oplevet stress.

Jeg var i interviewet opmærksom på, at jeg var med til at konstruere diskurserne, og jeg forsøgte i de fleste situationer, at bruge deres udtryk, men ind imellem brugte jeg også bevidst de psykologiske og medicinske diskurser på makro-niveau for at undersøge, om de også brugte de diskurser på samme måde på mikro-plan i forhold til Eas oplevede stress, og for at udfordre deres forståelse af oplevet stress.

3.2.1 Eas narrativ

Ea begynder først at forstå sig selv som en, der oplever stress, efter at hun af lægen har fået en medicinsk diagnose på stress. Diagnosen positionerer Ea i kategorien *den, der oplever stress*, og det er en positionering som hun samler op. Hun fortæller, hvordan hun havde det, inden hun fik diagnosen stress. Hun fortæller, at hun i hjemmet blev *hurtigere sur, irriteret og kort for hovedet* (Interview med Ea, s.4). Hun trækker på en medicinsk diskurs og taler om symptomer, såsom *problemer med at sove om natten*, samt at hun *stod uden for døren til arbejdet og ikke kunne gå ind*. Hun forstod ikke selv, hvorfor hun havde alle de symptomer, og hvorfor hun ikke kunne møde på arbejde den dag. Hun havde ikke tænkt på, at hun måske oplevede stress (Interview med Ea, s.2).

Ea fortæller også, at hun oplevede, at det *hele var sort og meget trist* i en periode. Hun fik af sin læge og sin psykolog at vide, at hun havde en stressrelateret depression. Hun fik medicin mod depressionen, og det mener hun, var med til *at trække hende op* (Interview med Ea, s.10). Her trækker hun igen på en medicinsk diskurs, lægen og psykologen positionerer hende interaktivt i kategorien *den, der oplever stress*²⁴, og hun positionerer sig reflektivt i samme kategori. Det vil sige, at i Eas fortælling er det blandt andet den medicinske diskurs, der er med til at legitimere, at Ea forstår sig selv igennem kategorien *den, der oplever stress*, og hun lader sig efterfølgende sygemelde.

Ea trækker også på den psykologiske diskurs, da hun fortæller om sin oplevede stress. Ea fortæller, at da hun blev sygemeldt gik hun hjem, satte sig på sofaen og foretog sig ikke andet (Interview med Ea, s.3). Der gik en længere periode, hvor det eneste hun foretog sig, var at sidde på sofaen fra familien gik om morgenen til de kom hjem om aftenen. Hun var alene hjemme, selvom hendes mand nogle af dagene spurgte, om han skulle blive hjemme sammen med hende. Men Ea taler også om travlhed, når familien var hjemme og om, at hun skulle tage stilling til andre end sig selv, og det var hun ikke i stand til: *"Hele tiden... gang i den, mand og... puh ha, ikk'.. og ting man skal forholde sig til og... det... jeg kunne ikke forholde mig til noget jeg... så øhm... så jeg nød hverdagene her, når alle var smuttet[...]"* *Nej... nej nej, tag endelig af sted... lad mig få fred"* (Interview med Ea, s.17).

Eas leder havde givet hende et telefonnummer på en psykolog, hun syntes, hun skulle ringe til. Det er et tilbud, som kommunen har til alle ansatte. Ea talte med psykologen om travlhed, krav og familien. De taler om, at stille høje krav til sig selv, om at lære at sige fra og om at stille nogle andre krav end dem, hun før har stillet sig selv (Interview med Ea, s.6). Her trækker hun igen på en psykologisk diskurs om stress, da hun fortæller, at hun anså kravene til sig selv som betydningsættende for, at hun bevæger sig fra oplevet stress til en positionering i kategorien *den, der tidligere oplevede stress*. Logikken i denne diskurs er en forståelse af, at oplevet stress kommer af "noget", samt at behandlingen skal ske ud fra, hvad det "noget" er. Denne logik anvendes i en årsags-virkningsforklarende psykologisk tilgang. De diskurser, som de forskellige menneskelige aktører trækker på i samtalerne, kan komme fra andre tilgange end den, jeg arbejder med, og det er jeg opmærksom på. Ea bruger denne diskurs til at legitimere, at hun forstår sig selv igennem kategorien *den, der oplever*

²⁴ Jeg nævnte i afsnit 3.1, at jeg anser konstruktionen *stressrelateret depression*, som en måde, Ea gør kategorien *den, der oplever stress*, og derfor mener jeg, at læge og psykolog placerer Ea i kategorien *den, der oplever stress*, da de giver hende diagnosen stressrelateret depression.

stress, samt til at legitimere, at hun ikke påtager sig alle de opgaver, som hun tidligere har påtaget sig på institutionen og derhjemme. Det gør hun for eksempel ved selv at være med til at bestemme, hvornår hun skal deltidsraskmeldes: *"Og også... jeg havde det bedst med det, fordi jeg vidste, at jeg ikke kunne klare en deltidssygemelding stadigvæk"* (Interview med Ea, s.19) og *"Altså, hvis de (Kommunen, HAP) havde pålagt mig noget, så tror jeg, at så havde filmen knækket igen"* (Interview med Ea, s.20). Årsags-virknings-logikken ses i, at hun taler om, at **hvis** hun var blevet deltidsraskmeldt for tidligt, **så** var hun blevet syg igen.

Ea fortæller, at hun begyndte at dyrke motion, mens hun oplevede stress, og at hun mener, at det hjalp hende til at få det bedre: *"[...]Jeg har kunnet mærke oven i mit hoved'... at når jeg har været ude og gå den tur, så... hov... så skulle jeg lige have klaret den opvaskemaskine, ikk'"* (Interview med Ea, s.24). Ea bruger også udtrykket *et dyk*, og det viser hen til et stort fald i humøret og et lave-re energiniveau (Interview med Ea, s.26). Hun italesætter her, en psykologisk diskurs om oplevet stress, hvor forståelsen af oplevet stress anses som havende noget med hjernens funktioner at gøre. Her er logikken, at depression anses som et fald i produktionen af lykkehormoner, og dermed bliver humøret lavere og den depressive har svært ved at udføre opgaver. Ved motion producerer hjernen mere lykkehormon, og derfor bliver den depressive i stand til, som for eksempel i Eas tilfælde, at tømme opvaskemaskinen.

Ea fortæller, at den oplevede stress har ændret hende, og at hun skal *være hel* (Interview med Ea, s.22), inden hun kan komme på arbejde igen. Det vil sige, at hun anser oplevet stress som en transformerende og forandrende proces. Ea taler om, at hvis andre mennesker oplever søvnløshed, hukommelsesproblemer, surhed og irritation, så har man forandret sig: *"Så er der altså et eller andet, der ikke er, som det skal være"* (Interview med Ea, s.28), og så oplever de måske stress. Hun subjektiverer sig selv igennem en normativ forståelse om, at hun har et kerneselv, der ændrer sig ved oplevet stress, og at hun ved raskmelding kan blive *sig selv* igen – og dermed vende tilbage til sit kerneselv. Samtidig påpeger hun den oplevede stress, som en forandrende proces, og at hun netop ikke bliver sig selv igen, idet hun siger: *"[...] altså, de der forventninger, de også havde til mig, og det jeg gjorde før og øh... sådan har jeg været nede at snakke med dem om, at jeg er ikke... øh den samme"* (Interview med Ea, s.14). Jeg vil i afsnit 3.3 se på oplevet stress, som en transformerende proces. Jeg vil se på, hvilke subjektiveringsprocesser, der er på spil, når subjektet tilbydes positioner i kategorierne *den, der oplever stress, medarbejder og den, der tidligere oplevede stress*.

3.2.2 Kollegaens narrativ

Kollegaen konstruerer oplevet stress, som at have travlt hele tiden, have svært ved at sætte sig ned og finde ro, samt at have problemer med at sove (Interview med kollegaen, s.3 og 13-14). Hun anser oplevet stress som en sygdom, men ved alligevel ikke helt, om hun skal omtale oplevet stress med den betegnelse. Hun siger: *"Næ, jeg følte ikke, at jeg kunne gøre så meget med hendes øh... sygdom, eller hvad man kalder det, altså, andet end, at jeg ku' tage hjem og hilse på hende og vi ku' snakke lidt om, hvordan det gik hernede og sådan nogen ting..."* (Interview med kollegaen, s.6). Her trækker kollegaen på en medicinsk diskurs om oplevet stress, selvom hun tvivler i forhold til, om hun skal kalde den oplevede stress for *en sygdom*. I det følgende vil jeg koncentrere mig om at se nærmere på, hvordan kollegaen diskursivt forstår og konstruerer oplevet stress.

Kollegaen taler om, at når hun besøgte Ea, havde hun nogle gange *de grimme nedture* og andre gange, var hun lidt gladere (Interview med kollegaen, s.5). Jeg spørger kollegaen, om hun kunne mærke, om Ea havde det bedre, når hun havde besøgt hende. Til dette svarer kollegaen: *"at øhm... når jeg så gik derfra, så virkede hun lidt gladere måske, ikk'... men øhm... men om hun har fået det bedre, det ved jeg ikke, om hun så er gået ind og sat sig, og øh... når jeg er gået... Men øhm... Men jeg synes, da blev sådan bedre, når jeg var der de der 3-4 timer nogen gange, ikk'"* (Interview med kollegaen, s.7). Vi trækker begge på den psykologiske diskurs om oplevet stress og jeg spørger senere kollegaen, hvad hun vil gøre, hvis Ea er *"på vej ned igen"* (Interview med kollegaen, s.9). I kollegaens narrativ kendetegnes Eas oplevede stress sommetider af en ked-af-det-hed og andre gange af en ikke-ke-d-af-det-hed.

I interviewet med kollegaen konstruerer jeg blandt andet kategorien oplevet stress indenfor en medicinsk diskurs, da jeg siger, at det er svært for Ea at *mærke* symptomer på oplevet stress, selvom hun har oplevet det før, så kollegaen må gerne være opmærksom på, om hun har symptomer på stress (Interview med kollegaen, s.9). Vi taler i en fællesforståelse om den medicinske diskurs om oplevet stress, hvor signaler og fysiske symptomer er en del af det at opleve stress. Jeg citerer samtidig nogle af de forståelser om Eas oplevede stress, som både Ea, chefen og kollegaen har italesat.

3.2.3 Lederens narrativ

Lederen kender flere personer, der har oplevet stress, både andre ansatte på arbejdspladsen og hendes egen datter. Jeg taler med lederen om oplevet stress i en medicinsk diskurs. Jeg taler om forskere og spørger til, om hun lægger mærke til symptomer, og om der er mulighed for forebyggelse på institutionen. Hun anser ikke oplevet stress som en fastlåst kategori i en medicinsk diskurs, hun anser oplevet stress som *individuel* (Interview med lederen, s.6). Hun siger, at der ikke er to personer, der oplever stress på den samme måde, nogle oplever stress en enkelt dag, andre oplever det over længere tid.

Lederen taler om oplevet stress som *når arbejdet eller privatlivet bliver for meget* (Interview med lederen, s.1). Hun siger, at alle mennesker kan opleve stress, men at det ikke er alle, der bliver syge af det. Da hun ser, at Ea begynder at græde, da hun skal ind ad døren på sit arbejde, sender hun hende hjem. Hun fortæller, at hun ikke kender andre, hvor oplevet stress har været så voldsomt og langvarigt som Eas oplevede stress, (Interview med lederen s.1 og 7-8). Oplevet stress konstrueres af lederen i en psykologisk diskurs, hvor *noget bliver for meget*, og for nogle menneskelige aktører, for eksempel Ea, konstruerer hun også oplevet stress i en medicinsk diskurs, idet hun siger, at nogle bliver syge af oplevet stress og skal sygemeldes, blandt andet Ea. Konstruktionerne af oplevet stress varierer, i lederens narrativ, alt efter, hvilke sociale praksisser, diskurser, subjekter og positioner, der er på spil på forskellige tidspunkter og arenaer i det levede liv.

Lederen anser sig selv som en del af kommunen og trækker på den normative forståelse af oplevet stress, som kommunen italesætter. Hun fortæller, at i kommunen bliver der sagt, at ” [...]normalt kommer de... dem, der har været ved at styre [styrte, HAP] af stress jo ikke tilbage...[...] til deres arbejde, det er i hvert fald det, vi siger i [XX] kommune” (Interview med lederen, s.4). Hun taler om, at oplevet stress forandrer, så dem, der tidligere oplevede stress ikke kommer tilbage til den samme arbejdsplads. Ea fortæller også om, hvordan kommunen håndterer oplevet stress som en størrelse, der blandt andet handler om kvantitative optegnelser over, hvem der oplever stress, og hvem, der kommer tilbage på den samme arbejdsplads. ”Men jeg fik at vide, at procentdelen var meget lille... at det var meget få, der kom tilbage...” (Interview med Ea, s.8) og ”[...] Selv på kommunen... altså sagde, men jeg kunne komme på kurser og... det var sjældent, at folk kom tilba-

ge og...” (Interview med Ea, s.16)²⁵. Se hvorvidt og hvordan Ea positioneres i kategorien *medarbejder* under og efter oplevet stress i afsnit 3.3.2 og 3.3.3.

3.2.4 Venindens narrativ

Veninden fortæller, at hun også oplever stress ind imellem, og hun bruger denne fortælling til at konstruere oplevet stress, men det er også denne forståelse af oplevet stress, som hun trækker på, når hun taler med Ea om, hvordan hun skal håndtere sin oplevede stress. Hun taler om, at hun *får ondt i maven og hovedpine*, bliver *træt*, samt at hun *ikke kan nå alle de ting*, hun skal, hun får *dårlig samvittighed* og kan ikke *overskue tingene* (Interview med veninden, s.2). Hun trækker både på den medicinske diskurs om oplevet stress ud fra beskrivelsen af symptomerne, og på den psykologiske diskurs om oplevet stress. Hun fortæller også, at Ea fik diagnosticeret en depression, mens hun havde stress og at hun fik medicin for den, samt at hun havde *”det med bugspytkirtelen”* (Interview med veninden, s.9). Jeg er med til at konstruere oplevet stress i en medicinsk diskurs, idet jeg siger: *”Åh, det stress, det er ikke sundt for kroppen”* (Interview med veninden s.9).

Veninden fortæller, at hun anser oplevet stress som, at *man ikke kan give*; hun siger, at Ea ikke kunne leve op til de forventninger, som hendes mand havde til hende (Interview med veninden, s.7). Hun fortæller også, at de gange, hvor Ea har været tilskuer til børnenes sportsaktiviteter, har hun brugt al sin energi og kunne ikke give noget bagefter. Derfor mente psykologen ikke, at Ea måtte tage med datteren, når hun skulle spille fodbold eller håndbold (Interview med veninden, s.19-20). Her trækker veninden på en logik om oplevet stress, hvor mennesket har noget energi, som skal gives til andre.

Jeg spørger veninden om hun kan se, om Ea oplever stress nu og har nogle symptomer derpå? Veninden ser ikke nogle symptomer på oplevet stress hos Ea på tidspunktet for interviewet, men hun taler om, at Ea ikke kan det samme, som hun kunne tidligere: *”Nej, men bivirkningen ved, at øh... som vi har snakket om, hun kommer aldrig op i det samme gear igen”* (Interview med veninden,

²⁵ Det vil være interessant at se på, hvordan ledere og kolleger inkluderer og ekskluderer de ansatte, der oplever stress i kategorien medarbejder, samt hvordan de inkluderes, ekskluderes og frisættes fra kategorien medarbejder. I en perspektivering kunne det være interessant med en tilbagetrækning til det normative, samt se på, hvilken betydning det ville have, hvis lederen inkluderer den, der oplever stress i kategorien medarbejder, også mens medarbejdere anses som inkluderet i kategorien den, der oplever stress

s.13). Her ses igen, at stress i dette interviewmateriale anses som en transformerende proces, hvor selvet forandres for evigt, den oplevede stress vil altid følge hende, se mere i afsnittene 3.3.3 og 3.3.4.

3.2.5 Hvilke komponenter bliver konstituerende for de forskellige konstruktioner af oplevet stress?

I min læsning af interviewmaterialet bliver det tydeligt, at alle de interviewede trækker på både en medicinsk og en psykologisk diskurs om stress og bruger dem til at legitimere Eas oplevede stress og hendes sygemelding. De trækker på den samfundsmæssige forståelse af oplevet stress – på makroplan, og på nogle normer om, at hvis subjektet oplever stress, anses det kun som en lokal sandhed, hvis den lokale sandhed samtidig legitimeres gennem de samfundsmæssige normer og diskurser for, hvordan subjektet gør den sociale kategori *den, der oplever stress*. Dette betyder, at subjektet i en normativ diskurs om stress, anses som tilhørende kategorien *den, der oplever stress*, hvis det har fået *diagnosen stress*. Mens subjektet på mikroplan anses som inkluderet i den sociale kategori *den, der oplever stress*, hvis det gør *oplevet stress* ud fra diskurserne på mikroplan. Det ses for eksempel, da veninden fortæller, at hun oplever stress ind imellem. Hun nævner nogle fysiske symptomer (Interview med veninden, s.2), som positionerer hende i kategorien *den, der oplever stress* på mikroplan, det vil sige lokalt. Vi positionerer hende begge i kategorien *den, der oplever stress*, men da hun ikke har fået en diagnose, anses hun ikke på makroplan som én, der tilhører kategorien *den, der oplever stress*.

Den dag Ea ”mødte op på arbejde og ikke kunne komme ind på stuen” (Interview med Ea, s.2), forstod hun ikke sig selv, som én der oplevede stress. Ea siger, at det var lægen der fortalte hende, at det var *en overbelastning* og oplevet stress. Lederen har tidligere sagt til Ea, at hun var anderledes, men, heller ikke på det tidspunkt, forstod hun sig selv igennem kategorien *den, der oplever stress* og sagde: ”*ja ja, det er godt med dig*” og fortsatte med at arbejde (Interview med Ea, s.3-4). Lederen forsøgte på det tidspunkt at intervenere gennem at positionere Ea i kategorien *den, der oplever stress*, men Ea samler ikke dette positioneringstilbud op. Det er først da Eas læge stiller diagnosen stress, at Ea begynder at forstå sig selv som én, der oplever stress. Det ses hermed også, at det er en medicinsk diskurs, der legitimerer, at Ea forstår sig igennem kategorien *den, der oplever*

stress, idet hun selv italesætter, at det er på det tidspunkt, at hun tager tilbuddet om positionering i den kategori til sig. Den medicinske diskurs om stress producerer en kategori, der giver mening i forhold til Eas erfaring med at føle sig udbændt, have søvnproblemer, samt at være træt og irriteret, og den anses som betydningsgættende for, at Ea legitimerer sin oplevede stress, og den måde hun gør den sociale kategori *den, der oplever stress* på. For eksempel siger hun om besøgene hos lægen: "[...] *De har... har hele tiden øh... Vi har hele tiden aftalt en ny tid, fordi at når man er overbelastet, så får man ikk... ringet, når man egentlig har brug for det og... så... så det har jeg. [...]*" (Interviewet med Ea, s.5). Hun placerer sig indenfor kategorien *den, der oplever stress* i legitimeringen af oplevet stress. Hun trækker også på den normative forståelse af oplevet stress og oplevet overbelastning, idet hun taler i generaliseringer om, når en person *er overbelastet*.

3.2.6 Ser konstruktionerne forskellige ud?

I lederen, kollegaen og Eas fortællinger bliver det tydeligt, at den sociale kategori *den, der oplever stress* ikke er en entydig og universel kategori, men at den konstrueres relationelt og kontekstuel. Ea fortæller, at hendes leder havde fortalt de andre medarbejdere, at hun ville være tilbage på arbejde efter 14 dage (Interview med Ea, s.7). Også kollegaen fortæller, at lederen havde sagt, at der gik fjorten dage - tre uger, og så ville Ea være tilbage på arbejde (Interview med kollegaen, s.5). Både lederen, kollegaen og Ea trækker på tidspunktet for sygemeldingen på en normativ diskurs om *oplevet stress*, hvor subjektet anses som frisat fra kategorien *den, der oplever stress* ud fra en tidsmæssig ramme på 14 dage. Ea er ikke tilbage på arbejdet efter 14 dage, og deres konstruktion af, hvordan subjektet gør kategorien *den, der oplever stress* må derfor omformes.

Kollegaen legitimerer Eas oplevede stress ved både en medicinsk og en psykologisk diskurs om oplevet stress. Hun trækker på en medicinsk diskurs i hendes og min forhandling angående, om Eas oplevede stress kan kaldes for en sygdom. En psykologisk diskurs trækker hun på, idet hun taler om *nedture* (Interview med kollegaen, s.5).

Veninden konstruerer også Eas oplevede stress gennem en medicinsk og en psykologisk diskurs. Det ses for eksempel, da jeg spørger hende, om Ea ville kunne have kommet igennem sin oplevede stress uden familie, veninder og arbejdspladsen, og hun siger: "*Ja, men ikke uden... tror jeg, læger,*

psykolog. Altså, til at ha' de der... snakke, hvor man får lov og... være rigtig ked af det og synes, man er... mærkelig oveni hovedet og få at vide, at det er okay" (Interview med veninden, s.12) og "[...] Men for at komme videre... Og hu... da hun selv, tror jeg fik... ord på, hvad det var, det handlede om, og hvad der sker oppe i hjernen... Det tror jeg også var rigtigt vigtigt for hende, tror jeg faktisk

Mig: Ja?

Veninden: At få øh... få lidt ord på, sådan så...: "Nå, det er sgu ikke mig, der er tosset, sådan fungerer det lige nu" (Interview med veninden, s.18). Dette viser, at veninden ser de medicinske og psykologiske diskurser om oplevet stress, som betydningsættende for, om Ea positioneres i kategorien *den, der oplever stress*, eller frisættes fra den. Dette vil jeg analysere mere på i afsnit 3.3.

Lederen konstruerer Eas oplevede stress ud fra en medicinsk og en psykologisk diskurs, og konstruktionen omformes, da hun finder ud af, at Ea ikke kommer tilbage efter 14 dage. Ea fortæller, at lederen før sygemeldingen havde sagt til hende, at hun syntes, at Ea *var anderledes* (Interview med Ea, s.3). I interviewet taler lederen ikke om, at hun havde sagt til Ea, at hun *var anderledes*. Den oplevede stress kommer til at se ud på en særlig måde, når lederen ikke selv taler frem, at hun tidligere har positioneret Ea i kategorien *den, der oplever stress*. Eas oplevede stress anses ikke som noget, der sker på mikroplan og legitimeres på dette plan, men det anses først som legitimt at forstå sig selv igennem kategorien *den, der oplever stress*, når lægen, på makro-plan, diagnosticerer Eas oplevede stress, og placerer hende i kategorien *den, der oplever stress*. Indtil da befinder Ea sig i en gråzone i kategorien *den, der oplever stress*.

Narrativerne om Eas oplevede stress ser forskellige ud. Der er flere diskurser om oplevet stress i spil i konstruktionen af Eas oplevede stress. De citeres og forhandles på forskellige måder af de forskellige menneskelige aktører. De samfundsmæssige diskurser kan anses som overordnede forståelser, som de involverede aktører trækker på, og de bliver betydningskabende for, hvorvidt og hvordan Ea forstår sig igennem kategorien *den, der oplever stress*. De samfundsmæssige diskurser: den medicinske diskurs og den psykologiske diskurs, anses som betydningsættende for legitimeringen af Eas oplevede stress, og af Eas positionering i kategorien *ikke-deltagende medarbejder*, som lederen tilbyder hende, og som hun tager imod uden forhandling. De diskurser som både lederen, veninden og kollegaen bruger til at inkludere Ea i kategorien *den, der oplever stress*, er konstruerede ud fra de samfundsmæssige diskurser og ud fra deres konstruktioner af Eas oplevede

stress. Diskurserne på mikroplan ser forskellige ud; Eas diskurs ser anderledes end venindens, lederens og kollegaens diskurser. De lokale diskurser konstrueres i forhandlinger mellem mig og de andre menneskelige aktører, diskurserne anses som inkluderende, ekskluderende og/eller frisættende fra kategorien *den, der oplever stress* i narrativet om Ea. De to niveauer spiller sammen og grænserne for, hvilke forståelser og forhandlinger af stress, der kan finde sted på mikroplan, sættes hele tiden i forhold til de mere overordnede diskurser.

3.3 Hvordan bevæger Ea sig fra kategorien *den, der oplever stress* til kategorien *den, der tidligere oplevede stress*?

Jeg vil i dette afsnit se på, hvorvidt og hvordan Ea positionerer sig og positioneres i de forskellige kategorier, der er på spil. Læsningen på langs sker ved, at jeg ser på, hvordan Ea reflektivt positionerer sig som subjekt i kategorierne *den, der oplever stress*, *den gode pædagog, medarbejder* og *den gode mor*. Læsningen på tværs sker ved, at jeg ser på, hvordan kollegaen, lederen, veninden og jeg, som interviewer, interaktivt positionerer Ea i de samme kategorier. Jeg vil også se på intersektionaliteten mellem de forskellige kategorier.

Ea har en overordnet fortælling om det at blive til, som én, der oplever stress. Fortællingen er struktureret omkring forskellige brud og hændelser, for eksempel sygemeldingen, der gør at nye kategorier og identiteter skydes på banen og samles op eller afvises. Ea konstruerer blandt andet sig selv ud fra en normativ forståelse om, at hun har et kerneselv, der ændrer sig, da hun oplever stress, og at hun efter den oplevede stress kan blive *sig selv* igen. Ea siger i interviewet: ”[...]... fordi jeg først skulle være hel igen..” (Interview med Ea, s.22). Alligevel fortæller hun også, at hun ikke bliver den samme igen efter oplevet stress. Hun siger, at ”[...] altså, de der forventninger, de også havde til mig, og det gjorde jeg før og øh... sådan har jeg været nede at snakke med dem om, at jeg er ikke... øh den samme” (Interview med Ea, s.14). Som tidligere nævnt i afsnit 3.2.1, anser Ea oplevet stress som en transformerende proces, hvor det, hun oplever som sit kerneselv, ændres og den oplevede stress altid vil følge hende. Effekten af den transformerende proces bliver blandt andet, at Ea indsluses i kategorien *den, der tidligere oplevede stress* og hun tilhører dermed kategorien *oplevet rask medarbejder* ligesom de andre medarbejdere. Også veninden, lederen og kollegaen fortæller, at Ea ikke længere er den samme Ea, og at den oplevede stress altid vil følge hende. Veninden siger, at Ea

aldrig kommer op i det samme gear (Interview med veninden, s.13). Lederen siger, at Ea bliver *hurtigere træt* og *ikke orker så meget som før*, (Interview med lederen, s.3). Kollegaen siger: *"[...] det kan man mærke på hende, at hun er ikke der, hvor at hun bare kan køre den... fuldt af, altså"* (Interview med kollegaen, s.10). Jeg vil i de kommende underafsnit se på subjekter og positioneringer i de forskellige kategorier før, under og efter, at Ea oplever stress.

3.3.1 Før sygemelding²⁶

Jeg har tidligere skrevet, hvordan lederen tilbyder Ea en position i kategorien *den, der oplever stress*, inden hun har fået en diagnose. Også veninden fortæller, hvordan hun tidligere anså Ea som en, der oplever stress, veninden siger ikke, om hun har talt med Ea om det, og Ea nævner ikke venindens forsøg på at inkludere hende i kategorien. Ea og veninden talte på et tidspunkt om, at Ea havde for meget at se til på arbejde, at hun ikke kunne nå de forskellige ting, og at hun heller ikke havde tid til at tage sig af familien. Ifølge veninden har Ea tidligere oplevet travlhed, uden at opleve stress, fordi hun altid har været god til at lytte til sig selv (Interview med veninden, 3). Ea forstås prøvende gennem en travlhedskategori som ikke læner sig så stærkt op ad en sygdomsbetegnelse. Veninden fortæller om, at *travlhed* både kan anses som en måde at gøre kategorien *den, der oplever stress* på, samt som en måde at gøre kategorien *medarbejder*. Travlhed i kategorien *medarbejder* italesættes for eksempel også af lederen, idet hun siger, at alle kan *være stresset en enkelt dag* (Interview med lederen, s.8). Også kollegaen taler om at være travl i perioder (Interview med kollegaen, s.10). Det vil sige, der er flere former for travlhed i spil. Den travlhed som alle tænkes at lide under - en slags "normal" travlhed, og så en stressrelateret "usund" travlhed.

Kollegaen taler også et andet sted om *travlhed*, her bruger hun det til at placere Ea i kategorien *den, der oplever stress*. Hun siger: *"Men men samtidig, når jeg så tænker tilbage... med alt det hun havde gang i... så kan jeg egentlig godt forstå, hun blev stresset"*

Mig: Ja? Så du mener også, at arbejdet kan have indflydelse på stress?

Kollegaen: Det tror jeg helt klart i Eas tilfælde, at øhm...

Mig: ... du snakkede meget om familien

²⁶ Jeg har valgt ikke at dele op ud fra konstruktionen oplevet stress, da jeg anser den som en flydende konstruktion, der ikke kan blive grænsesættende i forhold til en tidsmæssig ramme

Kollegaen: hun to... hun havde simpelthen for mange bolde i luften” (Interview med kollegaen, s.13). Kollegaens konstruktion af kategorien *den, der oplever stress*, som den så ud, før Ea blev sygemeldt er blevet til efter, at Ea har fået diagnosen stress, og den er konstrueret i samtale med mig. Ea bruger også udtrykket *at have for mange bolde i luften* til at positionere sig selv i kategorien *den, der oplever stress* (Interview med Ea, s.16). Det vil sige, at alle aktører anser *travlhed* som en komponent, der både positionerer Ea i kategorien *medarbejder* og i kategorien *den, der oplever stress*.

Ea havde ifølge veninden fået tildelt *en rolle* af de andre pædagoger på arbejdet, og det betød, at hun udførte og påtog sig mange opgaver (Interview med veninden, s.4). Ea tildeltes en position i den identitetsbærende kategori *den gode pædagog* af de andre på arbejdspladsen, og denne kategori forstod hun også sig selv igennem. Jeg vil senere se på, hvorvidt og hvordan Ea fortsat positioneres i kategorien *den gode pædagog*, på tidspunktet under og efter oplevet stress, og til sidst i analysen, vil jeg se på, hvordan *den gode pædagog* og *medarbejder* konflikter efter oplevet stress.

3.3.2 Fuldtids- og deltidssygemelding

Positionering foregår på en række forskellige måder, og i det følgende vil jeg komme med eksempler på, hvorvidt og hvordan Ea positioneres i kategorien *den, der oplever stress* på tidspunktet for sygemeldingen.

Lederen placerer blandt andet Ea i kategorien *den, der oplever stress* igennem handling, da hun sender hende hjem fra arbejde (Interview med lederen, s.1). Lederen vælger at give Ea en 3 måneders forlængelse af et fitnesskort, idet hun trækker på en psykologisk diskurs og mener, at motion er med til at få Ea hurtigere ud af den oplevede stress. Da lederen giver Ea kortet, håber lederen på at få et af sine ønsker for Ea og institutionen opfyldt; at få Ea tilbage på arbejde (Interview med lederen, s.10). Derudover placerer lederen Ea i kategorien *den, der oplever stress*, idet hun ringer til hende flere gange, mens hun er sygemeldt, og taler med Ea om arbejde, og om hvordan Ea har det (Interview med lederen, s.2).

Ea fortæller, at lederen giver hende et telefonnummer på en psykolog, som kan hjælpe hende, når hun *magter det* (Interview med Ea, s.5). Også denne handling positionerer Ea i kategorien *den, der oplever stress*. Lederen fortæller også, at nogle af Eas kolleger besøgte hende i hendes hjem (Interview med lederen, s.7), og dermed positionerer kollegerne også Ea i kategorien *den, der oplever stress*.

Der er 2 veninder, som har hjulpet Ea på en særlig måde, fortæller hun. Den ene veninde giver hende medicin, og den anden tager hende med ud at handle og dyrke motion. Begge veninder positionerer Ea i kategorien *den, der oplever stress* gennem deres handlinger, samtidig forsøger de at bevæge hende videre ud af kategorien. Den ene veninde forstår stress i en medicinsk og en psykologisk diskurs og hjælper Ea "*op af det her sorte hul*" (Interview med Ea, s.12), ved at give hende antidepressiver mod den stressrelaterede depression, denne medicin tager Ea imod. Den anden veninde positionerer hende gennem sprog og handling ved at sige, at Ea skal med ud og handle, og ved at komme og hente hende. Ea syntes ikke, det var rart at skulle med ud at handle: "*Så stressede jeg op, det gjorde jeg*" (Interview med Ea, s.17-18), men hun tager alligevel med, og bagefter oplevede hun glæde, fordi hun *magtede* at tage med. Ea placeres i én kategori, men hun forsøges også trukket ud af den både med medicin og motion, og i det hele taget med omsorg.

Mens Ea er sygemeldt ansætter lederen en vikar, der kan tage hendes timer. Lederen siger: "*Jamen, altså, vi har jo... havde øh... ansat en vikar... simpelthen, der har været her og øh... Han var her endda... da hun så begyndte at komme tilbage, da var han... blev han ved med at være her, fordi... sådan så hun... altså, kunne være væk, når hun havde brug for det, ikk'. Så der har... han har hele tiden...*" (Interview med lederen, s.4). Medhjælperen er tænkt som en midlertidig erstatning for Ea, men han forbliver på arbejdspladsen, da Ea kommer tilbage, og dermed anses Ea stadig som tilhørende kategorien *den, der oplever stress*, samtidig med at hun tilhører kategorien *medarbejder*. Også veninden taler om ansættelsen af vikaren, og siger, at Ea så kunne gå hjem fra arbejde, hvis hun ikke *magtede* at være længere på arbejde end 2 timer, og så skulle hun ikke have *dårlig samvittighed*²⁷ over det (Interview med veninden, s.10). Lederen forsøger at indsluse og fastholde Ea som medarbejder på institutionen, men den oplevede stress følger stadig Ea under sygemeldingen. Hun positioneres og positionerer sig både i kategorien *den, der oplever stress* og kategorien *medarbejder*. Begge kategorier bliver betydningsættende for, hvordan hun gør kategorierne, de former og

²⁷ Her trækker veninden på sine egne oplevelser af stress, og hun danner dermed en parallel mellem hendes oplevede stress og Eas oplevede stress, tidligere nævnt i afsnit 3.2.4

omformer hinanden, ligesom de menneskelige aktører former og omformer kategorierne. Kategorierne interseker og kategorien *den, der oplever stress* skaber mening om, hvordan Ea gør kategorien *medarbejder*.

Ea fortæller, at hun og lederen har en aftale om, at hun selv kan bestemme, hvor meget hun kan arbejde. På et tidspunkt siger en medarbejder på kommunen, at hun vil have Ea til at arbejde, idet hun synes at mene, at Ea ikke længere oplever stress. Ea føler ikke selv, hun er parat til at arbejde, og føler *filmen vil knække*, hvis hun skal tilbage på arbejde. Lederen siger, at hun vil tage sig af kommunen (Interview med Ea, s.15 og 20). Uenigheden og det Ea oplever som et pres, får Ea til at græde. *"Ea: Altså, der var én gang, hvor... jeg kom op på kommunen... hvor jeg ku... jamen altså, der gik jeg næsten grædende derfra, ikk', fordi hun synes, at nu skulle jeg i arbejde og øh... synes hun... Der pressede hun mig lige rigeligt nok..."*

Mig: Ja?

Ea: Øhm... og det gik jeg ned og sagde til min leder. Og så sagde hun: "Det skal du ikke tage dig af, jeg skal nok tage mig af hende" (Interview med Ea, s.15). Kommunen tilbyder Ea en position i kategorien *den, der tidligere oplevede stress*, men Ea forstår og erfarer ikke sig selv på den måde, og taler med lederen, der genkender Ea, som en, der oplever stress. Lederen påtager sig at tale med kommunen. Lederen tager dermed ansvar for, at Ea kan få tid til at komme sig over sin oplevede stress.

Herefter befinder Ea sig i en overgangsfase, og hun begynder langsomt at komme tilbage til arbejdspladsen. Hun fortæller, at hun ikke længere sidder hjemme; hun tager hen på arbejdet; *"Ja. Og også... jeg havde det bedst med det, fordi at jeg vidste, at jeg ikke kunne klare en deltidssygemelding stadigvæk"*

Mig: Nej?

Ea: Så det var bare noget med at komme og følge med og bare... nogen gange sad jeg bare... og var der

Mig: Ja?

Ea: Andre gange så... jeg startede faktisk med bare at komme ind i personalegruppen

Mig: Mmh?

Ea: Så når alle børnene var ude, så listede jeg lige ind... i personalestuen, ikk'... så holdt jeg pauser med dem. Det gjorde jeg sådan et par måneder... og så gik jeg så ud og hilste på børnene og... gik hjem

Mig: Ja?

*Ea: Og sov flere timer bagefter” (Interview med Ea, s.19-20). Ea forsøger at kæmpe sig tilbage til en positionering som deltagende medarbejder, og hun bevæger sig mellem positioneringerne i kategorierne *den, der oplever stress* og *medarbejder*. Hun gør *medarbejder*, idet hun møder op på institutionens personalestue og i kollegernes pauser, hun forøger at indgå i de rutiner, der findes på arbejdspladsen, og senere hen ser hun også børnene. Hun tilhører stadig kategorien *den, der oplever stress*, idet hun bliver meget træt, efter at hun har været på institutionen, og hun tager hjem og sover.*

Efter Ea bliver deltidsraskmeldt bevæger hun sig også mellem kategorierne *den, der oplever stress* og *medarbejder*. Hun siger: ”*Jeg synes, det mest skræmmende, det er hv... tiden, det tager... at komme i gang igen*

Mig: Ja

Ea: Fordi en ting, det er, når man starter efter en ferie og man er træt og... man går hjem og sover og er helt bælgøjet, ikk’

Mig: Ja

Ea: Men øh... det her, det er ubeskriveligt hårdt

Mig: Ja. Ja... ja, fordi det er jo ikke kun den tid, man så er sygemeldt, men det er jo hele perioden efter..., hvor man så også starter op, ikk’, og det...

Ea: Det er det. Den er hård, den er barsk

Mig: Ja

Ea: Og så igen det der med, at... ”Ja, det er meget fint, at jeg kan passe mit arbejde 2 eller 3 timer og så kan jeg gå hjem og sove og være fuldstændig bælgøjet resten og dagen... og dagen efter for den sags skyld” Og så hænger familielivet, ikk’” (Interview med Ea, s.21). På den ene side går Ea på arbejde, hvilket bliver beviset på, at hun delvist har overvundet sin oplevede stress, men på den anden side sover hun også meget, og hun er på den måde stadig mærket af sin oplevede stress.

Jeg spørger Ea, hvordan hendes mand reagerede på, at hun blev sygemeldt med stress. Hun fortæller, at han *gjorde mange flere ting, end han plejede*, hun taler om den organiserende, omsorgsfulde,

kærlige og hjælpsomme mand (Interview med Ea, s.11). Hendes mand tog sig i denne periode også mere af børnene, de fik at vide, at de skulle ringe til ham, hvis de skulle spørge om noget, tidligere ringede de altid til deres mor (Interview med Ea, s.11). Så Eas mand begynder altså at tage meget mere ansvar for hjemmet og børnene.

Ea siger, at hun ikke engang kunne tømme opvaskemaskinen (Interview med Ea, s.9), og dermed forstår jeg, at det at tømme opvaskemaskinen var en af måderne, hvorpå hun gjorde kategorien *ægtefælle med kvindeligt kropstegn* før, hun oplevede stress. Veninden fortæller også om, hvordan de i deres familier gør ægtefælle med henholdsvis mandligt og kvindeligt kropstegn. Veninden siger, at det er kvinden, der gør mange ting i hjemmet, og det bliver meget tydeligt, når kvinden bliver syg. Hun siger: ”*Det har vi (veninden og Ea, HAP) også snakket meget om, altså når... mødre er syge... jamen så ligger vasketøjsbunken der stadig, når vi bliver raske, eller alle de ting, vi har påtaget os. Når manden er syg, jamen, så... kører det bare*” (Interview med veninden, s.7). Hun siger, at kvinden har *påtaget sig* at gøre de mange ting, og dermed har kvinden været med til at sætte præmisserne for, hvordan de menneskelige aktører gør kategorien *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*.

Kategorierne *ægtefælle med mandligt kropstegn* og *ægtefælle med kvindeligt kropstegn* formes og omformes i relationen mellem Ea og hendes mand, og de bliver betydningskabende for, hvorvidt og hvordan Ea oplever, at hendes mand positionerer hende i kategorien *den, der oplever stress* gennem handling²⁸. Kategorierne intersekter, og det, at han gør *ægtefælle med mandligt kropstegn* på en ny måde, positionerer Ea i kategorien *den, der oplever stress*, og omvendt omformer Eas placering i kategorien *den, der oplever stress*, den måde, hvorpå hendes mand gør *ægtefælle med mandligt kropstegn*. Samtidig betyder den oplevede stress, at Ea gør kategorien *ægtefælle med kvindeligt kropstegn* på en ny måde, for eksempel er det ikke længere hende, der organiserer derhjemme. Det vil sige, at Eas oplevede stress får effekt på de kønnede kategorier og den arbejdsdeling, som Ea og hendes mand forstår sig igennem.

²⁸ Jeg vil ikke komme nærmere ind på de kønnede kategorier *ægtefælle* med henholdsvis *mandligt* og *kvindeligt kropstegn*. Jeg har ikke mere interviewmateriale, der kan analyseres til en forståelse af deres konstruktioner af kategorierne, samt effekten af den oplevede stress på kategorierne.

3.3.3 Efter fuldtidsraskmelding

Jeg vil i dette afsnit se på, hvorvidt og hvordan Ea ved fuldtidsraskmelding anses som ”helbredt” eller ”frisat” fra kategorien *den, der oplever stress*. Positionerer Ea sig og positioneres hun i kategorien *den, der tidligere oplevede stress* eller i kategorien *oplevet rask medarbejder*? Jeg er også interesseret i at se på førstehed og andethed.

Jeg er interesseret i, om Ea er blevet ”hel”, som hun tidligere talte om, at hun skulle blive efter oplevet stress og spørger til, om hun på tidspunktet for interviewet oplever stress. Ea fortæller, at hun ind imellem oplever problemer med at huske. De hukommelsesproblemer kobler hun til sin tidligere oplevede stress. Jeg trækker på en medicinsk diskurs om stress, da jeg siger til hende, at hun skal lægge mærke til sine symptomer (Interview med Ea, s.25). Ea fortæller også, at hendes familie og venner er opmærksomme på, om hun udviser symptomer på oplevet stress. Jeg spørger: *”Er der nogen, der kan hjælpe dig i din omgangskreds så?... Eller hvad?... Nu snakkede vi om arbejdet, om der var nogen, der prikkede til dig, men ... er der nogen veninder eller... din mand eller nogen i familien, der sådan ligesom... har en eller anden forståelse med*

Ea: Hvis jeg mærkbart forandrer mig, så... er der masser, der vil sige det

Mig: Ja?

Ea: Og det er både børn og... mand og... veninder og... ja, min mor og... altså... Det er der ingen tvivl om

Mig: Ja?

Ea: Og så vil de sige: "Hov nu tror jeg liige, at du skal passe på igen", ikk'

Mig: Ja?

Ea: Det er jeg helt overbevist om... det er der rigtig mange... øhm... men jeg tror først selv, at jeg mærker det nu

Mig: Ja

Ea: Og netop det der med, at "Hov... nu glemte... nej, nu glemte jeg fand'me det. Hvorfor gjorde jeg det? Okay, har du for meget om ørerne igen?" Så tænker jeg tilbage, hvad er det jeg skal og...

Mig: Ja?

Ea: Så... jeg... håber på, at jeg selv... mærker det og ser det før de andre” (Interview med Ea, s.25).

Ea har lært at korrigere sig selv. Hun fortæller om at være opmærksom på symptomer på stress. Hun er på den ene side sikker på, at hendes omgivelser vil gribe ind og prikke til hende, men hun

”ansvarliggør” også sig selv i forhold til den oplevede stress. Det bliver til noget, hun forsøger at mestre og ”tage ansvar for”.

Det lader til, at de forskellige mennesker, deriblandt Ea, tager et ansvar på sig, for at hjælpe Ea til ikke længere at opleve stress, men samtidig ses det i deres fortællinger, at der sker en individualisering af den oplevede stress, og den placeres hos Ea. Det er Ea, der oplever stress, og det er Ea, der skal frisættes fra kategorien *den, der oplever stress*. Ea og de andre interviewede taler om, at det er Eas krav til sig selv, der har genereret oplevet stress, derfor er det Ea, der skal lære at håndtere de krav hun sætter til sig selv, og derigennem håndtere sin oplevede stress, samtidig med at hendes kolleger, lederen, familien, og hendes veninder støtter og lytter til hende. Da den oplevede stress placeres hos Ea og ikke i arbejdsmiljøet, i arbejdsgangene, hos lederen eller i relationerne mellem de andre og Ea, ændres relationerne til Ea ikke. Heller ikke præmisserne for, hvordan de indgår i et samarbejde og varetager deres arbejde, ændres. De anser alle det, at Ea stillede for mange og for høje krav til sig selv, samt at hun tog for mange arbejdsopgaver på sig, som genererende for, at hun oplevede stress. Derfor er de opmærksomme på, at hun ikke længere skal påtage sig alle de opgaver, og det kan og vil både lederen og kollegerne være med til at ændre. Jeg vil i min perspektivering komme ind på overvejelser over, hvordan en fortælling om oplevet stress ville se ud, hvis den oplevede stress placeres et andet sted og genereres af relationerne mellem den, der oplever stress og medarbejderne eller lederen.

Lederen og veninden fortæller, at Ea, efter fuldtidsraskmeldingen, ikke længere positionerer sig og positioneres i kategorien *den, der oplever stress*. Lederen siger, at hun ikke længere ser Ea, som en, der oplever stress, men at hun kan se, at Ea *bliver hurtigere træt og ikke orker så meget som før*, og at Ea også selv fortæller lederen og kollegerne, når hun oplever træthed (Interview med lederen, s.3), og dermed tager Ea ”ansvarliggørelsen” på sig. Veninden fortæller, at oplevet stress transformerer Ea og giver Ea *bivirkninger*. Bivirkningerne er, at hun ikke kan de samme ting, som hun kunne før: ”[...] hun kommer aldrig op i det samme gear igen

Mig: Nej?

Veninden:... som hun nok gerne vil. Og hun har.. må acceptere, at der rent faktisk er en grænse for, hvad man kan

Mig: Ja?

Veninden: Alder og... fysiske... vi... [uforståelig tale, HAP] vi bliver nødt til at sige fra. Ting som man egentlig før kunne... accepteret det lidt før, end man måske.... først sku' gøre, når man blev halvtreds, fordi der var det...

Mig: Ja

Veninden: ...fysikken, der sagde nej, ikk'

Mig: ja

Veninden: Så på den måde...

Mig: Tror du, at hun selv vil sige, hvis hun er på vej til stress igen?

Veninden: Ja, det tror jeg" (Interview med veninden, s.13-14). Veninden siger også, at Ea vil tage ansvar og fortælle, hvis hun oplever stress igen. Både lederen og veninden frisætter Ea fra kategorien *den, der oplever stress*, idet de siger, at de ikke længere kan se, at hun har symptomer på oplevet stress. De placerer hende i en ny kategori; kategorien *den, der tidligere oplevede stress* og ikke i en raskhedsbærende kategori, som de andre medarbejdere positioneres og positionerer sig i. Det at blive positioneret som én, der oplever stress indebærer en delvis andetgørelse, man opfattes ikke som rask og funktionsdygtig medarbejder. Med bevægelsen fra én, der oplever stress til én, der tidligere oplevede stress tilbydes inklusion i førsteheden – en førstehed som knytter sig stærkt til at kunne bestride sit job, gå på arbejde m.m. Det er den førstehedsposition, som Ea forhandler. Såvel lederen som veninden udviser også investering i at få hende "tilbage" i arbejde. De lader på den måde ikke til at ville fastholde Ea i en position, som én, der hele tiden oplever stress. Konstruktionen oplevet stress skaber på den måde en ny kategori, og det betyder, at Eas andethed og frisættelse fra kategorien *den, der oplever stress*, fører til førstehed i den nye konstruktion; kategorien *den, der tidligere oplevede stress*.

Jeg spørger kollegaen, om hun ville gøre noget, hvis hun så, at Ea var på vej ned igen²⁹. Kollegaen er, efter Eas oplevede stress, mere opmærksom på, om hun udviser symptomer, og kollegaen påtager sig et ansvar for at hjælpe hende, hvis hun igen udviser de symptomer. Kollegaen fortæller, at der er et eller andet på vej på tidspunktet for interviewet. Fredagen før havde kollegaen taget en snak med Ea, fordi hun fornemmede, at hun ikke havde det helt godt (Interview med kollegaen, s.9). Ea ses af kollegaen på dette tidspunkt som tilhørende kategorien *den, der tidligere oplevede stress*, hun placeres ikke i kategorien *oplevet rask medarbejder*. I kollegaens fortælling følger den oplevede stress Ea. Den ligger og lurker, selvom hun tilsyneladende også er ovre den. Heri ses, at

²⁹ Vi taler i en fælles psykologisk diskurs om stress, hvor oplevet stress anses som en *nedtur*

oplevet stress transformerer Ea. Ea anses ikke af sig selv og kollegerne som *hel* og *sig selv*, hun anses som ændret, og hun gør kategorien *medarbejder* og *pædagog* på en ny måde, som bærer præg af, at hun tidligere oplevede stress. Kategorien *den, der tidligere oplevede stress* interseker med kategorierne *medarbejder* og *den gode pædagog*, og den bliver betydningsættende for, hvordan Ea gør arbejdspladsens kategorier.

Ligesom veninden og lederen taler også Ea om, at oplevet stress er en totalt transformerende proces. Ea siger: *"Ja, jeg er lige kommet på fuld tid, men så har jeg så... fået lov til at tage en... en ugentlig feriedag"*

Mig: Okay?

Ea: Fordi ellers så magter jeg det ikke

Mig: Nej? Bliver du træt?

Ea: Meget, og... og bliver meget hurtigt... vred. "Na na na", siger jeg. Men det er jo, når man ikke magter tingene jo, så kommer det der, ikk'

Mig: ja, det er rigtig

Ea: så øh... så det er øh... meget træt

Mig: Har du nogen kollegaer, der sådan støtter op om dig i... de situationer? Eller... ved du selv, hvornår det er for meget? Og hvad de skal gøre?

Ea: Jeg siger selv til

Mig: ja

Ea: Det har jeg lovet mig selv det... skal jeg blive rigtig god til

Mig: Mmh? Ja? Nå, men det kunne godt være, det var en hjælp, hvis der var nogen, der sådan lige... prikkede til dig eller sådan noget?

Ea: Jaaa, men der er jo også et par gange, hvor der er nogen, der har sagt om ikke det var en god idé, at nogen andre gjorde det eller sådan, ikk'" (Interview med Ea, s.13). Her taler Ea igen om at blive bedre til at sige fra og ikke have for mange bolde i luften. Hun ansvarliggør sig selv for ikke at opleve stress igen. Dette anses samtidig som en handlemulighed for Ea, hun føler, hun får bedre adgang til at bemestre og kontrollere en potentiel oplevelse af stress. Kollegerne positionerer hende i kategorien *den, der tidligere oplevede stress*, idet de tilbyder at tage opgaver fra hende, fordi de ikke mener, at hun kan *magte* dem, så de anser også oplevet stress som en transformerende proces.

Ea og jeg taler også om, hvordan hun gør kategorien *medarbejder*, mens hun tilhører kategorien *den, der tidligere oplevede stress*. Hun fortæller, at hun er *mere rolig og bedre til at sige fra*, og at kollegerne har forståelse for, at hun siger opgaver fra, fordi hun ikke *magter dem*, og at det ikke er, fordi hun ikke vil tage de opgaver på sig (Interview med Ea, s.14-15). Kategorien *den, der tidligere oplevede stress* interseker med kategorierne *den gode pædagog* og *medarbejder*. Som tidligere nævnt gøres kategorien *den gode pædagog* ved at påtage sig en masse opgaver, men dette gør Ea ikke længere, den oplevede stress har ændret hendes måde at gøre *medarbejder* og *den gode pædagog* på. Ea og kollegerne former og omformer konstruktionerne og kategorierne gennem forhandlinger.

3.3.4 Opsamlende for afsnittet

I en bestemt periode af Eas liv bliver kategorien *den, der oplever stress* stærkt betydningskabende for Ea. Den interseker med andre kategorier som *den gode mor*, *den gode pædagog* og *medarbejder*. Den erfarer som overordnet kategori og som betydningsættende for, hvordan Ea positionerer sig og positioneres i de andre kategorier, der er på spil. Den bliver også betydningsættende for de relationer, som Ea indgår i, for eksempel hvordan hendes mand gør kategorierne *den gode far*, *ægtefælle med kropstegnet mand*; hvordan deres børn gør kategorien *barn*, hvordan veninderne gør kategorien *veninde*; hvordan lederen gør kategorien *leder* og hvordan kollegaerne gør kategorien *kollega*. På grund af specialets omfang, vil jeg ikke komme nærmere ind på disse kategoriers intersektionalitet. Men et eksempel kan være, hvordan Ea taler forhandlingen om, hvordan kategorien *kollega*, interseker med kategorien *den, der oplever stress*. Hun siger: ”Og min kollega, Katrine, som også kom... her... sådan cirka en gang om ugen. Hende kunne jeg sagtens sidde og... og snakke med... det var sådan cirka lige op til... der kunne jeg godt køre lidt højt... men lige så snart de så var her, så... puh... så faldt jeg ned igen, ikk’, ”Nå, gud de er sig selv, ikk’”” (Interview med Ea, s.19). Ea forstår sig selv som ændret gennem kategorien *den, der oplever stress*, samtidig tror hun, at kollegaen også har ændret sig, og det gør Ea mere stresset. Men Ea erfarer, at kollegaen ikke er *en anden*.

Jeg spørger Ea, hvem eller hvad, der har haft størst betydning for, at hun er kommet tilbage på arbejde og ikke længere oplever stress og hun svarer: ”Arbejdet!

Mig: Det er din arbejdsplads

Ea: Ja

Mig: ...der er medvirkende til det?

Ea: ja, det vil jeg.. altså... Ja, det vil jeg sige

Mig: Ja?

Ea: Det er dem, der har holdt kontakten og det er dem, der har sagt, det ta'r den tid det ta'r og øh... ja

Mig: Ja?

Ea: Både... kollegaer og... og lederen...

Mig: Ja?

Ea: Det er det... .. Men der er selvfølgelig mange sider af sagen... fordi jeg skulle jo også først være hel igen... øhm... og det har familie og venner jo været med til

Mig: Ja?

Ea: så... men altså d... tilbage igen det... det er kollegaerne og lederen

Mig: Ja?

Ea: Det er det

Mig: Men størst betydning for at blive rask, det er måske... familien og veninderne eller?

Ea: Ja, jeg tror, at de er meget meget vigtige...

Mig: Ja?

Ea: Når det er svært" (Interview med Ea, s.22). Ea siger, at familien og vennerne anses som betydningsættende for, at hun ikke længere oplever stress, og at hun oplever sig selv som *hel igen*. Der er flere "helheder" på spil. Ea erfarer sig som transformeret, men alligevel taler hun om, at hun er "hel" i slutningen af interviewet. Den "hele Ea", der eksisterede før stressen kommer ikke tilbage, men i stedet træder en ny "hel Ea" frem og bliver til. Samtidig anser Ea kollegerne og lederen som betydningsættende for, at hun er kommet tilbage på arbejdspladsen og positioneres i kategorien *medarbejder*. Ea fremhæver kollegernes og lederens betydninger: "*Det er dem, der har holdt kontakten og det er dem, der har sagt, det ta'r den tid det ta'r og øh... ja*" (Interview med Ea, s.22). Hun siger, at det er hendes menneskelige relationer, der er betydningsættende for, at hun ikke længere oplever stress og at hun er tilbage på arbejde. Men analysen af hendes narrativ og de andres narrativ har vist, at hun også har betydning for dette.

Der sker to bevægelser for Ea, den ene er bevægelsen fra kategorien *den, der oplever stress* til kategorien *den, der tidligere oplevede stress*, og for denne bevægelse taler hun familiens betydninger frem. Jeg har tidligere fremhævet, hvordan Ea kæmper sig til en frisættelse fra kategorien *den, der oplever stress* ved at dyrke motion og ved at tage ansvar for, at hun ikke kom for tidligt tilbage på arbejde.

Den anden bevægelse der sker, er at Ea sluses ind og ud af kategorien *medarbejder*, og for denne bevægelse taler Ea kollegernes og lederens betydninger frem. Jeg har tidligere tydeliggjort, hvordan hun taler sin egen betydning frem, idet hun fortalte om, hvordan hun var med til at bestemme, hvornår og hvor meget hun skulle arbejde, samt at hun kæmpede sig tilbage ved at møde op på personalestuen og senere ved at se børnene.

3.4 Hvilke in- og eksklusionsprocesser bliver effekten af Eas oplevede stress?

Jeg vil i dette afsnit se på, hvilke in- og eksklusionsprocesser, som aktualiseres for Ea under og efter, at hun oplever stress. Jeg vil se på, hvordan de forskellige identitetsbærende kategorier konflikter med hinanden mens Ea oplever stress, og efterfølgende vil jeg se på, hvordan Ea arbejder med at forlige positioner som den gode mor, den gode pædagog, medarbejder og den, der tidligere oplevede stress efter, at hun er kommet tilbage på arbejde.

3.4.1 Hvordan forhandles kategorierne *den, der oplever stress* og *den gode mor*?

Ea fortæller, at hendes børn, før oplevet stress, ringede til hende, hvis de havde nogle spørgsmål, men at de i stedet skulle ringe til deres far i stedet, mens hun oplevede stress. Hun taler også her om oplevet stress, som en transformerende proces, idet hun siger: "*De (børnene, HAP) har selvfølgelig også kunnet mærke... at jeg... forandrede mig. Og jeg kunne slet ikke... tage mig af dem, faktisk, det kunne jeg ikke*" (Interview med Ea, s.12). Ea oplever, at hun ikke længere kan leve op til sin egen og andres forestillinger om konstruktionen *god mor*. Eas mand må overtage mange af de omsorgs-

funktioner, som Ea ellers har varetaget. Det skaber friktion i familielivet og hendes positionering i kategorien *den gode mor* forhandles konstant. I takt med at Ea oplever stress – hvilket indbefatter en diagnose fra lægen – får hun vanskeligere ved at opretholde sin position i kategorien *den gode mor*. Kategorien *den, der oplever stress* konflikter med kategorien *den gode mor*, og den bliver betydningsskabende for hendes eksklusion i kategorien *den gode mor*.

Ea taler om, at der er nogle normer for, hvordan man gør kategorien *den gode mor*: ”Jeg har jo også sådan altid tilsidesat mig selv sådan... ”Årh, det er lige meget, du skal bare køre videre. Det her skal du nå, hvis du skal være en god pædagog eller... en god mor eller...” (Interview med Ea, s.10). I Eas konstruktion af kategorien *den gode mor* taler man med børnene og forholder sig til børnene (Interview med Ea, s.21). Den gode mor konstitueres dermed af en vis grad af selvopofrelse, at opmærksomheden rettes mod børnenes trivsel og det at skabe sammenhæng i familielivet. Ea fortæller, at da hun oplever stress, vil hun bare gerne ville være alene hjemme, og at det var *en letelse*, når weekenden var ovre, så hun ikke skulle forholde sig til hverken mand eller børn (Interview med Ea, s. 17). Det der bliver interessant her er, at Ea finder hjemmelivet med mand og børn stressende og uoverskueligt. Hun finder ro og fred, når hun er alene. Det skaber en konflikt i forhold til forestillingen og normen om konstruktionen *god mor*. Her ser vi, hvordan de to kategorier *den gode mor* og *den, der oplever stress* opleves som stående i modsætningsforhold til hinanden.

Jeg spørger veninden, hvilke ting i Eas privatliv, der gjorde Ea mere stresset? Veninden svarer: ”Jamen, det var jo specielt det der med, at hun ikk’ ku’ overskue, når ungerne kom og spurgte om for mange ting, det ku’ hun ikk’ ta’ stilling til, og det gjorde hende ked af det

Mig: Ja?

Veninden: Og så vel i forhold til manden... det der med ikk at leve op til sin kæreste-kone-ting, fordi man er inde i en osteklokke og kan ikke så meget gi’

Mig: Nej

Veninden: Og det gør vel én ked af det, altså, det kender vi jo også selv, når vi har meget travlt, så... får man ikke rigtig tid til hinanden, og så bli’r det også sådan lidt (Veninden laver nogle lyde, HAP) (Interview med veninden, s.7). Senere i interviewet spørger jeg: ”Tror du, det ku’ ha’ hjulpet Ea også, hvis der var nogen, der... tog sig lidt mere af manden og børnene?”³⁰. Hun svarer: ”Ja, det tror jeg. For du kan ikke selv som syg sidde og få de samme ord på andet end at: ”Du bli’r

³⁰ Denne problemstilling taler veninden mere om til sidst i interviewet, og den vil jeg se mere på i min perspektivering

meget ked af det... og I ka' jo godt se, at jeg ikke kan overskue det, og lad nu være med at snakke til mig", og det bli'r jo nærmest sådan en dobbeltkonflikt, fordi man vil så gerne og man magter det ikk'... og når... så suger ens børn én, når man ikke har overskud til dem, fordi de vil bekræftiges, og... de vil alt muligt, når man... ikke ka' gi'" (Interview med veninden, s.17). I venindens konstruktion af kategorien *den gode mor* anses, det *at tale med børnene, svare på spørgsmål og bekræfte dem*, som en vigtig del. Modsætningen til *den gode mor* bliver den mor, som ikke har overskud til at tage sig af børnene. Kategorierne *den, der oplever stress* og *den gode mor* kommer også i venindens narrativ til at stå i modsætningsforhold til hinanden, og kategorierne konflikter. Veninden taler også om, at Eas forhold til sin mand ændres, dermed konflikter kategorien *den, der oplever stress* også med kategorien *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*, men det vil jeg ikke analysere mere på, tidligere nævnt i afsnit 3.3.2.

Også kollegaen taler om, at *det at tale med børnene, svare på spørgsmål og bekræfte dem* indgår som en vigtig del af konstruktionen *god mor*. Hun taler om, at Ea ikke kunne *overskue børnene*, og at hun oplevede Ea som *mere stresset*, når børnene var til stede i hjemmet (Interview med kollegaen, s.6). I kollegaens fortælling konstrueres familielivet som en belastning for Ea, dermed anses familielivet som en medskabende faktor i forhold til hendes oplevede stress. Familielivets pligter sætter ekstra pres på oplevelsen af stress, og Ea opfatter sig selv som en dårlig mor. Modsætningsforholdet mellem kategorien *den gode mor* og kategorien *den, der oplever stress* ses her ved, at kollegaen ligesom veninden taler om, at Ea *ikke kunne overskue børnene*, og kategorierne kommer i konflikt med hinanden. I de første 3 uger, efter at Ea får diagnosen stress, hvor hun bare sidder i sofaen (Interview med Ea, s.3), forstår Ea sig selv som *dårlig mor*, og det bliver slet ikke muligt for hende både tilhøre kategorien *den gode mor* og kategorien *den, der oplever stress*, hun inkluderes i kategorien *den, der oplever stress* og ekskluderes fra kategorien *den gode mor*. Derefter arbejder Ea på at opfylde et minimum af de krav, som forventes i familien, som for eksempel at *skulle tage stilling til børnenes spørgsmål*, men det gør Ea ked af det og sætter ekstra pres på hendes oplevede stress (Interview med veninden, s.7). Også på tidspunktet for deltidsrasmeldingen fortæller Ea, at det er svært for hende både at være *god mor og medarbejder*, hun siger, at der ikke bliver *overskud* til at tale med børnene, fordi hun skal sove efter at have været på arbejde i 2-3 timer, og dermed *hænger familielivet* (Interview med Ea, s.21). Forhandlingen om at tilhøre kategorien *den gode mor* støtter sig delvist på, at hendes mand går ind og hjælper og overtager mange af pligterne i hjemmet, så Ea bliver i stand til i nogle situationer at tage sig af børnene. Og ved at Ea overfor børnene for-

klarer, at hun **gerne vil**, men **ikke kan** tage sig mere af dem på grund af den oplevede stress, og hun legitimerer sit delvise fravær som *den gode mor* ved at sige: ” *du kan jo se, jeg har det skidt*” (Interview med veninden, s.7).

3.4.2 Hvordan forhandles kategorierne *den, der oplever stress og medarbejder?*

Tristhed, glemsomhed og energiforladt er ord, som veninden og Ea bruger til at beskrive kategorien *den, der oplever stress*. Jeg spørger til, om der er mennesker, Ea kunne være sammen med, uden at hun oplevede stress. Hun fortæller, at hun godt kunne være sammen med sin veninde og også med kollegaen uden at opleve stress. Om kollegaens besøg siger hun: ”*Og min kollega, Katrine, som også kom... her... sådan cirka en gang om ugen. Hende kunne jeg også sagtens sidde og... og snakke med... det var sådan cirka lige op til... der kunne jeg godt køre lidt højt... men lige så snart de så var her, så... puh... så faldt jeg ned igen, ikk', "Nå, gud de er sig selv, ikk'"*

Mig: Ja? Så kunne I snakke om alt muligt andet?

Ea: Jaaa så ja... og jeg sad også... ofte og snakkede med Katrine om arbejdet og sådan noget

Mig: Mmh? Ja?

Ea: Øhm... Så man sådan... Arh, så følte man alligevel, man fulgte lidt med, ikk'

Mig: Ja?

Ea: *Man er hurtigt ude... af det fællesskab der*” (Interview med Ea, s.19). Ea taler om *det nye* og *anderledes* på arbejdspladsen. Det, som jeg synes er interessant her, er, at Ea taler om at være udenfor et fællesskab. Det er netop stress-kategorien som gør, at Ea ekskluderes af dette fællesskab. Samtalerne med kollegaen holder hende delvist inde i fællesskabet, hun bevarer en kontakt. Hun taler samtidig en eksklusion fra kategorien *medarbejder* frem, fordi kategorien *medarbejder* omformes i det tidsrum, hvor hun ikke gør deltagende medarbejder. Men idet kollegerne og Ea taler om arbejdet, kan hun stadig være vidende om, hvad der, ifølge kollegaen, sker på arbejdspladsen, og dermed anser hun stadig sig selv som en del af fællesskabet. Lederen fortæller, at blandt kollegerne på arbejdspladsen taler man meget sammen og hun taler om en *åbenhed* mellem kollegerne. Det er både kollegerne, der taler meget med hinanden og lederen, der taler med de ansatte (Interview med lederen, s.6 og 8). Det er dette fællesskab, som Ea taler om. Jeg anser fællesskabet som en præmis for at gøre kategorien *medarbejder*, og gennem at Ea holder fast i dette fællesskab, bliver

hun i stand til at forhandle sig tilbage til en position som deltagende medarbejder på arbejdspladsen. Det at kontakten aldrig brydes fungerer medierende i forhold til Eas (forventede) genindtrædelse på arbejdspladsen.

Ud over fællesskabet på arbejdspladsen taler Ea om, at det at gøre *medarbejder* betyder, at hun *kommer ud*, samt at hun *får udfordringer* (Interview med Ea, s.1). Ea bevæger sig i en gråzone i forhold til kategorien *medarbejder*, hun forhandler med kollegaen om, hvordan man gør kategorien *kollega*³¹, idet hun taler om, at kollegaen (og de andre besøgende) måske har ændret sig på grund af Eas oplevede stress. Fuld inklusion i kategorien *medarbejder* bliver ikke en mulighed, før hun bliver deltidsraskmeldt og kan gøre *deltagende medarbejder*, også selvom hun holder fast i fællesskabet og senere hen tager på arbejde og følger med på personalestuen.

Ea fortæller, at ud over kollegaen, der besøgte hende, var der en kollega som ringede til hende en gang imellem, og at hun skrev sms'er med flere af kollegerne. Jeg spørger, hvilken betydning det havde for hende, og hun siger: "*At man er noget værd, og der er nogen, der venter på én*" (Interview med Ea, s.8). Ea anser sig som en del af fællesskabet, idet kollegerne ringer og kommer forbi, hvilket betyder, at forhandlingen om inklusion og positionering i kategorien *medarbejder*, når hun ikke længere oplever stress, bliver en mulig proces. Kollegernes, lederens og Eas egen forventning om, at Ea selvfølgelig skal tilbage, fungerer ansporende for, at Ea rent faktisk kan komme tilbage, selvom hun samtidig placeres i en kategori som delvist ekskluderer hende fra arbejdspladsen.

Ea fortæller samtidig, at hun nogle dage oplevede *nervøsit* og at det var *belastende*, når kollegerne ville ringe, hun tænkte på ikke at tage telefonen. Men hun valgte altid at tage den, og hun siger, at bagefter havde hun *en god følelse* (Interview med Ea, s.9-10). Kategorien *medarbejder* konflikter her med kategorien *den, der oplever stress*, idet Ea oplever en nervøshed ved, at kollegerne forsøger at inkludere Ea i kategorien *medarbejder* ved at ringe til hende og besøge hende. Kollegaen fortæller, at hun talte med Ea om arbejdet, men blev nødt til at holde op med det, fordi Ea *blev stresset* af at høre om arbejdet (Interview med kollegaen, s.6).

Veninden og lederen fortæller også, at kollegerne har besøgt Ea privat (Interview med veninden, s.8 og Interview med lederen, s.2). Lederen taler om, at kollegerne har *støttet* Ea (Interview med lede-

³¹ Kategorien kollega vil jeg ikke komme nærmere ind på i dette speciale

ren, s.11). Kollegaen fortæller også, at hun har støttet op om Ea og lyttet til hende: ” Det tror jeg - helt klart. Og jeg tror også, at Ea selv er rigtig glad for, at vi alle sammen støtter op om hende...

Mig: Mmh...

Kollegaen: Fordi, det gør vi jo herved alle sammen

Mig: Ja

Kollegaen: Jeg tror ikke, der er nogen i det her hus, der ikke støtter op om hende

Mig: Nej? Det er da en super god institution

Kollegaen: Ja. Jeg tror også, at alle de er interesserede i, at hun skal komme tilbage på fuld kraft, ikk', altså [...] Og derfor har jeg sådan rigtig brugt meget tid på at lytte til hende” (Interview med kollegaen, s.12). Inklusion i kategorien *medarbejder* bliver mulig for Ea, idet de andre medarbejdere støtter op om hende og anser hende som en del af fællesskabet og arbejdspladsen.

Ea fortæller, at hun har oplevet, at tidligere ansatte på den institution, blev fyret, mens de oplevede stress: ”Du kan ikke forvente at arbejdspladsen bakker dig op

Mig: Nej?

Ea: Der har jeg bare været skide heldig, ikk’

Mig: Ja

Ea: Så øh... altså, jeg har jo også været med til, at andre af mine kolleger har været gået ned, og de er blevet fyret, ikk’, efter et halvt år” (Interview med Ea, s.27). Lederen siger: ”Hvis nu det var en, der ikke trivedes her, og ikke kunne med de andre, så havde jeg måske ikke været helt så... altså... så havde det måske ikke betydet så meget, at hun kom tilbage. Men det betød rigtig meget[...] i denne her situation” (Interview med lederen, s.5). Heri ses vigtigheden af at blive genkendt som en del af fællesskabet, de medarbejdere som ikke tilhører fællesskabet før og under oplevet stress, anses som troubled subjects i forhold til kategorien *medarbejder* og bliver fyret under oplevet stress. Også veninden taler om dem, der ikke tilhører fællesskabet: ”Jeg har også sagt det til hendes leder, da jeg mødte hende... at det sku’ hun vide, fordi det er jo ikke kun Ea... fordi selvom man måske har været meget glad for hende... så er der måske også en anden en, men hun har jo ligeså egentlig meget krav på det... at blive mødt på den måde, ikk’” (Interview med veninden, s.15). Troubled subjects har ikke kollegernes og lederens opbakning, og der bliver ikke gjort ligeså meget for at få dem ”tilbage”, som der bliver gjort for at få Ea ”tilbage”. Inklusion og positionering i kategorien *medarbejder* anses ikke som et muligt handlerum for troubled subjects, og inklusion i kategorien *den, der oplever stress* blev for dem til eksklusion i kategorien *medarbejder*.

Jeg er interesseret i, hvordan veninden ser på relationernes betydning for oplevet stress, og derfor spørger jeg hende: ”Øhm... Tror du, at Ea hun ville ku’ ha’ kommet ovenpå, hvis ikk’ hun havde haft folk omkring sig... til at hjælpe hende?”. Hun svarer: ”Ja, men ikke uden... tror jeg, læger, psykolog. Altså, til at ha’ de der... snakke, hvor man får lov og... være rigtig ked af det og synes man er... mærkelig oveni hovedet og få at vide, at det er okay

Mig: Ja?

Veninden: så selvfølgelig var hun kommet ovenpå, men forløbet havde måske været vanskeligere og... og længere

Mig: Hvis ikk’ I havde været der?

Veninden: Ja, eller lægen. Altså, lægen og psykologen og så selvfølgelig arbejdspladsen, fordi det er meget betydning, tror jeg... o om du... hvis du er glad for dit arbejde, vil du jo gerne tilbage, og hvis den ligesom også bli’r cuttet.... og man ka’ se, nu har jeg har været så syg længe, og hvad skal det ende med, ikk’” (Interview med veninden, s.12). Det der bliver interessant her er, at veninden taler om, at det at tilhøre og fastholde sig og fastholdes i den identitetsbærende kategori *medarbejder* for Ea bliver betydningssættende for; den bliver betydningssættende for, at hun ikke længere oplever stress, at hun inkluderes i kategorien *medarbejder* og igen kan tage på arbejde. Udover arbejdspladsens aktører anser hun Eas læge og psykolog som betydningssættende for, at Ea ikke længere oplever stress og inkluderes i kategorien *medarbejder*.

Opsamlende vil det sige, at alle de interviewede taler om, at kategorierne *medarbejder* og *den, der oplever stress* kan komme i konflikt, men at inklusion i kategorien *medarbejder* anses som et muligt handlerum for Ea, idet hun tilhører fællesskabet på arbejdspladsen. Her tillægges det også betydning, at relationerne til de andre medarbejdere og lederen anses som stærke, og at de vedligeholdes og holdes åbne og levende under stress-forløbet.

3.4.3 Hvordan forhandles kategorierne *den, der oplever stress* og *den gode pædagog*?

I Eas fortælling betyder det at tilhøre den identitetsbærende kategori *den gode pædagog*, at hun skal *gøre ting og være der for andre, tilsidesætte sig selv og bruge sig selv meget* (Interview med Ea, s.10,11 og 27). Hun siger: *Øh... og det der med, at man bruger sig så meget*

Mig: Mmm...

Ea: Øhm... og og det svære, når man ikke ka... kan hjælpe børnene me... med det, man synes, de skal have hjælp til. Øh... det er dybt frustrerende

Mig: Ja

Ea: Dybt dybt frustrerende. Så det er jo især de svære børn, ikk' altså, dem der har det svært... og dem der er syge eller...

Mig: Ja?

Ea: Altså, det er nedslidende” (Interview med Ea, s.16). Det der bliver interessant her er, at det at tilhøre kategorien *den gode pædagog* bliver *opslidende* og en *frustration* for Ea, fordi hun ikke kan hjælpe børnene. Frustration bliver både en del af konstruktionen *den gode pædagog, den gode mor* og *den, der oplever stress*.

Ea og veninden har på et tidspunkt talt om, hvordan Ea skal gøre kategorierne *medarbejder* og *den gode pædagog* efter deltidsraskmeldingen. Veninden fortæller, at de snakkede om, at Ea ikke skulle arbejde mere, end hun kunne, at hun ikke skulle tage mange opgaver, samt at hun ikke skulle få *dårlig samvittighed* over det (Interview med veninden, s.10). Kategorierne *den gode pædagog* og *den, der oplever stress* kommer i konflikt med hinanden. Det bliver ikke muligt for Ea at tilhøre kategorien *den gode pædagog*, mens hun er deltidsraskmeldt, idet hun under oplevet stress ikke er i stand til at *give noget af sig selv og være der for børnene*, ligesom hun heller ikke kunne være der for sine børn. Inklusion i kategorien *den gode pædagog* bliver ikke en handlemulighed for Ea.

Kollegerne og lederen taler stadig om Ea som tilhørende kategorien *den gode pædagog* på tidspunktet for oplevet stress. De siger direkte, at Ea er en *god pædagog*, og det er denne konstruktion de trækker på, når de taler om, hvorfor de fastholder hende i fællesskabet og senere tilbyder hende en position i kategorien *medarbejder* og inkluderer hende. Lederen siger: *”[...] Og jeg ville jo rigtig gerne have hende tilbage, fordi jeg synes, hun var en god pædagog”* (Interview med lederen, s.4). Kollegaen siger: *” Vi har altid haft det godt sammen mig og Ea her på arbejdet... øhm... Hun har*

altid været en kanon god... pædagog at ha' her", og senere siger hun: "[...] og hun ville være den gode, ikk'. Altså, det var hun jo også... Man kan også have for mange bolde i luften, tror jeg" (Interview med kollegaen, s.8 og 14). Lederen og kollegerne positionerer Ea i kategorien *den gode pædagog*, men kollegaen fortæller samtidig, at Ea også selv positionerede sig i den kategori.

I forlængelse af denne konflikt mellem de identitetsbærende kategorier, bliver det interessant at se på, hvordan Ea arbejder med at forlige kategorier som *den gode pædagog* og *medarbejder* efter fuldtidsraskmelding. Dette vil jeg se på i afsnit 3.4.5.

Kategorien *den, der oplever stress* erfares som betydningsfuld i forhold til de andre kategorier, som Ea forstår sig selv igennem; *den gode pædagog*, *medarbejder*, *den gode mor* og *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*. Den bliver betydningsættende for, hvilke in- og eksklusionsprocesser, der bliver mulige for Ea. Processer, som Ea og de øvrige forhandler på forskellige måder.

3.4.4 Lederens og kollegernes betydning for den oplevede stress

Jeg spørger Ea, hvilken betydning det har haft for hende, at lederen og medarbejderne ville have hende tilbage, og at de gjorde så meget for, at hun kunne komme tilbage. Hun siger: "*Jo bestemt. Ellers så var man jo skrottet... øh... mens man var nede... det er jo også et nederlag*

Mig: Ja

Ea: Så øh... så på den havde jeg det jo rigtig... rigtig sejt (HÆHÆHÆ). Det er rigtig... det er rigtig fedt, det har jo... selvfølgelig også været en stor hjælp og opbakning... i forhold til mig selv

Mig: Mmh?

Ea: Jamen, jeg må jo være det værd" (Interview med Ea, s.15). Ea fortæller, at hendes og lederens relation var god, og at den betød meget for, at hun kom tilbage på arbejde. I Eas narrativ anses relationerne mellem de menneskelige aktører på arbejdspladsen som betydningskabende for, at inklusion i kategorien *medarbejder* bliver mulig for Ea. Ea fortæller at hendes leder ringede til hende, for at spørge, om hun skulle fastansætte den vikar, der var ansat til at dække Eas stilling. Ea genkender sig selv og genkendes som en del af fællesskabet og arbejdspladsen, selvom hun ikke anses som inkluderet i kategorien *medarbejder*, og til det siger hun: "*[...]at selvom jeg ikke er der, så så er jeg der alligevel, ikk'*" (Interview med Ea, s.7).

Både kollegaen og veninden fortæller også, at lederen har haft stor betydning for, at Ea er kommet tilbage på arbejde (Interview med kollegaen, s.11). Veninden siger: ”[...]altså... men hendes leder havde været rigtig god og havde fået de ting i gang, som arbejdet gjorde det, for ellers havde jeg snakket med hende om, at så måtte man jo finde noget andet” (Interview med veninden, s.6). Arbejdspladsens fastholden i Ea har ifølge veninden og kollegaen og Ea selv været med til at få hende tilbage på arbejdet, som tidligere nævnt i afsnit 3.4.2. Hun har følt sig værdsat og hjulpet til igen at blive inkluderet i kategorien *medarbejder*. Uden deres hjælp havde hun *følt sig skrottet*, og det ville, ifølge dem alle, have været sværere at komme ud af den oplevede stress.

Jeg spørger lederen, om hun mener, at Ea kunne være kommet tilbage til arbejde, hvis ikke hun havde hjulpet hende. Lederen svarer: ”Mmh... Det er jo svært at sige

Mig: Ja

Lederen: Fordi øh... det... det... er jo meget... det kommer an på den enkelte leder

Mig: Ja?

Lederen: Det gør det” (Interview med Lederen, s.9), og ”*Det var... det er der mange... altså, det er jo sådan en sammenblanding mellem... men... men det er jo selvfølgelig var det også noget med, at øh.. øh... at Ea var... var et plus for denne her institution. Derfor ville jeg jo gerne have, at hun kom tilbage*

Mig: Ja

Lederen: Det er klart

Mig: Ja

Lederen: Hvis nu det var en, der ikke havde trivedes her, og ikke kunne med de andre, så havde jeg måske ikke været helt så... altså... så havde det måske ikke betydet så meget, at hun kom tilbage. Men det betød rigtig meget...” (Interview med lederen, s.5). Ea anses af lederen som en del af fællesskabet og som *et plus for institutionen*, og Eas relationer til kollegerne og til lederen anses af lederen som gode, og derfor vil lederen gerne have, at Ea kommer tilbage på arbejdspladsen. Dem der ikke tilhørte fællesskabet og ikke havde gode relationer på arbejdspladsen, før de oplevede stress bliver ekskluderet, fortæller både veninden, lederen, Ea og kollegaen. Det at Ea tilhører konstruktionen *god pædagog* muliggør, at Ea inkluderes i kategorien *medarbejder* efter oplevet stress.

Veninden fortæller, at hun mener, at lederen har en stor betydning for, at Ea ikke mister sit arbejde. Hun siger: ” *Ja. Jeg tror, det har været vigtigt, at lederen har været så glad for Ea, for ellers så havde hun fået sparket. Det har vi også snakket om, hun er jo gået langt over, hvad man normalt accepterer [...] der er der ingen tvivl om, hvordan du kommer... overens med din leder, hvordan de prøver at... dække hånden over dig, i hvert fald i det offentlige*

Mig: Mmh?

Veninden: I det private, var man jo nok røget

Mig: Ja, det er så lidt forskelligt, det kommer an på, om det er en branche, der er presset eller det er en, hvor de nemt kan få nogen nye folk (herunder siger hun ja flere gange, HAP)

Veninden: Eller kom igen, når du er frisk, ikk'... så ser vi på det” (Interview med veninden, s.15). Kommunen afskediger dem, der oplever stress, fordi de er længe væk fra arbejde. I venindens narrative handler Eas leder imod kommunen, og det gør lederen ved at *holde hånden over hende* og gøre, som hun mente var rigtigt i forhold til at få Ea tilbage på arbejde. Kommunen forsøger tidligere end lederen og Ea at inkludere Ea i kategorien *medarbejder*, men lederen (og Ea) ser stadig Ea som én, der oplever stress, og de *blæser på kommunen* (Interview med Ea, s.20), tidligere nævnt i afsnit 3.3.2. Lederen dækker Eas fravær med institutionens eget budget (Interview med lederen, s.4), hun *holder dermed hånden over Ea*, og det er først senere, at lederen muliggør Eas inklusion i kategorien *medarbejder*.

Kollegaen fortæller, at hun og Ea har haft en god relation på arbejdet, og at det er en af grundene til, at hun fik lyst til at besøge Ea privat, mens Ea oplevede stress. Hun siger: ” *Jamen, jeg tror at... altså, grunden til at jeg... jeg fik det... at fik lyst til at besøge hende sådan... øh er, fordi vi har haft det rigtig godt her [...] Og når jeg går på arbejde er det mit andet hjem kan man sige” (Interview med kollegaen, s.8).* Det der bliver interessant her er, hvordan Eas og kollegaens stærke relation bliver betydningssættende for, at kollegaen besøger Ea og er med til at fastholde hende som en del af fællesskabet og gør det nemmere for Ea senere at inkluderes i kategorien *medarbejder*, idet hun ved at tilhøre fællesskabet bevæger sig i gråzonen i kategorien *medarbejder*.

Relationerne anses altså som vigtige i forhold til, at Ea kommer tilbage på arbejdspladsen. Ea siger om kollegerne og lederen: ”*Det er dem, der har holdt kontakten, og det er dem, der har sagt, det ta’r den tid det ta’r og øh... ja” (Interview med Ea, s.22).* Men hvad skal der til for, at relationerne mellem Ea, kollegerne og lederen står åbne? I narrativen om Ea står relationerne til kollegerne åbne,

ved at de besøger Ea, ringer til hende og skriver sms'er til hende. Hun føler sig ikke på noget tidspunkt ude af fællesskabet, fordi hun og kollegerne holder en jævnlig kontakt til hende, og fordi hun hele tiden kan følge med i, hvordan det går på arbejdspladsen. Relationen til lederen holdes åben ved, at hun ind imellem ringer til Ea, samt ved at Ea af lederen bliver genkendt som en, der oplever stress, og ikke føler sig presset til at komme hurtigt tilbage på arbejde. Et press som hun selv siger, ville kunne have betydet, at hendes stresssymptomer var blevet forstærket, og så var det ikke sikkert, hun ville være kommet tilbage på arbejde. Det bliver tydeligt gennem analysen, at det at have direkte og ofte kontakt bliver betydningsættende for, at Ea genkender sig selv som en del af fællesskabet på arbejdspladsen, og at kollegerne genkender hende som én, der oplever stress, men stadig er en del af fællesskabet, samt dette bliver betydningsættende for at relationerne til de forskellige holdes åbne.

Relationerne til veninderne holdes åbne ved, at den ene veninde besøger Ea, tager hende med ud at handle og med til motion. Hun fortæller for eksempel også, at når Ea selv skulle dyrke motion, så fortalte Ea det til veninden. Dermed blev det nemmere for Ea at gennemføre sine motionsture (Interview med veninden, s.18-19). Den anden veninde, der giver Ea medicin, besøger også jævnligt Ea, og dermed holdes deres relation åben. Gennem konstruktionen *god relation* bliver det muligt for veninderne, kollegerne og lederen at tage ansvar for Eas oplevede stress og hjælpe hende med at håndtere den.

I analysen bliver det tydeligt, at relationerne mellem Ea og alle de andre anses som gode, stærke og betydningsfulde for, at Ea kommer tilbage på arbejde. Men hvordan ville hendes mulighed for inklusion på arbejdspladsen se ud, hvis relationerne ikke ansås som gode? - eller hvis hun mente, at den oplevede stress var genereret af lederen, en af kollegerne eller arbejdsgangene? Det står klart ud fra analysen, at lederen forstår og genkender Ea, som én, der oplever stress og vil gå meget langt for at få hende tilbage, samt at Ea genkender sig selv som medarbejder, ud fra hvordan lederen handler. De har en fælles forståelse af, hvordan Ea kommer gennem sin oplevede stress og tilbage på arbejdspladsen. Hvis Ea mente, at hendes oplevede stress blev genereret af lederen, ville deres relation se anderledes ud, og Ea ville ikke på samme måde føle sig genkendt som én, der oplever stress. Hun skulle i stedet forhandle sig til genkendelse og positionering i kategorien *den, der oplever stress*. Hvis relationen mellem leder og medarbejder anses som konfliktbærende, vil relationen ikke anses som god, og det vil ikke være sikkert, at hverken lederen eller medarbejderen vil fortsætte

samarbejdet, og dermed bliver inklusion i kategorien *medarbejder* ikke et muligt handlerum for denne medarbejder. Jeg ser yderligere på dette i perspektivering.

3.4.5 Hvordan arbejder Ea med at forlige positioner som *den gode mor*, *den gode pædagog*, *medarbejder* og *den, der tidligere oplevede stress efter oplevet stress*?

Efter at Ea er kommet tilbage på fuld tid dyrker hun stadig motion, fordi hun anser det som vigtigt for at kunne håndtere sin tidligere oplevede stress, så hun kan beholde sit arbejde. Mens hun er i motionscenteret, har hun valgt at lægge mobilen i skabet, så hun ikke kan blive forstyrret af nogen, som for eksempel sine børn. Børnene har svært ved at acceptere, at hun træner meget, men hun siger til dem, at: ””*Det er jo for at jeg... kan snakke pænt til dig og... at jeg kan ... interessere mig lidt for, hvad det er, der sker... med dig*”

Mig: Ja?

Ea: ”Så... sådan er det!”” (Interview med Ea, s.24). Ea prioriterer sig selv for at blive en bedre mor og stress-diagnosen bliver transformativ for konstruktionen *god mor*. Ved at dyrke motion siger Ea, at det bliver muligt for hende at gøre *den gode mor*, hun kan *lytte til børnene*, *interessere sig for dem* og *være givende*, som før hun oplevede stress, selvom hun nu bruger mindre tid på dem, og mere tid på motionen. Hun fortæller også, at hun derhjemme igen tager de opgaver på sig, som hun tidligere tog på sig, og som hendes mand tog sig af, mens hun oplevede stress, (Interview med Ea, s.21). De kønnede kategorier forhandles efter at Ea er tilbage på arbejdet fuld tid, og det bliver igen muligt for hende at gøre kategorien *ægtefælle med kvindeligt kropstegn* ud fra de forventninger, som hun selv og hendes mand har, så den oplevede stress har ikke transformeret kategorien *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*, og heller ikke kategorien *ægtefælle med mandligt kropstegn*.

Ea er tilbage på fuld tid, men den oplevede stress følger hende, så hun magter ikke at arbejde 5 dage om ugen. Hun fortæller, at hvis hun arbejder fuld tid, bliver hun *meget træt* og *hurtigt vred* (Interviewet med Ea, s.13). Lederen ser, at den oplevede stress følger Ea, og hun genkender Ea som én, der tidligere oplevede stress. Lederen giver Ea lov til at holde en ugentlig fridag. Lederen siger, at det var Eas ønske at have den fridag, men at hun også ser det som *en nødvendighed*, for at Ea kan varetage sit arbejde (Interview med lederen, s.3-4). Den ugentlige fridag gør det muligt for Ea at

frisætte sig fra kategorien *den, der oplever stress*, og hun inkluderes i stedet i den nye kategori *den, der tidligere oplevede stress*. Fridagen gør det også muligt for Ea at gøre *den gode mor og medarbejder*. Hvorvidt og hvordan Ea gør kategorien *den gode pædagog* efter oplevet stress er svært at se ud fra interviewene, da kollegaen og lederen ikke taler om dette. Hun har af dem fået tildelt den identitetsbærende kategori *den gode pædagog*, inden hun oplevede stress, og den følger hende også efter stress. Det, at hun inkluderes i kategorien *den, der tidligere oplevede stress*, og ikke i kategorien *oplevet rask medarbejder*, tyder på, at kollegerne og lederen genkender hende som tilhørende kategorien *den gode pædagog*.

Ea fortæller, at efter hun er kommet tilbage på fuld tid, er der situationer, hvor hendes kolleger spørger, om de ikke skal udføre en opgave i stedet for hende, men hun siger: "*øh og... og altså sådan, hvis jeg har sagt... A, så... så er det som regel A*

Mig: Ja?

Ea: Altså, så fordi jeg synes, at så... så kan jeg det godt..." (Interview med Ea, s.14). Den oplevede stress ligger og lurker, selvom Ea er raskmeldt, og her er det kollegerne, som holder fast i Eas oplevede stress. Men Ea vil ikke lade stressen styre, og hun holder fast i den identitetsbærende kategori *den gode pædagog*, hvor hun tager mange opgaver, og det gør hun selvom de andre kolleger forsøger at tage ansvar for, at Ea ikke oplever stress igen, ved at de foreslår at tage opgaver fra hende.

Samtidig med at Ea forsøger at fastholde sin position i kategorien *den gode pædagog*, taler hun om, at hun er blevet bedre til at *sige fra* overfor kolleger og opgaver, hvorimod hun tidligere tog opgaver, som ingen andre ville tage. Hun legitimerer denne "*sigen fra*" overfor kollegerne og lederen ved at tale om oplevet stress som en transformerende proces og siger, at hun gerne vil, men ikke magter det, fordi hun ikke længere er den samme som før oplevet stress (Interview med Ea, s.14-15). Ifølge Ea er kollegerne forstående, da hun igen er fuldtidsansat, men det vil være interessant at se på, om oplevet stress også vil følge hende i fremtiden, og om hun stadig vil blive genkendt som *den gode pædagog*. Lederen, kollegaen, veninden og Ea anser konstruktionen *god pædagog* som betydningsættende for at hjælpe hende "tilbage" på arbejde efter oplevet stress. Hvad vil der ske, hvis Ea ikke længere bliver genkendt som *den gode pædagog* og igen oplever stress? De anser også det at tilhøre fællesskabet som betydningsættende for, at de ønskede Ea "tilbage" på arbejdspladsen, så det er ikke sikkert, at Ea vil miste sit arbejde, hvis hun ikke længere tilhører kategorien *den gode pædagog*.

Den oplevede stress følger Ea, selvom hun er tilbage på arbejdet. Det viser sig for eksempel, når hun bliver nervøs, når hun skal afholde samtaler med forældrene. Hun taler med lederen om det, det hjælper hende og efter samtalerne, oplever Ea dem som en sejr (Interview med Ea, 14). Det viser noget om, at kategorierne *medarbejder* og *den gode pædagog* ikke erfares som stabile. De erfares derimod som skrøbelige i lyset af den oplevede stress.

Del 4: Afrunding af specialet

4.1 Sammenfatning

I dette speciale har jeg stillet følgende spørgsmål: *Hvordan bevæger subjektet sig fra positionen som én, der oplever stress, til positionen én, der tidligere oplevede stress? – og hvilke betydninger tillægges menneskelige relationer for denne subjektiveringsproces?*

Disse spørgsmål har jeg gennem et poststrukturalistisk og socialkonstruktionistisk perspektiv søgt svar på. Jeg har set på, hvordan oplevet stress konstrueres af de forskellige informanter, ved at se på, hvilke diskurser de italesætter, samt hvordan diskurserne legitimerer, at Ea forstår sig selv gennem kategorien *den, der oplever stress*. Derefter har jeg set på oplevet stress som en transformerende proces og stillet spørgsmålet, ”Hvordan bevæger Ea sig fra kategorien *den, der oplever stress* til kategorien *den, der tidligere oplevede stress?*”, ved at se på hvordan Ea positioneres og positionerer sig i de forskellige kategorier, der er på spil; *den, der oplever stress*, *den, der tidligere oplevede stress*, *den gode pædagog*, *medarbejder* og *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*, samt set på intersektionaliteten mellem de forskellige kategorier. Til sidst har jeg set på, hvilke in- og eksklusionsprocesser, der aktualiseres under og efter Eas oplevede stress, ved at se på hvordan de forskellige identitetsbærende kategorier forhandles, se på relationernes betydning for disse processer og forhandlinger, samt se på hvordan Ea forsøger at forlige positioneringer i de forskellige kategorier efter oplevet stress.

Konstruktionen oplevet stress italesættes både i en psykologisk og medicinsk diskurs af de interviewede, diskurserne formes og omformes på samfundsplan af forskere og eksperter. De interview-

ede anvender de samfundsskabte diskurser til at forstå Ea og til at legitimere, at Ea forstår sig og forstås gennem kategorien *den, der oplever stress*. Men det er først, da Ea får diagnosen stress af lægen, at hun genkendes af de andre og sig selv som én, der oplever stress, indtil da er der ingen der forstår, hvorfor Ea *er anderledes* på arbejdet, eller hvorfor hun oplever søvnforstyrrelser og irritabilitet.

Oplevet stress anses af de interviewede som en individuel konstruktion. De fortæller, at de kender flere, der har oplevet stress, men at de alle har forskellige symptomer og forskellige tidsrammer for, hvor længe de oplever stress. Oplevet stress anses som en dynamisk konstruktion, der ændres både i nuet og på langt sigt og interseker med de andre kategorier, der er på spil. Ea fortæller, at der var tidspunkter, hvor hun oplevede mere eller mindre stress under hele perioden, og på tidspunktet, hvor hun får diagnosen stress, er den oplevede stress anderledes og mere voldsom end senere i forløbet.

Ea anses på tidspunktet for fuldtidsraskmeldingen som frisat af kategorien *den, der oplever stress*, men hun er ikke "helbredt". Den oplevede stress følger hende, og hun positioneres og positionerer sig i den nye kategori *den, der tidligere oplevede stress*. Veninden, kollegaen, lederen og Ea taler om, den "hele Ea", som hun var før oplevet stress, og som hun skal blive til efter oplevet stress, men i stedet bliver hun en "ny hel Ea"; en Ea som transformeres af oplevet stress. Hun kan ikke så meget som før, og hun "ansvarliggør" sig selv for, at hun ikke oplever stress igen, samtidig med at de andre i hendes omgivelser også tager ansvar og siger til, hvis de kan se, at hun viser de symptomer på oplevet stress, som hun tidligere udviste. Ea tilhørte kategorien *den gode mor* før hun oplevede stress, og efter oplevet stress anses hun igen som tilhørende konstruktionen *god mor*, der er dog den ændring i konstruktionen, at hun nu bruger mere tid på sig selv, men det betyder samtidig, at hun får mere energi og overskud til at gøre *den gode mor*. Det samme gælder for konstruktionen *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*.

Det at opleve stress får, for Ea, betydning for de identitetsbærende kategorier, der er i spil. Jeg er i analysen blevet klar over, at der bliver italesat en to-delning af processen om at blive frisat fra kategorien *den, der oplever stress*. Den ene del af processen er, hvordan Ea bliver "hel" og dermed frisat fra kategorien *en, der oplever stress* og sluset ind i kategorien *den, der tidligere oplevede stress*.

Den anden del af processen er, hvordan Ea fastholdes og fastholder sig i arbejdspladsens fællesskab, indsluses i kategorien *medarbejder* og kommer ”tilbage” på arbejde.

Kategorien *den, der oplever stress*, bliver betydningsættende for, at Ea ikke tilhører kategorierne *medarbejder* og *den gode pædagog* i den periode, hvor hun er sygemeldt. For Ea bliver fællesskabet og relationerne til kollegerne og lederen betydningsættende for, at hun kommer ”tilbage” på arbejde. Kollegerne og lederen indbyder til og fastholder Ea i fællesskabet gennem besøg, sms'er og telefonopkald, så Ea har noget at komme tilbage til, selvom hun ikke i den periode kom på arbejdspladsen. Relationerne til kollegerne og lederen bliver, ifølge alle de interviewede, afgørende for, at Ea kommer tilbage på arbejde. Hvis ikke hun havde haft dem, havde hun ikke troet, at hun var noget værd, og hun var måske blevet nødt til at tage kommunens positioneringstilbud på sig; blive fyret og finde et andet arbejde, der ikke havde med mennesker at gøre. Det bliver muligt for Ea ikke at tage kommunens positioneringstilbud, fordi hendes leder genkender hende som én, der oplever stress, lederen overtager kontakten til kommunen og giver Ea medbestemmelse om, hvornår og hvor meget hun kan arbejde. Det, at lederen tog det ansvar på sig og gav hende tid og handlemulighed for at håndtere den oplevede stress, betød, ifølge Ea, at hun ikke var sygemeldt i endnu længere tid og blev fyret.

Oplevet stress får også betydning for, hvordan Ea gør de kønnede kategorier *den gode mor* og *ægtefælle med kvindeligt kropstegn*. Kategorierne forhandles af Ea, hendes mand og deres børn, hun forsøger med tiden at opfylde et minimum af de krav, som familien og hun selv stiller til det at gøre de kønnede kategorier. Udover genkendelse som én, der oplever stress fra kolleger og lederen, har det også hjulpet Ea, at hun genkendes af lægen og psykologen som én, der oplever stress. Gennem deres genkendelse og hjælp (samt medicinering) oplevede hun en forståelse af, at hun med tiden kunne blive frisat fra kategorien *den, der oplever stress*. Derudover har genkendelsen fra venner og familie været betydningsættende for, at hun ikke længere oplever stress, idet de derigennem har set, at hun skulle have hjælp fra de forskellige mennesker i hendes omgangskreds. Hendes mand har for eksempel hjulpet med børnene og de daglige pligter, og veninden har hjulpet i form af at tage hende med ud af huset for at handle ind eller dyrke motion. Den øvrige familie har jeg ikke spurgt så meget til, men Ea nævner, at hendes mor og søskende også har ringet en del og snakket med hende, og på den måde hjulpet hende, ved at genkende hende, som én, der oplever stress.

Menneskene omkring Ea har forsøgt at løfte hende fri af kategorien *den, der oplever stress* ved støtte og genkendelse, andre har forsøgt at løfte hende fri af kategorien ved at tilbyde Ea at dyrke motion med hende, tage hende med ud at handle, tale med hende og lytte til hende, selvom hun ikke selv syntes, at hun magtede det. Derudover tilbyder de hende en positionering i fællesskabet, på et tidspunkt, hvor hun ikke selv kunne tage kontakten til de andre. På nogle tidspunkter oplevede Ea mere stress, når hun fik de tilbud, og på andre tidspunkter oplevede hun ikke stress ved dem. Men når hun havde taget imod tilbuddene, oplevede hun mindre stress bagefter, så det havde en positiv effekt på hende, at de andre pressede hende lidt. Men samtidig har det været vigtigt for Ea selv at være med til at bestemme, for eksempel hvornår hun og kollegaen kunne tale om, hvad der skete på arbejdet, samt hvornår og hvor meget hun skulle arbejde. Hvis ikke hun havde haft denne medbestemmelse, ville Ea ikke være kommet tilbage på arbejdet, ifølge hende selv, og jeg mener også, at lederen tænker det samme, idet hun lytter til Eas ønsker, og lader hende bestemme, hvornår og hvor meget hun skal arbejde.

Sammenfattende kan man sige, at Ea erfarer, at hun ikke ville være kommet tilbage på arbejde, hvis ikke hun havde været en del af fællesskabet på arbejdspladsen og haft stærke relationer til kolleger og lederen, samt at hun ikke ville være blevet sluset ud af kategorien *den, der oplever stress*, hvis ikke hun havde haft stærke relationer til familie og venner, og gennem dem fået hjælp til at blive ”en ny hel Ea”. Ea erfarer, at hendes bevægelser fra konstruktionen *én, der oplever stress* til konstruktionen *én, der tidligere oplevede stress* muliggøres og betinges af de forskellige menneskelige relationer, som hun indgår i.

Ved at blikke Eas oplevelse af stress med socialkonstruktionisme og poststrukturalisme kommer relationernes betydning frem i forhold til at se på, hvordan konstruktionen oplevet stress bliver til konstruktionen tidligere oplevet stress. Men Ea påpeger også, at motion for hende var en vigtig del af processen i at blive frisat fra kategorien *den, der oplever stress*. Det vil sige, at Ea erfarer, at hun har lært at håndtere sin stress både ved hjælp af relationer og ved hjælp af nogle handlinger, som, for hende, genererer mindre oplevet stress, som for eksempel motion og søvn. Håndteringen af oplevet stress erfarer Ea, som mulighedsskabende i forhold til at komme ”tilbage” på arbejde.

4.2 Perspektivering

Jeg vil i dette afsnit udfordre mine konklusioner og bygge refleksioner på konklusionerne. Jeg kommer med nogle betragtninger omkring forskellige forståelsesmodeller af oplevet stress. Måske vil dette kunne generere eftertanke i forhold til konkret håndtering af oplevet stress i vores samfund. Søndergaard refererer til Davies og skriver, at der er potentiale for udvidelse af handlerum, når der åbnes op for fastlåste diskurser, samt når de diskurser og narrativer, der producerer begrænsende positioner, blotlægges (Søndergaard, 2001, s.69-71); der er dermed et potentiale for forandring.

Konklusionerne på analyserne handler om, at Ea erfarer det som betydningsfuldt, at hun for eksempel har gode venner, og at hun fastholder kontakten til arbejdspladsen. Historien om Ea kan anses som en *god historie*, hvor den oplevede stress som problem individualiseres og placeres i Ea, og hvor relationerne mellem Ea og familien, samt mellem Ea, kollegerne og lederen også anses som hensigtsmæssige, fordi de alle hjælper Ea med at frisætte sig fra kategorien *den, der oplever stress*. Ligesom Ea "ansvarliggør" sig selv ved at håndtere den oplevede stress som sit individuelle problem. Hun formår at bevæge sig fra kategorien *den, der oplever stress* til kategorien *den, der tidligere oplevede stress*, fordi hun forstår sig selv igennem en diskurs, hvor oplevet stress især bliver til hendes problem – at det er hende, der derfor skal lære at håndtere oplevet stress. Men hvad sker der, hvis jeg drejer de analytiske pointer endnu en gang gennem at spørge til alternative forståelser af stress? Hvordan ville historien se ud, hvis den oplevede stress placeres et andet sted og genereres af noget andet end Eas krav til sig selv og det, at hun påtager sig mange opgaver på arbejdet?

Hvad hvis oplevet stress anses som et problem der er på arbejdspladsen? Eller i relationen til ens chef eller kolleger? Spørgsmålet bliver her, om arbejdspladsen så bakker én op? Og om det bliver lige så let at bevæge sig fra kategorien *den, der oplever stress* til kategorien *den, der tidligere oplevede stress*? Hvis den oplevede stress placeres/forstås i relationerne, og der er flere menneskelige aktører i relationen, vil der være flere aktører, der skal "ansvarliggøre" sig selv i forhold til at håndtere den oplevede stress. Der kan opstå uenighed blandt de forskellige aktører om, hvorvidt den oplevede stress kan placeres i relationen. Der kan også være modsatte meninger om, hvordan den oplevede stress skal håndteres, og hvordan aktørerne kan være med til at frisætte den, der oplever stress fra konstruktionen *oplevet stress*. Måske bliver det sværere at give og modtage hjælp, hvis oplevet stress genereres af relationerne. Hvis relationerne anses som problematiske, kan det være svært for den, der oplever stress at vende tilbage til den samme arbejdsplads, hvis ikke der bliver

arbejdet på at ændre de problematiske relationer. Det kan godt være, at den, der oplever stress erfarer at blive frisat fra kategorien *den, der oplever stress* ved at håndtere sin oplevede stress ved hjælp af gode relationer og motion, men bliver det muligt for ham/hende at være fri af oplevet stress i fremtiden, hvis der ikke ændres på de relationer, der genererede oplevet stress?

Jeg er ikke interesseret i at konkludere, at man kun skal forstå stress på den ene eller den anden måde. Eas erfaringer afspejler blot én forståelse af stress. Måske har hun ikke haft adgang til at forstå stress på andre måder? Ville arbejdspladsen også have støttet hende, hvis hun havde peget på stress som et strukturelt problem på arbejdspladsen? Også i det tilfælde må det blive gældende, at ændringer i de arbejdsforhold, der genererede oplevet stress, bliver betydningssættende for, at den, der tidligere oplevede stress ikke igen oplever stress. Hvis oplevet stress placeres i arbejdets udførelse, er det ikke sikkert, at det vil få betydning for relationerne, samt for hvorvidt de forskellige menneskelige aktører vil hjælpe den, der oplever stress til frisættelse fra kategorien *en, der oplever stress*. Men samtidig bliver det interessant at se, hvordan ændringer i arbejdsforholdene vil blive modtaget af de andre på arbejdspladsen, hvis deres arbejdsforhold også ændres. Hvis de ikke er enige i, at forholdene skal ændres kan der opstå en konflikt, og dette i sig selv kan generere mere oplevet stress, måske både hos den, der tidligere oplevede stress og hos dennes kollegaer og leder.

Arbejdspsykolog Glasscock påpegede på konferencen "Fra stress til trivsel"³², at det kan være svært at ændre arbejdsforholdene, hvis det kun er én medarbejder, der oplever stress, som genereres af arbejdsforholdene, hvorimod hvis flere medarbejdere oplever stress, vil det blive tydeliggjort, at oplevet stress placeres i arbejdsforholdene, og at de derfor skal ændres for at minimere de præmisser, der genererer oplevet stress hos medarbejderne.

Ud fra analysen ses vigtigheden af, at den, der oplever stress tager den oplevede stress på sig, men hvordan vil historien se ud, hvis den der oplever stress ikke kan eller vil tage den oplevede stress på sig? Ea påtog sig den oplevede stress, da hun fik diagnosen stress af sin læge. Men det er ikke alle, der får diagnosen stress, som også påtager sig den oplevede stress. Hvad sker der, hvis den menneskelige aktør placerer stressen hos andre og ikke ansvarliggør sig selv? Vil der så opstå modsætningsforhold i, hvor de forskellige aktører placerer den oplevede stress, samt i spørgsmålet om, hvordan den oplevede stress skal håndteres? Motionen anses af Ea som vigtigt, men vil én, der ikke

³² Videnskabscenter for Arbejds miljøets konference "Fra stress til trivsel" på Brøndby Stadion d.26.maj 2009

ansvarliggør sig selv, anse det som vigtigt, at dyrke mere motion end før han/hun får diagnosen stress? Måske er motion ikke en del af stresshåndteringen og frisættelsen fra kategorien *den, der oplever stress*, for alle, der oplever stress.

Disse overvejelser giver stof til eftertanke for praksis. Hvilke forståelser af stress tilbydes dem, der oplever stress? Og hvilke tilbydes de ikke? I indledningen tegnede jeg et landskab over, hvordan oplevet stress bliver opfattet som individuelt, samt at det skal håndteres af den, der oplever stress alene, eventuelt med hjælp fra en psykolog. Men også mange psykologer lærer den, der oplever stress, at det er ham/hende selv, der skal lære at håndtere den oplevede stress og frisætte sig fra kategorien *den, der oplever stress*. I analysen tydeliggøres, hvordan konstruktionen *gode relationer* bliver betydningsskabende for, at Ea frisættes fra kategorien *den, der oplever stress* og kommer ”tilbage” på arbejdet. Dette betyder, at oplevet stress også kan håndteres ved hjælp fra de relationer, som den, der oplever stress positioneres og positionerer sig i.

Oplevet stress kan og skal løses i fællesskab, og relationerne mellem de ansatte, lederen og den, der oplever stress skal holdes åbne, så det bliver muligt at komme ”tilbage” på arbejdspladsen. Set i lyset af analysen bliver det ikke muligt for den enkelte at gå til en psykolog og få ”behandlet” sin oplevede stress eller klare den selv. Oplevet stress anses som et fælles ansvar mellem den, der oplever stress, dennes arbejdsplads, samt familien og vennerne.

I analysematerialet bliver det tydeliggjort, at det anses som vigtigt for medarbejderen, der oplever stress, at han/hun bliver genkendt som én, der oplever stress og får hjælp af kollegerne til at komme igennem stress. Dermed bliver det tydeliggjort, at ”stress rammer individuelt, men skal løses i fællesskab”, ligesom Videnscenter for Arbejdsmiljøets slogan er i kampagnen om ”Stress og trivsel”³³. Eas erfaringer bliver værdifulde, selvom der findes mange andre forståelser af oplevet stress. I nogle situationer vil det erfares som virksomt at tilegne sig evner til at håndtere stress og få hjælp og støtte af familie, venner og arbejdspladsens aktører. Men dette kan sandsynligvis ikke stå alene. I andre situationer vil det være nødvendigt, at man også kan forstå stress på andre (og mindre individualiserede) måder.

³³ www.arbejdsmiljoviden.dk/trivsel

Den faglige debat omkring stressbehandling er blevet mere socialt orienteret, mens jeg har skrevet mit speciale, og det ser jeg som en positiv udvikling, når jeg ser på konklusionerne på mit interviewmateriale. Men de kampagner og bøger om arbejdsmiljø og stressbehandling, der er blevet udgivet det sidste år, sætter fokus på de menneskelige relationer til aktørerne på arbejdspladsen, samt deres betydning for stress og stresshåndtering. Relationerne til familien og venner anses stadig ikke som en del af stresshåndtering, men jeg håber, der vil komme mere fokus på dette.

Jeg mener, det er vigtig at nævne en problemstilling, som veninden påpegede, da jeg spurgte til, om der var noget veninden ville tilføje (Interview med veninden, s16-18). Veninden, påpegede vigtigheden af, at de pårørende også får hjælp. Både den, der oplever stress og familien kan have svært ved at håndtere den oplevede stress og dens følger. Veninden siger, at hun har taget sig en del af Eas børn, og at et af børnene i perioder har boet hos hende, når han ikke kunne holde ud at være derhjemme. Veninden har også talt med Eas mand om, hvordan han havde det, og hvor godt hun syntes, at han håndterede Eas oplevede stress, børnene og pligterne i familien. Hun fortæller samtidig, at det er svært for hende, der står i tæt relation til Ea, at tale med børnene og Eas mand, da de ikke kan sige alt det, som de gerne vil til veninden, for eksempel når de bliver frustrerede over, at moderen eller ægtefællen bliver deprimeret og ikke kan være der for dem og deltage i fællesskabet, samt de daglige pligter. Veninden siger, at udover at det hjælper de pårørende at tale med en professionel, for eksempel børnenes pædagog eller en psykolog, vil det også hjælpe den, der oplever stress. Det, at Ea ikke kunne tage sig af sin familie, genererede oplevet stress. I venindens narrativ om Ea ville professionel hjælp til familiemedlemmer generere mindre oplevet stress, da Ea dermed i større grad ville have kunnet koncentrere sig om at håndtere den oplevede stress. Og måske vil det også kunne hjælpe i andre familier, hvor konstruktionen oplevet stress bliver betydningssættende for familien.

Til sidst vil jeg give ordet til Ea, der har to råd, som hun gerne vil videregive til mennesker, der oplever stress. Det ene råd er, at man skal snakke med familie, venner og kolleger om, at man oplever stress. Det andet råd er, at man skal motionere og bevæge sig. Overordnet siger hun om relationer, at hun anser familien som rigtig vigtig, fordi man ikke kan være sikker på, at arbejdspladsen *bakker én op*.

Litteraturliste

- Alver, B.G. & Øyen, Ø. (1997). *Forskningsetikk i forskerhverdag. Vurderinger og praksis*. Oslo: Tano Aschehoug
- Breum Amhøj, C. (2007). *Det selvskabte medlemskab. Om managementstaten, dens styringsteknologier og indbyggere*. Frederiksberg: Forlaget Samfundslitteratur
- Burchardt, J., Limborg, H.J., Nielsen, K.T. & Sørensen, O.H. (red.). (2007) Tidsskrift for Arbejdsliv (2), 9.årg. Odense: Syddansk Universitetsforlag
- Burr, V. (1995). *An Introduction To Social Constructionism*. London: Routledge
- Christensen, G. (2002). *Psykologiens videnskabsteori – en introduktion*. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag
- Christensen, G. (2003). *Konstruktionernes grænse*. I: Nordiske udkast (2), 31.årg, 41-57. Syddansk Universitetsforlag
- Covey, Stephen R. (2006). *7 gode vaner – personligt lederskab og livskraft*. Schultz
- Dalsgaard, T. (red). (2006). *Stress – et vilkår i det moderne arbejdsliv?* København: Jurist og Økonomforbundets Forlag
- Davies, B. & Harré, R. (1999). *Positioning: The discursive production of selves*. I: *A Body of Writing*. Davies, B. (1990-1999). Oxford: Mira Press
- Esmark, A., Bagge Laustsen, C. & Åkerstrøm Andersen, N. (2005). *Poststrukturalistiske analysestrategier*. 7-40. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag
- Fog, J. (2004). *Med samtalen som udgangspunkt*. København: Akademisk Forlag

- Gergen, K. J. (1999). *An Invitation to Social Construction*. London: Sage Publications
- Gergen, K.J. (2001). *Social Construction in Context*. London: Sage Publications
- Gergen, K.J. (2005). *Virkeligheder og relationer. Tanker om sociale konstruktioner*. København: Dansk Psykologisk Forlag
- Gubrium, J.F. & Holstein, J.A. (2003). *Postmodern Interviewing*. Californien: Sage Publications
- Haavind, H. (2000a). *På jakt etter kjønnede betydninger. I: Kjønn og fortolkende metode. Metodiske muligheter i kvalitativ forskning*. Haavind, H. (red), 7-57. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag
- Haavind, H. (2000b). *Analytiske retningslinjer ved empiriske studier av kjønnede betydninger. I: Kjønn og fortolkende metode. Metodiske muligheter i kvalitativ forskning*. Haavind, H. (red), 155-219. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag
- Haslebo, G. (2004). *Relationer i organisationer – en verden til forskel*. København: Dansk Psykologisk Forlag
- Hastrup, K. (2004). *Handling mellem subjektivitet og historie. I: Viden om verden*. Hastrup, K. (red). Kap 10. København: Hans Reitzels Forlag
- Heede, D. (2004). *Det tomme menneske. Introduktion til Michel Foucault*. København: Museum Tusculums Forlag
- Hjort, P. (1999). *Det fængslende kvalitative sprog – der sætter forskningen i arrest – en filosofisk besindelse på metode og gyldighedskriterier i kvalitativ forskning*. Tidsskrift for sygeplejeforskning (2), 15.årg. Dansk Selskab for Sygeplejeforskning
- Højgaard, L.(2003). *Fællesskab og faglighed – diskurser om forskning og køn. I: Akademisk tilblivelse – Akademia og dens kønnede betydning*. Højgaard, L. & Søndergaard, D.M.(2003). København: Akademisk Forlag

- Järvinen, M. & Mik-Meyer, N. (2005). *Kvalitative metoder i et interaktionistisk perspektiv*. København: Hans Reitzels Forlag
- Kofoed, J. (2003). *Elevpli. Inklusion - eksklusionsprocesser blandt børn i skolen*. Ph.d.-afhandling fra Danmarks Pædagogiske Universitet
- Kofoed, J. & Staunæs, D. (2007). *Magtballader – 14 fortællinger om magt, modstand og menneskers tilblivelse*. København: Danmarks Pædagogiske Universitetsforlag
- Kruuse, E. (2007). *Kvalitative forskningsmetoder – i psykologi og beslægtede fag*. København: Dansk Psykologisk Forlag
- Kvale, S. (1997). *Interview. En introduktion til det kvalitative forskningsinterview*. København: Hans Reitzels Forlag
- Lohse, M., Csonka, A., Hildebrandt, S., Netterstrøm, B., Lyngbjerg Steffensen, L. & Zachariae, B. (2006a). *Stressbogen*. København: PsykiatriFondens Forlag
- Lohse, M., Csonka, A., Hildebrandt, S., Netterstrøm, B., Lyngbjerg Steffensen, L. & Zachariae, B. (2006b). *Stresshåndtering i praksis*. København: PsykiatriFondens Forlag
- Lykke, L. (2008, 16.oktober). *Myndigheder sylter regeringens stressrapport*. I: Børsen, s.5
- Netterstrøm, B. (2007a). *Stress på arbejdspladsen*. København: Hans Reitzels Forlag
- Netterstrøm, B. (2007b). *Stresshåndtering*. København: Hans Reitzels Forlag
- Nielsen, K., Rasmussen, K., Carstensen, O. & Glasscock, D. (2008). *Forandring som vilkår. Om udvikling og ledelse af arbejdsmiljø*. København: Børsens Forlag
- O'Connell, B. (2007). *Løsningsfokuseret stressbehandling*. København: Dansk Psykologisk Forlag

- Pedersen, F.S. (2007, 8.februar). *lokale praksis-klinikker skal forbedre hjælp til syge*. I: Berlingske Tidende, 1.sektion, s.12
- Potter, J. & Wetherell, M. (1987). *Discourse and Social Psychology. Beyond Attitudes and Behaviour*. London: Sage Publications
- Prætorius, N.U. (2007). *Stress – det moderne traume*. København: Dansk Psykologisk Forlag
- Raffnsøe, S. & Gudmand-Høyer, M. (2005). *Dispositivanalyse – en historisk socialanalytik hos Foucault*. I: *Poststrukturalistiske analysestrategier*. Esmark, A., Bagge Laustsen, C. & Åkerstrøm Andersen, N. 153-176. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag
- Reff Pedersen, A. (1998). *En præsentation af sneboldmetoden*. I: Bogason, P. & Sørensen, E.(red.) (1998). *Samfundsforskning Bottom-up*, 222-238. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag
- Reff Pedersen, A. (2000). *Den udfoldende praksis*. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag
- Schultz, J. & Hird, S. (2006). *Politikens bog om stress*. København: Politikens Forlag
- Staunæs, D. & Bendix Petersen, E. (2000). *Overskridende metoder*. I: *Kvinder, Køn og Forskning* (4), 9.årg, 3-15. København: Sociologisk Institut
- Staunæs, D. (2003). *Where have all the subjects gone? Bringing together the concepts of intersectionality and subjectification*. NORA (2) vol.11, 101-110
- Staunæs, D. (2004). *Køn, etnicitet og skoleliv*. Frederiksberg: Forlaget Samfundslitteratur
- Søndergaard, D.M. (2000a). *Sandheden er en alvorlig og magtfuld konstruktion*. Norsk Medietids-skrift (2), 50-59. Bergen: Fagbokforlaget

Søndergaard, D.M. (2000b). *Destabiliserende diskursanalyse: veje ind i poststrukturalistisk inspireret forskning. I: Kjønn og fortolkende metode. Metodiske muligheter i kvalitativ forskning.* Haavind, H. (red). 60-104. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS

Søndergaard, D.M. (2002). *Subjektivering og desire – begreber på empirisk arbejde i akademia.* Psyke og Logos (1), 23.årg, 38-64. København: Dansk Psykologisk Forlag

Søndergaard, D.M. (2003). *Subjektivering og nye identiteter – en psykologi i et pædagogisk felt.* Kvinder, Køn og Forskning (4), 12.årg, 31-46. Odense: Syddansk Universitetsforlag

Søndergaard, D.M. (2005). *At forske i komplekse tilblivelser. Kulturanalytiske, narrative og post-strukturalistiske tilgange til empirisk forskning. I: Psykologiske og pædagogiske metoder. Kvalitative og kvantitative forskningsmetoder i praksis.* Bechmann Jensen, T. & Christensen, G.(red). Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag

Søndergaard, D.M. (2006). *Tegnet på kroppen. Køn: koder og konstruktioner blandt unge voksne i akademia.* København: Museum Tusulanums Forlag

Thagaard, T. (2004). *Systematik og indlevelse. En indføring i kvalitativ metode.* København: Akademisk Forlag

Winther Jørgensen, M. & Phillips, L.(1999). *Diskursanalyse som teori og metode.* Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag

Winther Jørgensen, M.(2002). *Refleksivitet og kritik. Socialkonstruktionistiske subjektpositioner.* Kap. 1, 5, 6 og 7. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag

Pjecer:

Rod Nielsen, N. & Søndergård Kristensen, T. (2007). *Stress i Danmark – hvad ved vi?* Sundhedsstyrelsen, Statens institut for folkesundhed og Forskningscenter for Arbejdsmiljø

Sindballe, A.-M. & Hjalsted, B.(2007). *Kender du til stress? Sådan kan du gøre noget ved det*. Center for Forebyggelse, Sundhedsstyrelsen.

Sindballe, A.-M. & Hjalsted, B.(red.) (2007). *Langvarig stress. Aktuel viden og forslag til stressforebyggelse – RÅDGIVNING TIL ALMEN PRAKSIS*. Center for Forebyggelse, Sundhedsstyrelsen

Web-adresser:

Dagens Medicin: <http://www.dagensmedicin.dk/nyheder/2008/01/25/tilskud-til-psykologhjlp-t/index.xml> Hentet den 29/4-08

Berlingske.dk(17/3-05): <http://www.berlingske.dk/article/danmark/103170064/&template-print>
Hentet den 13/1-09

Berlingske.dk(27/5-09):
<http://woview.infomedia.dk.kant.dpu.dk/?url=http://www.berlingske.dk/article/20090527/danmark/705270087/&OpointData=9c0aa2a6c786c8ce1035475f4b219159JmlkX3NpdGU9MTIxJmlkX2FydGljbGU9MzQ5OTk1JmlkX3VzZXI9Mjg0MCZpZF9hcHBsaWNhdGlvbj0xMDAwMDA4JmlkX3BhcnRuZXI9NSZsYW5nPWRh> Hentet den 29/5-09

Klinikken Kalmia: www.kalmia.dk Hentet den 22/8-08

Politiken(18/12-07): <http://politiken.dk/indland/article448216.ece> Hentet den 29/4-09

Pressemeddelse fra Viborg AOF: [www.aof-danmark.dk/fileadmin/user_upload/aof-
presse/Stress_mindre.pdf](http://www.aof-danmark.dk/fileadmin/user_upload/aof-presse/Stress_mindre.pdf) Hentet den 13/1-09

”Stress og Trivsels-kampagne”: www.arbejdsmiljoviden.dk/trivsel Hentet den 24/2-09

Stressforeningen: www.stressforeningen.dk Hentet den 12/6-08

Tv-udsendelse:

DR2: "Godt Arbejde!", set den 6/4-08

Bilagsmappe

Bilag 1:

Tidligere stress-ramt person søges til interview

- Har du været stresset og er blevet behandlet, vil jeg gerne interviewe dig.

Jeg søger en person, der har været i stressbehandling, gerne med løsningsfokuseret tilgang, eller en anden tilgang, hvor man ser på den stressedes relationer. Det vigtige for mig er at se på, hvilken betydning omgivelserne har for den stressede – se på, om de er en del af løsningen for at komme af med stresssymptomer. Det er derfor også vigtigt, at jeg kan interviewe de involverede parter, som du mener, havde betydning for, at du blev rask. Det kan for eksempel være din læge, din chef, din kollega, din samlever/kæreste, et familiemedlem eller en veninde/ven.

Jeg skriver speciale i pædagogisk psykologi på Danmarks Pædagogiske Universitet. Du og dine relationer vil selvfølgelig være anonyme i mit speciale. Jeg vil ikke vurdere de forskellige parter i stressbehandlingen, jeg vil kun se på, hvordan parterne taler om relationernes betydning. Megen stressbehandling går ud fra, at det er den stressedes problem og ham/hende, der skal løse det alene. Jeg vil derimod se på betydningen af den stressramtes omgivelser og deres relationer.

Hvis du er interesseret i at blive interviewet kan du kontakte mig på hp1367350@edu.dpu.dk eller på telefon 29611846, så aftaler vi et tidspunkt til interviewet.

Interviewet vil tage ca 1 time og vil foregå på Danmarks Pædagogiske Universitet i Emdrup.

Helle Alsted Pedersen, stud. pæd. psyk.

Bilag 2:

Tidligere stress-ramt person søges til interview

- Sådan kan du på en time måske være med til at redde andre

Jeg søger en person, der har været sygemeldt på grund af stress og er kommet tilbage til arbejdsmarkedet.

Hvordan kan andre mennesker være med til at påvirke, at man ikke bliver stresset? Og hvordan kan de være en del af løsningen, hvis man er blevet det? Det vil jeg gerne vide.

Det er derfor vigtigt, at jeg også kan interviewe det / de menneske(r), som du mener, havde betydning for, at du blev rask. Det kan for eksempel være din læge, din chef, din kollega, din samlever/kæreste, et familiemedlem eller en veninde/ven.

Jeg skriver speciale i pædagogisk psykologi på Danmarks Pædagogiske Universitet. Du og dine relationer vil selvfølgelig være anonyme i mit speciale. Jeg er slet ikke interesseret i begreber som skyld, ret og uret, men hvordan omgivelserne kan bidrage til et stressfrit liv.

Med din hjælp kan du måske være med til, at jeg kan give mit bidrag i stressforskningen, så andre kan komme af med deres stresssymptomer og hjælpe til, at de ikke opstår igen.

Hvert interview vil tage ca. 1 time.

Hvis du er interesseret, kan du kontakte mig på hp1367350@edu.dpu.dk eller på telefon 29611846, så kan vi aftale nærmere.

Helle Alsted Pedersen, stud. pæd. psyk.

Bilag 3:

Det informerede samtykke:

Under telefonsamtalen:

Jeg er ved at skrive speciale på Danmarks Pædagogiske Universitet i pædagogisk Psykologi. Jeg skriver om stress. Interviewet med dig vil blive analyseret i mit speciale og skal være med til at belyse, hvilke betydninger relationerne mellem den stressede og omgivelserne har. Jeg er ikke ude efter at finde sandheden om, hvem eller hvad, der gjorde dig stresset.

Interviewet varer ca. 1 time. Derefter skal jeg ikke interviewe dig mere. Jeg vil optage interviewet på bånd, så jeg kan koncentrere mig om, hvad du siger. Derefter vil jeg skrive interviewet ordret ud og analysere på det. Når jeg er færdig med analysen og afleverer specialet, bliver optagelserne slettet. Det nedskrevne interview vil være en del af specialet, men interviewene bliver ikke offentligt tilgængelige.

Jeg skal derefter interviewe de personer, som du synes har betydning; - hvis de vil. Jeg har brug for, at du giver mig data til at kunne kontakte dem, for at få aftalt interviews med dem.

Jeg siger ikke til de andre i interviewet, hvad du har sagt. Jeg vil ikke diskutere jeres udsagn og relationer med hinanden. Jeg ønsker at få at vide, hvordan i hver især ser på relationerne uafhængigt af de andres mening. Det er heller ikke et spørgsmål om at placere skyld, eller hvem der har været gode og dårlige, og det vil det heller ikke blive i specialet.

Du kan sige fra, hvis der er noget du ikke vil svare på, eller noget du har sagt, du ikke ønsker at have med i analysen

Efter interviewet skal du skrive under på et informeret samtykke om, at interviewet er mit, og jeg kan bruge det til analysen i mit speciale.

Analysen findes i mit speciale, som min vejleder, censor skal læse. Derudover vil specialet stå på Danmarks Pædagogiske Bibliotek til udlån.

Bilag 4:

Interviewguide til den, der oplever stress, Ea:

Information om specialet, interviewet og tydeliggørelse af at kunne sige fra undervejs og til sidst.

Indføring i interviewet:

Hvor længe har du været pædagog?

Hvor længe har du været ansat her i institutionen?

Kan du fortælle lidt om dit arbejde inden du oplevede stress?

Kan du fortælle om dit sociale liv, inden du fik stress?

Stress og relationer:

Hvordan fandt du ud af, at du havde stress?

Følte du dig stresset både på arbejde og i hjemmet?

- Lægen

Hvad sagde lægen til din situation? – stressbehandling?

Hvilken kontakt havde du med lægen, mens du var sygemeldt med stress?

Hvilken betydning fik lægen i forhold til din stress?

- Stressbehandleren

Hvordan var din oplevelse af stressbehandlingen?

Talte I om, at du selv skulle ændre situationen eller talte I også om omgivelsernes betydning?

Hvilken betydning fik behandleren for din stress?

- Kollegerne

Fik dine kolleger at vide, at du havde stress?

Hvordan reagerede dine kolleger?

Var der nogle af dine kolleger, der var med til at gøre din stress værre?

Bilag 5:

Interview med veninden, Mette:

Indføring i interviewet:

Hvor længe har du og Ea kendt hinanden?

Man hører meget i medierne om stress. Hvad er din oplevelse af, hvad stress er?

Har du kendt andre, der har haft stress?

Hvis – så: snakkede de noget om, hvilken betydning omgivelserne havde for at de kunne blive raske?

Stress og relationer:

Hvordan og hvornår fandt du ud af, at Ea var stresset?

Havde du, inden du fik det at vide, lagt mærke til at hun havde symptomer på stress?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mere stresset, da hun var deltidssygemeldt?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mindre stresset, da hun var deltidssygemeldt?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mere stresset i sit private liv?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mindre stresset i sit private liv?

Hvordan kunne du hjælpe Ea til mindre stress? (samtale, motion, praktiske ting?)

Hvilken betydning havde det for jeres relation, at Ea var stresset?

Hvilken betydning, synes du selv, at du har i forhold til Ea's stress?

Tiden for fuldtidsansættelse:

Har Ea stadig tegn på stress?

Er det hende selv eller omgivelserne, der siger til, hvis hun får symptomer igen?

Er der sket ændringer i jeres måde at tilbringe tiden sammen, efter at Ea havde stress og nu hvor hun er raskmeldt?

Afrunding: (Jeg laver en opsummering af, hvad jeg har fået ud af det)

Har du noget, du vil tilføje? Eller uddybe nærmere?

Bilag 6:

Interview med lederen, Hanne:

Indføring i interviewet:

Man hører meget om stress i medierne, hvordan er din oplevelse af, hvad stress er?

Vi skal snakke om Eas stress, hvor længe har du været leder for Ea?

Havde du før prøvet at have en medarbejder, der havde stress?

Har du kendt andre, der har haft stress?

Stress og relationer:

Hvordan og hvornår fandt du ud af, at Ea var stresset?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mere stresset?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mindre stresset?

Hvilken betydning har du i forhold til Ea's stress?

Hvordan kunne du hjælpe Ea til mindre stress?

Hvilken betydning havde det for jeres relation, at Ea var stresset?

Eas nuværende arbejdssituation:

Hvor længe har Ea været uden stresssymptomer?

Hvad gør du for, at Ea ikke bliver stresset igen?

Er det i kraft af, at du er leder eller menneske, at du er opmærksom på medarbejdernes stress?

Gør du noget for at forebygge stress på arbejdspladsen?

Afrunding:

(Jeg laver en opsummering af, hvad jeg har fået ud af det)

Har du noget, du vil tilføje? Eller uddybe nærmere?

Er der noget vi har talt om, som du ikke ønsker, jeg tager med i analysen?

Hvordan er din oplevelse af interviewet?

Bilag 7:

Interview med kollegaen, Katrine:

Indføring i interviewet:

Hvor længe har du og Ea arbejdet sammen?

Arbejder I på samme stue?

Tilbragte du tid sammen med Ea uden for arbejdstid, før hun fik stress?

Man hører meget i medierne om stress. Hvad er din oplevelse af, hvad stress er?

Kender du andre end Ea, der har haft stress?

Stress og relationer:

Hvordan og hvornår fandt du ud af, at Ea var stresset?

Havde du lagt mærke til tidligere, om Ea havde nogle tegn på stress?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mere stresset?

I hvilke situationer oplevede du, at Ea var mindre stresset?

- disse to spørgsmål kan også besvares angående de private besøg, samt deltidsraskmeldingen

Hvordan kunne du hjælpe Ea til mindre stress? – både på arbejde og privat

Hvilken betydning havde det for jeres arbejdsrelation, at Ea var stresset?

Hvilken betydning havde det for jeres sociale relation, at Ea var stresset?

Hvad var dine bevæggrunde for at hjælpe hende igennem stressen?

Hvilken betydning har du i forhold til Ea's stress?

Nuværende situation – fuldtidsansat:

Er der noget du gør anderledes i dag, for at Ea ikke får stress igen?

Er der nogle tegn på stress du lægger mærke til hos Ea?

Er det Ea selv, der skal lægge mærke til tegnene, eller føler du, at du har et medansvar for, at hun ikke går ned med stress igen?

Bilag 8:

Etiske overvejelser til DPU:

A. Forskningsformål og oversigt

Mit speciale omhandler emnet stress. Det er i to dele, hvoraf den ene del er analyser af to forskellige stressbehandlingsprogrammer. Den anden del handler om hvilke betydninger en stresset persons relationer til omgivelserne kan have for stress-situationen. De relationer der kunne være interessante er kolleger, chef, veninder/venner, familie, kæreste/samlever, læge og stressbehandler. Det er denne del, der indeholder indsamling af empirisk materiale, og derfor vil det kun være denne del af specialet, som mine etiske overvejelser går på.

Indsamlingen af det empiriske materiale vil foregå gennem interview med en person, der tidligere har oplevet sig selv som stresset, samt denne persons omgivelser. Interviewene vil blive foretaget med personerne hver for sig. Personen vil i denne tekst blive omtalt som "den tidligere stressede". Det er den tidligere stressede, der skal sige, hvilke andre personer, jeg skal interviewe; altså påpege hvilke relationer der har haft betydning for ham/hende.

Problemformuleringen er: "Hvordan formes og omformes relationen som betydningskabende for stress?"

Jeg vil udfærdige et speciale, og derudover vil det måske blive muligt at skrive en pjece til pårørende, kolleger eller chefer til stresspatienter. Men dette besluttes, når analysen og specialet ligger klar. Jeg ser også en mulighed i at give de forskellige interviewede et specielt referat af analysen, så de ikke skal have hele specialet. I et sådant referat vil jeg også kunne skrive kommentarer, hvis jeg ser nogle idéer eller løsninger til præcis de relationer, mine interviewpersoner indgår i. Men da det er en person, der tidligere har oplevet stress, er dette nok ikke så relevant med mindre personen stadig ind imellem oplever stress, hvor relationerne har en betydning.

B. Deltagere

1. Jeg har valgt at interviewe en person, der **har** været sygemeldt og **har** fået behandling for stresssymptomerne. Som studerende har jeg ikke den store erfaring med at interviewe, og da stress er et følsomt emne, for den person, der oplever det, ønsker jeg at interviewe en, der er kommet på