

SvD

Publicerat 18 maj 2005 05:30

Unga kvinnor jobbar ofta tills de stupar

De jobbar tills de stupar vid skrivbordet. Unga kvinnor i karriären går allt oftare in i väggen, visar en ny studie. Motmedlet är att skaffa en jämställd man och förmågan att sätta gränser.

Kvinnor är dubbelt så mycket långtidssjukskrivna som män. Nu växer också sjukskrivningarna snabbt bland yngre, välutbildade kvinnor.

Bland kvinnor med en månadslön på över 25 000 kronor ökade långtidssjukskrivningarna med 326 procent mellan år 2000 och 2004. För kvinnor med lägre lön var ökningen under samma tid 56 procent.

Det är kvinnor i karriären som ligger i riskzonen.

- De jobbar tills de stupar. En del svimmar vid skrivbordet, säger Hélène Sandmark, medicine doktor vid avdelningen för yrkesmedicin på Karolinska Institutet.

Tillsammans med civilekonom Monica Renstig har hon i en ny studie, som bekostats av tjänstepensionsföretaget Alecta, undersökt det nya fenomenet. Karriärkvinnorna som jobbar tills de en morgon inte klarar att stiga ur sängen, drabbade av en kraftig depression.

- Många har regelbundet haft en arbetsvecka över 50 timmar. En del har jobbat 60 till 80 timmar i veckan, säger Hélène Sandmark.

Men mycket arbete räcker inte som förklaring. Alla kvinnor blir ju inte sjuka. I studien

har forskarna identifierat en rad gemensamma faktorer för kvinnor som gått in i väggen.

- De strävar efter perfektion både på arbetet och hemma. Det här är kvinnor med mycket höga ambitioner. De lider av ett slags duktighetssyndrom. De kvinnor som blivit sjukskrivna lever också ofta i ojämsställda förhållanden, säger Hélène Sandmark.

Studien bygger på djupintervjuer med 16 långtidssjukskrivna kvinnor i åldern 30-55 år. Dessutom har en enkät genomförts med 300 långtidssjukskrivna kvinnor plus en kontrollgrupp med 300 friska kvinnor. Samtliga är tjänstemän i storstadsegrioner.

"Duktighetssyndromet" avspeglar sig i att 55 procent av de sjukskrivna, jämfört med 39 procent i kontrollgruppen, betonar vikten av ett välskött hem.

- Många vill vara bra på allt och har svårt att välja bort någonting. De är fångna i den traditionella kvinnorollen. Vi har kanske inte kommit så långt i jämställdhetsarbetet som vi tror, säger Hélène Sandmark.

Många kvinnor i studien har också pekat på problem med ledarstilen i utlandsägda företag.

- Där är det inte konsensus som gäller, utan chefen pekar med hela handen. Alla kan inte hantera det.

Kvinnor som inte blivit sjukskrivna har en större förmåga att säga nej och sätta gränser, enligt forskarna. De har också ofta en partner som delar på ansvaret hemma.

Så bästa sättet att undvika att bli utbränd är att skaffa en jämställd man?

- Ja, det kan vara en strategi. Därmed inte sagt att männen är skurkar. Kvinnornas ansvar kan vara självpåtaget.

Hur ska karriärkvinnor hålla sig friska?

- Både männen och arbetsgivarna måste få klart för sig att det finns en gräns för vad en människa orkar. Och kvinnorna har ett ansvar för att tala om det. Det första är att lyfta upp problemet på bordet. Hittills finns det väldigt lite forskning på det här området, säger Hélène Sandmark.

Men är det ett stort problem?

- Det handlar om en förhållandevis liten grupp, men det är klart att det är ett stort problem. Särskilt med tanke på debatten om att det behövs fler kvinnor i styrelser och på ledande poster. Det går inte att sopa hälsokonsekvenserna av det under mattan.

Missa inte

Den svåra huvudvärken visade sig vara utmattningsdepression.

Ditt-Jobb söndag

22-maj

Citat

ur djupintervjuerna med sjukskrivna kvinnor:

Mannen jag skulle dela ansvar med var en dålig ledare, där jag skulle kompensera honom för hans brister. Jag blev som en dadda och coach åt honom.

Caroline, 44 år, chef med personalansvar, sjukskriven för utmattningsdepression.

Högste chefen kunde komma in och bara skrika. Han gjorde så att man reagerade i stället för att agera. Han var verkligen psykopat.

Gunilla, 31 år, tjänsteman, sjukskriven för utmattningsdepression.

Chefen kunde ringa en fredagskväll och kräva att massor av uppgifter skulle vara klara till måndag. Annars behöver du inte komma hit överhuvudtaget, kunde han säga. Jag ställde nog för lite krav då.

Anna, 37 år, försäljningschef, sjukskriven för utmattningsdepression.

CECILIA AXELSSON

Detta är en utskrift från Svenska Dagbladets nätupplaga, **SvD.se**