

Minning

Guðrún Jónsdóttir

16. júní 1931 – 9. janúar 2024



Guðrún Jónsdóttir var einn af stofnendum og heiðursfélagi Félagsráðgjafafélags Íslands (FÍ). Hún lést hinn 9. janúar síðastliðinn, 92 ára að aldri, en í febrúar fagnaði FÍ 60 ára afmæli félagsins. Árið 2007 var hún sæmd riddarakrossi hinnar íslensku fálkaorðu fyrir frumherjastörf í félagsráðgjöf og framlag til réttindabaráttu, og árið 2011 veitti vísindanefnd FÍ henni heiðursstyrk fyrir framlag hennar í þágu rannsókna. Hinn 29. nóvember 2023 stóðu Forlagið, Stígamót, Kvinnaráðgjöfin, Félagsráðgjafafélag Íslands og Félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands fyrir málþingi til heiðurs Guðrúnu í tilefni af útgáfu bókarinnar *Ég verð aldrei ungfrú meðfærileg – Baráttusaga Guðrúnar Jónsdóttur* eftir Ingibjörgu Dögg Kjartansdóttur.

Dr. Guðrún Kristinsdóttir og Lára Björnsdóttir tóku að sér að skrifa umsögn um bókina í Tímarit félagsráðgjafa og heiðra þannig minningu Guðrúnar.



Guðrún
Kristinsdóttir

Ég verð aldrei ungfrú meðfærileg. Baráttusaga Guðrúnar Jónsdóttur.

Höf. Ingibjörg Dögg Kjartansd.

Vaka–Helgafell 2023.

Bókin *Ég verð aldrei ungfrú meðfærileg* var tilnefnd til Íslensku bókmenntaverðlaunanna 2024. Hún er byggð á viðtölum við Guðrúnu S. Jónsdóttur félagsráðgjafa og á ítarlegri úrvinnslu höfundar á skriflegum heimildum og persónulegum bréfum. Bókin er í senn ævi- og baráttusaga þar sem ævi Guðrúnar, fjölskyldubakgrunnur, starfsferill og verkefni eru rakin.

Höfundurinn, Ingibjörg Dögg Kjartansdóttir, blaðamaður og ritstjóri Heimildarinnar, hefur verið verðlaunúð fyrir skrif sín. Í formála segist hún skrifa meðal annars út frá persónulegri reynslu af þátttöku í sjálfshjálparhópi Stígamóta. Fyrir tilstilli samstöðu kvenna hafi hún getað stigið úr kuldanum í skjól og endurnærst í þessum hópi. Bókarkápu prýðir ljósmynd af Guðrúnu með kórónu á höfði. Þar tekur hún þátt í gjörningi í

borgarstjórn Reykjavíkur, þegar hópur kvenna mót-mælir fegurðarsamkeppnum og því að líkamar kvenna og þær sjálfar séu hlutgerðar. Þetta er einn margra viðburða sem Guðrún tók þátt í og átti oftast en ekki frumkvæði að. Hér sem oftast varð háð og glens öflugt baráttutæki sem dró athyglina að hinu fjarstæðukennda í félagslegri mismunun. Í bókinni eru svo fleiri myndir úr lífi og starfi Guðrúnar sem tengjast efninu vel.

Bókin skiptist í fjóra hluta, *Forsagan*, *Fyrri lífið*, *Seinna lífið* og *Eftirleikurinn*.

Með undirtitlinum *Baráttusaga* er tónninn sleginn. Hér eru margar sögur sagðar. Í kaflanum *Forsagan* er rakin saga formæðra og forfeðra; saga harðinda, fátæktar og þröngbýlis um og eftir aldamót nítjándu og tuttugustu aldar og þá saga fyrstu hjúskaparára foreldra Guðrúnar. Síðan er lýst uppvaxtarsögu Guðrúnar við sandana í sveitþorpinu Vík í Mýrdal, samfélagi sem einkenndist af hörku og fátækt og þar sem flestir ólust upp við kröpp kjör. Sumir eru hærra settir í þorpinu og samfélaginu en aðrir; Guðrún fær til dæmis að kenna á niðurlægingu af hálfu stúlku sem lætur hana finna að hún sé lægra sett. Síðan er vikið að flutningi fjölskyldunnar á mölina á árum seinni heimsstyrjaldar í húsnaðiseklu höfuðstadarins. Faðir hennar er löngum



Guðrún og María Björk

að heiman vegna vinnu og sýna bréfaskrifur að fjarveran tekur mikinn toll og hans er sárt saknað. Guðrún fær snemma það hlutverk að aðstoða við húsverkin, hún er ósátt og mótmælir, en fær engu ráðið og bræður hennar sleppa að mestu við þau. Þarna koma strax fram tvö dæmi um mismunun í samfélaginu, sem stafar annars vegar af fátækt og hins vegar af kynbundinni verkskiptingu karla og kvenna, sem Guðrún tekst ötullega á við síðar. Þetta er eitt margra dæma um það hversu undirheiti bókarinnar, baráttusaga, er vel til fundið.

Síðari hluti kaflans *Fyrri lífið* fjallar um fullorðinsárin, þegar Guðrún verður einstæð móðir og höfðar og vinnur faðernismál þegar faðirinn neitar að gangast við barninu. Hún mætir fordómum vegna þungunarinnar eins og títt var um einstæðar konur þessara ára. Um þetta leyti hittir hún verðandi lífsförunaut sinn, Ólaf Thorlacius. Hún ákveður að læra félagsráðgjöf og þarf sjálf að fjármagna námið, ræður sig á síldarbát og flytur síðan til Svíþjóðar í þriggja ára nám. Það reynir verulega á þegar hún skilur kornabarnið eftir í faðmi afa þess og ömmu en hún fær góðan stuðning beggja. Það hefur ekki verið þrautalaust að dvelja sem ung móðir á námsárunum fjarri barninu á tímum takmarkaðra samskipta en síldartúrinn verður að góðum sjóði. Guðrún og Ólafur hefja búskap árið 1960. Samheldni þeirra hjóna og væntumþykja auk dyggs stuðnings Ólafs við störf hennar kemur glöggt fram í bókinni.

Víkjum nú að helstu áföngum í starfsferli hennar á þessum fyrri árum. Eins og fram mun koma varð Guðrún víðar frumkvöðull en meðal félagsráðgjafa.

Umrót og róttækar nýjungar

Guðrún réðst ekki á garðinn þar sem hann var lægstur og lauk félagsráðgjafaprófi 1957, fyrst Íslendinga. Hún hélt áfram margvíslegri forystu í greininni, og var ein fjögurra kvenna sem stofnuðu Stéttarfélag félagsráðgjafa árið 1964, sem sýnir mikla framsýni þessa fámenna hóps. Guðrún hallaði sér ætíð að væng róttæks breytingastarfs í félagsráðgjöf, stefnu sem miðar að því að útrýma óréttlæti og er andstæða einstaklingsmiðaðra úrlausna (Patricia Shields, 2017; Nanna K. Sigurðardóttir, 1991). Hún starfaði í upphafi við barnavernd og sálfræðiþjónustu í Reykjavík en kom einnig að þjónustu við fjölfötluð börn og fjölskyldur og átti hlut að merkilegum nýjungum í byrjendakennslu barna við Æfinga- og tilraunaskóla KHÍ, ásamt kennslu við Fósturskólann og víðar sem stundakennari. Guðrún kom þannig talsvert að breytingum sem skiptu foreldra og ekki síst mæður og börn miklu. Dæmi um þetta, nefnt í bókinni, er starfið fyrir Barnavinafélagið Sumargjöf (Jóhanna Einarsdóttir og Ragnhildur Helgadóttir, 2002). Með fulltingi félagsins, sem rak dagheimili í Reykjavík, kom Guðrún á fót miðlægu skráningarkerfi. Við það færðust ákvarðanir um inntöku frá einstökum forstöðukonum sem höfðu haft talsvert sjálfðæmi um úthlutun dagheimilispláss. Ég hef fyrir satt að ýmsum þótti þetta talsverð réttarbót og ekki síst einstæðum mæðrum.

Á níunda áratug 20. aldar leiddi Guðrún umfangsmikið frumkvöðlastarf þegar hún byggði upp nýtt nám í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands og þar var hún kennari og kennslustjóri um 15 ára skeið. Hún fékk þó



Þrjár af fjórum stofnfélögum FÍ. Frá vinstri: Margrét Margeirsdóttir, Kristín Gústavsdóttir og Guðrún Jónsdóttir



ekki fasta stöðu að uppbyggingarstarfinu loknu og það skildi eftir sig sárindi enda var þá gengið fram hjá henni. En Guðrún var ekki af baki dottin og sneri sér af fullum krafti að baráttu fyrir bættum hag kvenna og barna.

Meginhluti kaflans *Seinna lífið* snýst um starf Guðrúnar og félaga hennar í kvennahreyfingunni á níunda og tíunda áratug 21. aldar. Að hennar sögn undraðist hún í fyrstu baráttu Rauðsokka en segir frá því hvernig hún „lagði frá sér þrjónana“, skipti um skoðun og sameinaðist forystusveit í borgarmálapólitík sem fulltrúi Kvennaframboðs til sveitarstjórnarkosninga í Reykjavík á níunda áratug aldarinnar. Síðan tóku við önnur merk og árangursrík verkefni, svo sem þátttaka hennar í stofnun Samtaka kvenna á vinnumarkaði, Samtaka um kvennaathvarf, Kvennaráðgjafarinnar og fleiru. Guðrún átti þannig drjúgan þátt í baráttunni fyrir mannfrelsi og jafnri stöðu kynjanna og í því að standa fyrir róttækum tillögum og gjörningum, t.d. fyrir bættum launakjörum kvenna. Þekktust er Guðrún þó líklega fyrir að rjúfa þögnina hér á landi um falið samfélagsmeið, mannskemmandi kynferðisofbeldi gegn konum og börnum, bæði með doktorsrannsókn sinni við háskóla í Englandi (Guðrún Jónsdóttir, 1993) og með því að eiga samhlíða frumkvæði að stofnun Stígamóta, samtaka kvenna gegn kynferðisofbeldi. Þar leiddi hún konur saman í kröftuga baráttusveit sem enn heldur því merki uppi. Sum verkefni Guðrúnar vöktu furðu margra og ljóst að stundum steytti á steini þegar einurðin var mikil. Um þetta er ekki mikið fjallað í bókinni en þó er vikið að seinni tíma persónulegum sáttum um átakamál, svo sem varðandi framboð kvenna til Alþingis sem Guðrún var ekki höll undir á sínum tíma. Þetta er því að miklu leyti óskrifaður kaþituli.

Þó að stiklað sé á stóru er engum vafa undirorpið að framlag Guðrúnar S. Jónsdóttur til jafnréttis- og mann-

réttindabaráttu kvenna og jafnframt til uppeldis- og menntamála var umtalsvert. Frásagnirnar og athafnir Guðrúnar bera vitni um ótrúlegt þrek, óbifandi sannfæringu og réttlætiskennd. Hún gerir sér grein fyrir því að það stoðar ekki að draga vagninn ein, hópastarf og samstaða verða lykilatriði í umræddum verkefnum. Bók Ingibjargar Daggar um baráttusögu Guðrúnar er ótvírætt innlegg í sögu kvennahreyfingarinnar nýju svo að vísað sé í ummæli alnöfnu Guðrúnar sem tók við að loknu starfi hennar hjá Stígamótum.

Fjölskyldulífið

Þrátt fyrir að miklu væri komið í verk utan veggja heimilisins er ljóst af lestri bókarinnar að heimilislíf var lengst af í hefðbundnum skorðum. Guðrún var myndarleg húsmóðir, flink hannyrðakona og með græna fingur í ofanálag. Eins og segir í bókinni, með þeim léttleika sem þar má víða finna, ríkti mikil vanafesta og gamlar hefðir á heimilinu. Þetta kunna ókunnugir að undrast vegna þeirrar róttæku kynjabaráttu sem Guðrún er þekkt fyrir.

Bókin er efnisrík og persónulegar líflegar frásagnir með vísan í einstaka atburði gefa raunsannan blæ, svo sem tilvitnanir í bréfaskriftir milli Ólafs og Guðrúnar



Kristín Gústavsdóttir og Guðrún Jónsdóttir



Guðrún Jónsdóttir, sumar 2023



Styrkúthlutun Vísindasjóðs FÍ árið 2011 en Guðrúna var þá veittur heiðursstyrkur fyrir framlag sitt til vísinda og rannsókna

þegar þau voru aðskilin. Höfundur kann vel að halda lesandanum við efnið og vefa saman gaman og sót-svarta alvöru. Fjölskylduböndin voru sterk og mikla hlýju má greina í frásögum þeirra hjóna um það. Þau deildu lífskoðunum þó að þau væru ekkert alltaf sammála og einnig deildu þau áhugamálum, höfðu til dæmis miklar mætur á ferðalögum, sérstaklega í íslenskum óbyggðum, sem þau stunduðu áratugum saman. Ást á náttúrunni kemur skýrt fram. Guðrún var líka annálaður sóldýrkandi, hún dvaldi og ferðaðist bæði austan- og vestanhafs vegna starfa sinna og til að sækja sér menntun. Að loknu námi gat Guðrún endurgoldið foreldrum sínum umönnun einkadótturinnar Ragnheiðar og bauð þeim og ástvini sínum í ferðalag um Evrópu. Hún var hagsýn hér sem síðar, sparaði á námsárunum og átti fé í handraðanum.

Félagsleg mismunun

Höfundur fjallar á áhugaverðan hátt um ýmsa þætti þeirrar mismununar sem Guðrún varð vör við í því stofnanakerfi velferðar sem var að myndast hér á öndverðri 20. öld. Plássins vegna er hér einungis vikið að þessu með tveimur eftirminnilegum dæmum. Guðrún ræðir til dæmis um ömurlega meðferð á einstæðum körlum á vistheimilinu Arnarholti á Kjalarnesi, sem seinna kemst í hámmæli. Henni tekst að ná sambandi við suma þeirra sem lýsa fyrir henni áhugaverðum bakgrunni sínum sem lifnar við í frásögninni. Hún dregur líka fram þá ólýsanlegu neyð í aðstæðum kvenna og barna sem hún verður áskynja í braggahverfum Reykjavíkur eftir síðari heimsstyrjöld; neyð sem hún kallar eyðileggingarmyllu barnaverndar og

henni reyndist afar erfitt að horfa upp á enda starfaði hún stutt að þeim málum.

Í lokin

Þó að lengi mætti áfram telja verður botninn sleginn hér í umfjöllun um ágæta bók Ingibjargar Daggar sem gleðilega náði að koma út skömmu fyrir andlát Guðrúnar S. Jónsdóttur. Kjarni þess sem skipaði Guðrúna í hóp merkilegra mannvina og gagnrýninnar femínista er hve einstaklega vel henni tókst alltaf að skynja tilgang verka sinna og samstarfsfélaga, hve markvisst hún setti málin ávallt í félagslegt og pólitískt samhengi og, síðast en ekki síst, hversu vel hún skynjaði jafnt þungbær sem gleðileg tilbrigði lífsins.

Guðrún Kristinsdóttir

Heimildir

- Guðrún Jónsdóttir. (1993). *Surviving incest. Icelandic and British incest survivors' experiences of incestuous abuse*. PhD thesis. Department of Sociological Studies. Sheffield University. Reykjavík, Háskólaútgáfan.
- Jóhanna Einarsdóttir og Ragnhildur Helgadóttir. (2002). (ritstj.) *Skóli í deiglu. Frásagnir úr Æfinga- og tilraunaskóla Kennaraháskóla Íslands í tíð Jónasar Pálssonar skólastjóra*. Reykjavík. Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.
- Lena Dominelli, L. (2002). Theorising feminist social work practice, Í J. Campling, (ritstj.). *Feminist social work theory and practice* (bls. 17–40). Palgrave. https://doi.org/10.1007/978-0-230-62820-5_2
- Nanna K. Sigurðardóttir (1991). Félagsráðgjafastarfið. *Afmælissrit Stéttarfélags íslenskra félagsráðgjafa*, 8–18. Reykjavík.
- Patricia Shields. (2017). *Jane Addams: Progressive pioneer of peace. philosophy, sociology, social work and public administration*. Springer International Publishing.



Lára
Björnsdóttir

Ég verð aldrei ungfrú meðfærileg. Baráttusaga Guðrúnar Jónsdóttur.

Höf. Ingibjörg Dögg Kjartansd.

Vaka-Helgafell 2023.

Bók þeirra Guðrúnar Jónsdóttur félagsráðgjafa og Ingibjargar Daggar Kjartansdóttur blaðamanns, *Ég verð aldrei ungfrú meðfærileg*, er einstakt tímamótaverk og aldar-spegill. Bókin fjallar um fjölbreytt lífshlaup íslenskrar sveitastúlku, Guðrúnar Jónsdóttur, sem um miðja 20. öldina brýst til mennta í útlöndum, þrátt fyrir lítil efni og að vera einstæð móðir. Í bókinni segir frá upp-runu og uppvesti Guðrúnar sem mótaði hana og gerði hana að þeirri baráttukonu sem hún varð. Guðrún hafði snemma mikla menntunarþrá og stefndi einörð að því marki að mennta sig. Hún hafði fengið fregnir af námi í félagsráðgjöf og fór ung utan til Svíþjóðar til þess að stunda það nám. Það sýnir best kjark og þor Guðrúnar Jónsdóttur, en einnig sterkt bakland hennar, að hún skildi dóttur sína mánaðargamla eftir í umsjá foreldra sinna þegar hún fór utan. Reyndar var Óli þá kominn til sögunnar, sá sem síðar varð lífsförunautur Guðrúnar og hennar helsti stuðningsmaður og gekk dótturinni í föður stað. Heimkomin að námi loknu var Guðrún ein af fyrstu félagsráðgjöfunum á Íslandi og ein þeirra fjögurra kvenna sem stofnuðu Stéttarfélag íslenskra félagsráðgjafa árið 1964. Í bókinni bregður Guðrún ljósi á það þjóðfélag í Reykjavík sem blasti við henni, nýbökudum félagsráðgjafanum, sem send var í „eftirlit“ með fátæku fólki í braggahverfunum. Sú erfiða reynsla réð miklu um það hvernig félagsráðgjafi Guðrún kaus að verða.

Á löngum starfsferli hafði Guðrún mikil áhrif innan félagsráðgjafastéttarinnar. Hún barðist fyrir því að komið væri upp námi í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands og lagði grunninn að því sem kennslustjóri. Það voru henni því vissulega mikil vonbrigði að verða ekki fyrir valinu í fyrstu stöðu lektors í félagsráðgjöf. Þá venti hún kvæði sínu í kross og hóf nýjan starfsferil og baráttu sem hefur haft ómæld áhrif til góðs á íslenskt samfélag. Í bókinni er sá ferill kallaður *Seinna lífið*, en hann hófst með stofnun Kvennaframboðsins í Reykjavík sem markaði tímamót í íslenskum stjórnmálum. Bókin er aldar-spegill kvennabaráttunnar frá mörgum sjónarhornum þar sem Guðrún Jónsdóttir var áberandi þátt-takandi og mikilvægur brautryðjandi. Guðrún talaði hátt og skýrt þegar aðrir þögðu og lét óhrædd til sín taka við að rétta hlut kvenna og barna. Í bókinni er lýst réttisýni og baráttuþreki Guðrúnar, sem kom víða við á langri ævi, bæði í starfi og stjórnmálum. Hún var sannur aðgerðasinni sem barðist af mikilli atorku og kjarki í þágu kvenna og annarra þeirra sem ekki höfðu sterka rödd. Guðrún gaf aldrei afslátt af því sem hún taldi réttlætismál og það hafði mikil áhrif á þá stefnu sem líf hennar tók. Hún var sannarlega alltaf samkvæm sjálfri sér og trú þeim málstað sem hún barðist fyrir hverju sinni. Bókin er í senn þroska- og ævisaga mikillar baráttukonu en einnig aldar-spegill íslensks samfélags og kvennabaráttu í nær heila öld. Þá gefur hún lesendum góða innsýn í hamingjuríkt einkalíf Guðrúnar, ekki síst fallett og sterkt samband þeirra Óla sem hún lýsir sem einstökum lífsförunaut sem studdi hana á alla lund og elskaði hana skilyrðislaust.

Lára Björnsdóttir, félagsráðgjafi MA



Lífið er staður þar sem bannað er að lifa: Bók um geðröskun og von



Höfundur: Steindór Jóhann Erlingsson.

Bjartur bókaforlag, 2023

Árið 2023 kom út bókinn *Lífið er staður þar sem bannað er að lifa* eftir Steindór Jóhann Erlingsson vísindasagnfræðing. Bókin er ævisaga höfundar og fjallar um áralanga glímu hans við alvarlegan geðsjúkdóm og

hvernig örlög hans litast af því. Baráttan er á köflum æði tvísýn en hann lýsir því á heiðarlegan hátt hvernig sjálfsvígshugsanir og vonleysi drógu ítrekað úr honum allan mátt. Frásögnin spannar þrjátíu ára stríð við erfiðan sjúkdóm, sjálfsásökun og baráttu upp á líf og dauða þar sem einmanaleikinn heltekur hann og veikindin aðskilja hann frá þeim sem hann elskar og vilja styðja hann. Þetta er saga um von og vonleysi, uppgjöf og sigra en fyrst og fremst heiðarleg frásögn manns af því að lifa um árabíl með erfiðan sjúkdóm.

Í upphafi bókarinnar rekur höfundur lygilega atburðarás sem á sér stað þegar hann, ungur maður í blóma lífsins, fer sem sjálfboðaliði til Eþíópíu á vegum Rauða krossins. Þaðan komst hann við illan leik til Íslands og undir læknishendur en glímdi í kjölfarið við erfið eftirköst veikindanna auk mikillar áfallastreitu. Höfundur lýsir því hvernig áföllin sækja á hann í vöku og draumi og draga úr honum allan mátt. Áhrif þess eru alvarleg og lita allt daglegt líf. Ítrekað þarf hann að lúta í lægra haldi vegna veikinda sinna en þrátt fyrir það tekst honum að stofna fjölskyldu og ljúka doktorsprófi. Hann gerir miklar kröfur til sjálfs sín og margsinnis tekst hann á við krefjandi verkefni sem hann vissi innst inni að myndu hrinda af stað veikindum, stefnir meðvitað inn í storminn, missir að endingu alla stjórn og endar í langri innlögnum á geðdeild. Þessi hringrás veldur því að það molnar hratt úr sjálfmyndinni. Hann stendur ítrekað við dauðans dyr og er oft við það að gefast upp. Vangaveltur um sjálfsvíg eru fyrirferðarmiklar í bókinni

og settar fram á myndrænan og heimspekilegan hátt í rökraðum um tilgang lífsins. Þar togast á hugmyndir líffræðinnar um náttúruval og heimspekilegar vangaveltur um einstaklinginn með sterkum tilvísunum í hverfuleika og innantómt lífsgæðakapphlaup. Baráttan einkenndist lengi af miklum sveiflum en með tímanum tókst honum að læra að lifa með þessum hugsunum og mótstaðan gegn þeim jókst.

Hann lýsir því hvernig honum, þá ungum manni, leið þegar honum var sagt að sjúkdómurinn væri þess eðlis að hann þyrfti að taka lyf út lífið til að hafa hemil á boðefnum heilans. Löngu síðar verður hann fyrir miklum skakkaföllum sem tengjast aukaverkunum þunglyndislyfja, lyfin sem áður höfðu hjargað honum sendu hann nú beina leið inn í hringiðu örvæntingar og rændu hann tækifærum til að halda áfram að taka þátt í lífinu. Að lokum sagði hann skilið við lyfin. Eftir allt sem á undan var gengið stóð hann viðkvæmur og berskjaldaður fyrir öllu áreiti daglegs lífs. Samfélagslegir atburðir áttu greiðan aðgang að honum og hrifu hann með sér upp og niður öldudali tilfinningalífsins með öfgakenndum hætti.

Frásögnin er afar lífleg, krydduð með aðferðum skáldsögunnar þar sem skil milli raunveruleika og hins óraunverulega eru óskýr á köflum. Í henni takast á innri öfl sem eru að því er virðist í uppgjöri hvert við annað og hann er þvingaður til að svara fyrir ýmsar ákvarðanir sem hann tók þjakaður af vanlíðan og uppgjöf þar til hann nær sátt við hlutskipti sitt og það sem sjúkdómurinn hefur útheimt. Á köflum er sjálfsásökunin svo áþreifanleg að hún verður nánast óþægileg. Hann lýsir vanmætti fræðimannsins sem reynir af veikum mætti að halda sér á floti í grimmilegri baráttu við sjúkdóminn sem yfirtekur lífið á köflum og rænir hann bæði gleði og framkvæmdaorku. Sjálfshatrið og niðurrifið kristallast í samtali milli hins góða og illa innra með honum sem holdgerist í einhvers konar réttarhaldi hans yfir sjálfum sér.

Sagan einkennist í byrjun af stöðugri baráttu milli fræðimannsins og sjúklingsins þar sem sá fyrrnefndi gerir miklar kröfur sem leiða til ítrekaðra skipbrota. Sjálfsásakanir og niðurrif viðhalda nístandi sársauka og leiða til uppgjafar. Höfundurinn segir að megináherslan í meðferð hafi framan af verið á það að takast á við einkenni þunglyndis og kvíða, mest með því að gefa honum lyf. Með því að viðurkenna áhrif áfallanna og nálgast hann út frá því sem kom fyrir hann í Eþíópíu hófst bataferlið fyrir alvöru. Hann hitti fagfólk sem veitti honum nærveru og umhygd og hlustaði af áhuga á reynslu hans og líðan. Með aðstoð sálfræðings tókst honum svo að



sjá samhengið milli geðsjúkdómsins og áfallanna og styrkinn sem hann hafði sýnt í afar erfiðum aðstæðum. Í gegnum nokkurra ára áfallameðferð fór sjálfshatrið minnkandi, sjálfsmatið varð raunsærra og hann fór að geta séð afrek sín í jákvæðara ljósi. Fram að því hafði hann verið á stöðugum flótta undan hugsunum sínum og áfallið verið hrátt og óuppgerft.

Í upphafi sögunnar fer Steindór yfir áfallið sem hann varð fyrir og litað hefur líf hans og það er áhugaverð lesning. Í framhaldi af því taka við kaflar þar sem hann er í miklu uppgjöri, vísar í heimsfræga rithöfunda, ljóðskáld og tónsmíði og hendir fram heimspekilegum

vangaveltum um tilgang lífsins. Ritstíll Steindórs er, eins og fram hefur komið, æði skrautlegur á köflum og stundum er erfitt að fylgja þræði. Í lokin kemur þó allt heim og saman og hann nær að tengja vangaveltur sínar við bataferlið og uppgjör við erfiða tíma.

Þessi bók er afar áhugaverð og varpar ljósi á hina miklu glímu sem margir há við alvarlega geðsjúkdóma. Það spillir ekki að höfundurinn er vel ritfær og kemur efninu vel frá sér.

Gunnlaug Thorlacius

Nej, det er ikke bare dig



Höfundur: Ditte Brøndum

Frydenlund, 2022

Í umfjöllun á baksíðu bókarinnar kemur fram að sjöundi hver ungur hjúkrunarfræðingur hrynur af streitu, þriðji hver félagsráðgjafi er stressaður og kennurum með streitueinkenni hefur fjölgað um 50 prósent á fjórum árum.

Almennt séð upplifa margir Danir of mikið álag vegna vinnu sinnar. Jafnframt sýna rannsóknir skýr tengsl á milli veikindaforfalla og slæms sálfélagslegs starfsumhverfis.

Þrátt fyrir það taka vinnuveitendur ekki ábyrgð heldur varpa vandanum yfir á persónulega færni og

einkalíf starfsfólks. Viðurlögum er sjaldan beitt þegar kemur að óviðunandi sálfélagslegu vinnuumhverfi. Verst af öllu er þó að vinnustaðir virðast ekki læra af mistökum sínum.

Ditte Brøndum er menntaður félagsráðgjafi og hefur sjálf upplifað álag sem leiddi til veikinda með streitu. Í dag er hún komin á annan stað sem varaformaður danska félagsráðgjafafélagsins með metnað til að setja ný viðmið um það hvernig samfélagið leysir sálfélagsleg vinnuumhverfisvandamál. Í þessari bók um sálfélagslegt starfsumhverfi leitar hún til helstu sérfræðinga á þessu sviði til að finna svör við því hvernig við breytum í grundvallaratriðum þeim aðstæðum sem gera fólk veikt af vinnu. Í bókinni er því lýst hvernig vinnuumhverfiskerfin eru sett upp og hvernig við getum bætt þau. Bókin er 208 blaðsíður, hefst á persónulegum nótum og skiptist í 10 sjálfstæða kafla þar sem fjallað er um málefnið út frá ýmsum sjónarhornum.

Steinunn Bergmann