

21 UGEAVISEN STRESS OG PRESTIGE

Der er stress, og så er der stress. Læs, hvad Mikkel Nordgaard, centerleder på Institutet for Elteknologi, har at sige om den ting:

„Jeg har haft sådan en stresset dag på arbejde“. „Jeg trænger til at stresser af“. „Jeg er bare så stresset“. Alle taler om stress, men hvad er det, de taler om? Hvem er de? Og hvorfor gør de det? Og hvad er det, der stresser dem? Ja, der er mange spørgsmål. Og her er nogle af mine svar, som jeg godt ved, at ikke alle kan lide at høre. For helt ærligt, jeg er simpelthen træt af at høre om stress!

Hvad er det de taler om? Stress på arbejde. Men har vi ikke altid haft perioder på vores arbejde, hvor vi har haft travlt? Har vi ikke altid haft perioder med overarbejde? Har vi ikke altid haft kolleger, der ikke laver så meget, som vi selv gør? Har vi ikke altid været trætte, når vi kommer hjem fra arbejde? Jo, jo, jo!

Hvad er problemet så? Problemet er vores fritid. Vi har ikke nogen fritid, selv om vi officielt kun arbejder 37 timer om ugen. Vores fritid er ikke tid til at slappe af, tid til at sove længe, tid til at tale sammen. Nej, det har vi slet ikke tid til, for vi har travlt i vores fritid. Vi har så travlt, at vores fritid stresser os mere end vores arbejde. Vi står tidligt op, for vi skal nå at løbe seks kilometer, inden vi skal spise brunch på en smart cafe med ungerne. Vi skal se en maleriudstilling, vi skal shoppe, vi skal til fodbold med ungerne, vi skal besøge svigerforældrene, vi skal til premiere i den lokale biograf, vi skal gå tur i skoven, vi skal i svømmehallen, vi skal have gæster til middag, vi skal bage vores eget brød, vi skal ..., og vi skal ... Og ja, så skal vi også tit arbejde i fritiden: Der er lige nogle mails, der skal tjekkes, et møde, der skal forberedes, en artikel, der skal læses osv. osv. Er det mærkeligt, vi bliver stressede?

Hvem er vi så? Vi er alle os, der har et spændende, godt betalt job enten i det private erhvervsliv eller i det offentlige. Vi er alle os, der elsker at fortælle, hvad vi laver og hvor meget vi laver, og hvor vigtigt det er. Vi er alle os, der er så heldige at komme ud at rejse med vores job. Vi er alle os, der har et job, der giver personlig prestige. Og så er man nødt til at være stresset. For hvis jobbet ikke er stressende, så kan det jo umuligt være det spændende job, vi siger det er!

De fleste af os ved godt, at det ikke er det vi gør, der stresser os. Det, der stresser os, er alle de ting, vi ikke når. Det vi ikke når på arbejde, det vi ikke når i vores fritid, det vi ikke når, før vi bliver 30, det vi ikke når, før vi bliver 40, det vi ikke når i vores liv.

Og hvad så med vores børn? Det er præcis det samme. De skal også nå det hele. Når de kommer hjem fra skole, får de ikke lov at kede sig eller slappe af eller drille deres søskende eller gå i vejen for deres mor eller far i køkkenet. Nej, de skal læse lektier, og så skal de til fodbold eller til ballet eller til ridning eller til svømning eller ...

Men så holder vi vel ferie for at slappe af? Nej, nej, nej! For i ferien skal vi nå ... ja, hvad er det vi skal nå? Hvorfor pokker skal vi nå så meget? Glem det hele, og du glemmer at blive stresset!

Læseopgave

Hvilke af de ting, der nævnes i artiklen, skal du nå i din fritid og dine ferier?

Hvilke af de ting, der siges om 'vi og vores job', passer på dig og dit job?