

Stressens moralitet

- et oplæg til en udvidet stressforståelse

Andreas Astrup Andersen

10. semester Anvendt Filosofi

Antal anslag: 188.217

Svarende til normalesider: 78,4

Studienummer: 20144342

Dato: 2/6/2020

Abstract

This paper will be addressing the increasing problem of stress as a medical and social phenomenon, and how it is possible to expand our understanding of this phenomenon by regarding morality as a factor in the development of an individual stress reaction. Stress is today a somewhat elusive phenomenon, and in the course of a preliminary genealogy of the term and how it is considered in its most basic physiological form, I sketch the need for continuous increase in our way of perceiving stress. There is by now a narrow but, it seems, increasing focus on moral stress within the realm of international stress research. In Denmark we too have seen recent input on the matter, in the form of Pelle Korsbæk Sørensen and his conceptualization of stress as occasionally connected to self-censorship, and Pernille Steen Sørensen and her conceptualization of stress as inflicted by feelings of shame. I see an opportunity to expand their conceptualizations into a broader and more critical understanding of how morality in the workplace both can be a contributing factor in the development of stress and possibly also be strengthened by stress as a feeling of powerlessness. This expansion will be undertaken by the application of Friedrich Nietzsches philosophy of value and his criticism of morals. By applying a Nietzschean perspective on the conceptualizations offered by Sørensen and Pedersen I put forward the argument that morality in the workplace might be a contributing factor in organizational or occupational changes manifesting as value conflicts that can lead to stress, as the individual coworker might experience powerlessness and *ressentiment*. To contrast the strong, and somewhat limiting, individualism of Nietzsches philosophy, I include Simone de Beauvoirs take on an existentialist ethics as based on the ambiguity of human existence and the intersubjective foundation of our freedom. By that theoretical addition I argue that the individual has the possibility to improve its ability to gain a functional relation to present morals in the workplace and thereby the realization of its freedom. I furthermore argue that there exists both an individual and collective responsibility for keeping a healthy distance to morals in the workplace. I end by suggesting the further attempt of generalization of the moral perspective on stress, and how that might contribute to a better understanding of the phenomenon and possibly the connection between societal morality and national health issues.

Indholdsfortegnelse

Indledning.....	1
1.1 Problemformulering.....	3
1.2 Argumentation for valg af teoretikere og filosofisk indgangsvinkel.....	3
Kapitel 1 – Genealogisk gennemgang af stressbegrebet.....	4
Kapitel 2 – Stress i vores samtid.....	8
2.1 Et svært håndterbart fænomen.....	8
2.2 Biologiens grænser.....	10
2.3 Nye perspektiver i stressforskning.....	12
Kapitel 3 – Nietzsche som indgang til stressens moralitet	16
3.1 Om Moralens oprindelse.....	16
3.2 Viljen til magt	17
3.3 Sublimering.....	19
3.4 Ressentiment.....	20
3.5 Moral.....	21
Kapitel 4 – Viljen til magt på arbejdspladsen.....	25
4.1 Arbejdspladsens moral.....	25
4.2 Værdikonfliktens disponering af ressentiment.....	29
Kapitel 5 – Skambegrebets moralitet.....	34
5.1 Skam og sublimering.....	34
5.2 Når forandringer bliver til værdikonflikter.....	36
5.3 Lindringen af magtesløsheden.....	40
5.4 Anerkendelsens risici og fornuftens udfordringer.....	42
5.5 Delkonklusion.....	46
Kapitel 6 – Etisk forebyggelse af moralsk stress?.....	47
6.1 En vilje til magt eller frihed?	48
6.2 Individets handlerum i værdikonflikten.....	54
6.3 Ansvar indenfor og udenfor individet.....	57
Kapitel 7 – Perspektiver til en generalisering af moral-perspektivet.....	63
Konklusion.....	65
Litteratur.....	68

Indledning

Stress er blevet et udbredt begreb til at beskrive en palette af forskellige situationer, følelser og tilstande i hverdagen. Men det er ikke kun blevet udbredt som begreb. På trods af at det ikke officielt er en sygdom ifølge sundhedsmyndighederne (Sundhedsstyrelsen, 2020), så er stress noget et stigende antal mennesker bliver sygemeldt med. Ifølge Sundhedsstyrelsens rapport *Den Nationale Sundhedsprofil 2017*, er der fra 2010 til 2017 sket en stigning på 4,3 procentpoint i andelen af danskere med et højt stressniveau, fra 20,8 % til 25,1 % (Jensen et al., 2018). I det lys er stress ikke kun et problem for det enkelte individ, der oplever denne tilstand, det er også i stigende grad en økonomisk udgift for vores samfund.

På trods af at stress som fænomen er så udbredt, og at vi internationalt har forsket i stress i henved hundrede år, ser vi stadig en stigning i mennesker, som vil betegne sig selv som stressede. Vi lader altså til ikke at have forstået stress som fænomen godt nok til at kunne mindske forekomsten af dette fænomen, som både koster samfundet mange penge og det enkelte individ megen livsglæde. Derfor ser jeg det også som et interessant fænomen at beskæftige sig med; at afsøge nye aspekter af hvordan og hvorfor vi har så svært ved at ændre på dette fænomens udvikling i- og mellem mennesker. Der findes dog allerede en lang række såkaldte stressparadigmer, og antallet varierer alt efter hvem man spørger. Sundhedsstyrelsen forsøgte i 2007 at danne overblik over de forskellige stressparadigmer, og lister de seks de fandt: 1) Det belastningsorienterede, 2) Det copingorienterede, 3) Det personlighedsorienterede, 4) Paradigmet om italesættelse, 5) Det psykofysiologiske, 6) Det anerkendende (Nielsen & Kristensen, 2007, pp. 10-15). Man kan undre sig over at der er blevet forsket i dette fænomen så længe, og fra forholdsvist mange vinkler, og at den bredeste konsensus om hvad stress er, tager udgangspunkt i de biologiske og evolutionære teorier. Disse biologiske perspektiver på stress i mennesket som organisme, mener jeg dog har en begrænset forklaringskraft i forhold til at afklare normative spørgsmål om hvordan vi bør indrette vores samfund og arbejdspladser. Derfor er det nødvendigt fortsat at udvide det teoretiske grundlag at tolke stress ud fra, hvilket ovenstående paradigmer vidner om. Det er på det seneste sket med et nyt og anderledes bud på en forståelse af stress, som jeg mener har potentiale for at bidrage med en interessant begrebsapparat. Der er en spirende tradition indenfor international stressforskning der undersøger forholdet mellem oplevelsen af moralsk bekymring eller moralsk ubehag og stress. Dette mener jeg er et lovende perspektiv, der lader til at kunne italesætte moral som en mere omfangsrig del af menneskets liv, der, på trods af (eller måske på grund af) ikke eksplicit at italesættes som en kæmpe ind-

flydelse i vores hverdag, måske spiller en større rolle i stressudvikling end vi umiddelbart tror. Et citat fra stressforsker Nadja Prætorius udlægger meget godt hvordan stress kan være en reaktion på noget svært bestemt, men konstant underliggende, i vores socialitet i hverdagen, som de stressramte vidner om:

Undertiden minder de mig om kanariefuglene, som minearbejderne havde med ned i mineskakterne, og som med deres liv som indsats gav varsler om giftige og dræbende luftarter, inden arbejderne selv registrerede det. På samme måde kunne man tænke sig, at de stressramte leverer vidnesbyrd om, at der foregår noget, mennesker ikke kan tåle. (Prætorius, 2007, p. 183).

Inden for den eksisterende forskning omkring *moralsk stress* fokuseres der dog mest på explicit moralske valgsituationer, og begrebet moralsk stress beskrives som en specifik måde at få og have stress på. Der er nogle få artikler om bestemte jobgrupper som psykologer, universitetsundervisere og ledere, og generelt har der mest været fokus på jobs indenfor sundhedsvæsenet. Især sygeplejersker har været i fokus, hvor en tidlig definition af moralsk stress orienterer sig efter de institutionelle begrænsninger af sygeplejerskens mulighed for at handle på deres etiske fordringer (Sørensen, 2015, p. 202-204). I en artikel fra 2003 hvor forskning på området opsummeres, lød en overordnet beskrivelse “[...]moral stress is experienced when nurses are aware of what ethical principles are at stake in a specific situation and external factors prevent them from making a decision that would reduce the conflict between contradicting principles.” (Lützén et al., 2003, p. 314). Som denne definition fremhæver, så tager beskrivelsen af moralsk stress udgangspunkt i en spænding mellem individets moralske vurdering af en situation og så de mulige handlinger indenfor arbejdspladsens institutionelle rammer (eksempelvis arbejdstid og økonomiske ressourcer). Der bliver dog ikke videre beskrevet hvad hverken moral eller den moralske spænding i situationerne nærmere består i, eller hvorfor det kan føre til ubehag (DeTienne et al., 2012; Lützén et al., 2003; Reynolds et al., 2012; Wocial & Weaver, 2013). Ved at fokusere på specifikt moralske situationer og dilemmaer som ledende til en bestemt type stress, lægges der heller ikke op til at kunne tale mere generelt om stress som havende en moralsk komponent, og muligheden for at arbejde med er moralsk stressparadigme, som kunne give nye perspektiver til den almene forståelse af stress. Dermed lader der til at være mulighed for at give uddybende perspektiver på hvordan stress kan være moralsk betinget, og hvordan vi kan anlægge et mere kritisk blik på moral på arbejdspladsen. Det vil jeg gøre med nedenstående problemformulering og underspørgsmål som rettesnor.

1.1 Problemformulering

- Hvordan kan begrebet moral udvide vores forståelse af stress?
 - Hvilke konsekvenser kan vi drage om vores måde at organisere et fællesskab som en arbejdsplads ud fra et stress-begreb der i højere grad inddrager et begreb om moralitet?
 - Hvordan kan man placere ansvar for stress ud fra et moral-perspektiv?

1.2 Argumentation for valg af teoretikere og filosofisk indgangsvinkel

Jeg vil besvare denne problemformulering og give mit bud på hvordan man kan fremme et moral-perspektiv på stress ved at inddrage en to danske forskere, som på hver deres måde kan ses som proponenter for forskningen indenfor moralsk stress, nemlig Pelle Korsbæk Sørensen og Pernille Steen Pedersen. Pelle Sørensen som nu forsker på RUC, og i 2015 afleverede sin ph.d-afhandling om moralsk stress anlægger et sociologisk blik på stress i relation til selvcensur. Pernille Pedersen der nu forsker på CBS, og som i 2016 udgav bogen *Slip stress ud af skammekrogen*, baseret på hendes ph.d-afhandling om stress som udspringende af skam, anlægger en mere psykologisk og emotions-orienteret vinkel på stress.

Min teoretiske indgangsvinkel til at arbejde med Sørensens og Pedersens respektive konceptualiseringer af stress er Friedrich Nietzsche og hans udlægning af moralens tilblivelse og indvirkning på mennesket, med fokus på hans værk *Moralens oprindelse* fra 1887. Jeg vil kontrastere hans teori med Simone de Beauvoir og hendes værk *Ethics of Ambiguity* fra 1947, hvori hun skitserer en eksistentiaalistisk etik.

Jeg mener at Nietzsches værditeori er en interessant kritisk vinkel på, hvordan vi som mennesker kan være med til at skabe forudsætninger for vores egen og hinandens liden under bestemte værdier; opgavens specifikke fokus vil være på værdier i en arbejdslivskontekst. På den måde vil hans teori kunne give et bredere og mere kritisk perspektiv på, hvad moral kan indebære i en stress-kontekst, end hvad der lægges op til indenfor den nuværende forskning i moralsk stress. I forlængelse af Nietzsches egen karakteristik af hans arbejde i *Moralens oprindelse*, således vil jeg mene at hvad der muligvis er behov for - og muligvis også hvorfor vi lige nu ser en fremkomst af nye bud på italesættelse af vores liden under arbejdets og dagligdagens fordringer – er et oplæg til en omvurdering af værdier i vores (arbejds)liv (Nietzsche, 1993, pp. 11, 21).

Jeg mener at de Beauvoir i sin eksistentiaalistiske udlægning af menneskets natur både har væsentlige overlap med Nietzsches måde at se individets forhold til værdier og religioner, men samtidig står som en kontrast til hans i høj grad individualistiske og amoralistiske menneskesyn. Derfor

mener jeg hendes teori både komplimentere hans værditeori, men også giver muligheden for at tilføje et mere humanistisk præg, og i højere grad kan levere en handlingsanvisende retning for mennesket. Ud fra ovenstående indledning vil jeg beskrive denne opgaves opbygning som et forsøg på undersøge stress gennem en linse af socialfilosofisk metaetik, i et sundhedsfilosofisk skær.

Opgaven vil bestå af følgende elementer: I kapitel 1 vil jeg først etablere hvad der tales om når jeg bruger begrebet stress. Sådant en etablering vil jeg skabe ved en kort gennemgang af stressbegrebets genealogi, for at fremhæve udviklingen i vores stressforståelse og begrebets dynamiske karakter. Derudover vil jeg i kapitel 2 give en beskrivelse af vores nutidige basale forståelse (eller mangel på samme) af stress, og hvordan Sørensen og Pedersens nye forklaringer af stress kan danne udgangspunkt for en bredere indgang til stress fra et moral-perspektiv. I kapitel 3 vil jeg introducere Nietzsche som mit teoretiske udgangspunkt og afklare tolknings spørgsmål samt redegøre for de af hans begreber der er mest centrale for at besvare problemformuleringen. I kapitel 4 og 5 behandler jeg derefter Sørensen og Pedersens konceptualiseringer af stress ud fra Nietzsches filosofi, hvor jeg blandt andet vil argumentere for at vi bør forstå moral som et bredere fænomen end der lægges op til af dem begge, som ikke kun kan lægge til grund for stress på arbejdspladser, men også skabes af magtesløse individer, som kan være stressede grundet forandringer på arbejdspladsen. Jeg giver efterfølgende i kapitel 6 en kontrastering af denne udlægning med de Beauvoirs eksistentialistiske etik, hvor jeg vil argumentere for at vi kan handle på denne situation, både individuelt og kollektivt med et fokus på vores gensidige betingelse af hinandens frihed og oplevelse af selvudfoldelse. Jeg vil slutte med i kapitel 7 at give et kort oplæg til hvordan min tese om moralens betydning for stress kan lægge grunden til en mere generel stressforståelse.

Kapitel 1 – Genealogisk gennemgang af stressbegrebet

Før stress blev brugt til at beskrive en kropslig tilstand med, var det oprindeligt brugt som et udtryk for lidelse eller lede ved livet, ofte påført af nogen eller noget eksternt til individet; 'hardship' mere specifikt, ifølge Cary Cooper og Philip Dewe, der har skrevet bogen *Stress – a brief history*, som jeg vil læne mig op ad i denne gennemgang af stressbegrebets udvikling. Dette var den generelle betydning op til slutningen af 1600-tallet. Her introducerede Robert Hooke begrebet som metafor indenfor fysikken og ingeniørvidenskaben, til at beskrive materialers og konstruktioners forandringer når de udsættes for belastninger. Et begreb der overført på mennesket bliver til en metaforisk beskrivelse af personer som maskiner eller systemer med en bestemt mængde energi der kan opbruges før et sammenbrud indtræffer (Cooper & Dewe, 2006, pp. 2f.; Becker, 2013, p. 4). Det var

altså disse metaforikker – hhv. ingeniørens belastning og den almene befolknings lidelse - der var styrende for begrebets betydning i århundrederne op til 1900-tallet.

Før stressbegrebet oplevede den måske største transformation i 1930'erne, var der dog et par teoretikere som ikke specifikt arbejdede med stressbegrebet, men som var med til at forme måden menneskets sundhed blev opfattet som et spørgsmål om indre eller ydre faktorer. I 1869, før stress blev brugt som medicinsk betegnelse, opstod begrebet *neurasteni*, som den amerikanske læge George Miller Beard brugte til at beskrive en oplevelse af nervernes udmattelse. Neurasteni blev kædet sammen med en lang række symptomer: Søvnløshed, hovedpine, fordøjelsesbesvær, vægttab, impotens, lammelser, irritabilitet, nervesmerter, angst, depression og en generel følelse af svaghed og mangling på ambition. Beard og andre forklarede sygdommen ud fra samfundets øgede acceleration, i høj grad båret frem af industrialisering og teknologiske udviklinger (Alfort, 2016; Beck, 2016). Selvom neurasteni var en meget bred og svært definerbar sygdom, så havde Beards introduktion af diagnosen to interessante sociale effekter: Den mindskede den sociale misbilligelse forbundet med sygdommens symptomer, og, i sammenhæng hermed, bidrog den til at gøre diagnosticeringen mere medicinsk og ikke moralsk (Cooper & Dewe, 2006, p. 5). Men på trods af at beskrivelsen af symptomerne på neurasteni på mange måder kan lyde som lig dem vi forbinder med stress i dag, så blev stress fra begrebets medicinske fødsel i 1930'erne af Hans Selye dog beskrevet som en ren kropslig mekanisme uden fokus på samfundets rolle. For på trods af at der gennem århundrederne har været skiftende tilfælde af sygdom eller tilstande bidragende til sygdom, som har været tilskrevet ikke-fysiske fænomener - såsom forskellige nervesygdomme, hysteri, melankoli, og til dels altså også neurasteni - så blev der, af den franske læge Claude Bernard omkring samme tid som Beards nye diagnose, sat fokus på at forstå mennesket rent biologisk og mekanisk. Han var fortaler for et syn på mennesket som rummende et indre miljø, et *milieu intérieur*, som må holdes i balance. Han påpegede at det er “the fixity of the milieu intérieur that is the condition of free and independent life”, og Bernards arbejde har været med til at opridses et stadig eksisterende skel mellem en reduktionistisk og anti-reduktionistisk menneskeforståelse, hvor man kan sige at den biologisk reduktionistiske forståelse af mennesket og det disposition for at opleve stress vandt udbredelse i starten af 1900-tallet (Cooper & Dewe, 2006, pp. 5f.). Blandt andet hos den amerikanske fysiolog Walter Cannon som fra omkring år 1914, og tre årtier frem, var med til at introducere psyken i medicin. Han bidrog til vores stressforståelse med hans begreb *homeostase*, som, i forlængelse af Bernards *milieu intérieur*, er en betegnelse menneskets evne til at holde sig i en nogenlunde stabil tilstand over tid på trods af ydre påvirkninger, herunder stresspåvirkninger. Han var i forlængelse heraf interesseret i hvordan vi

kan finde grænserne for opretholdelsen af denne homeostase og dermed også de bagvedliggende 'sikkerhedsmekanismer' (Ibid., pp. 14f.). Cannon introducerede også den evolutionære sammenhæng mellem følelser og instinkter, den såkaldte *fight or flight-mekanisme*, som en måde at tilpasse os truende situationer. Ifølge Cannon er denne mekanisme en generel respons på fysisk såvel som mental stress. Cannon havde dog mere fokus på den menneskelige organismes generelle funktion end stress som specifikt forskningsområde, og han brugte aldrig begrebet klart defineret som en mere eller mindre kropslig eller følelsesmæssig påvirkning eller reaktion (Ibid., pp. 16f.).

Ordet stress blev dog i 1936 netop brugt som beskrivelse af specifikke kropslige og biologiske reaktioner, og grunden blev lagt for den nutidige biologiske forståelse. Det blev den af den canadiske læge Hans Selye, som brugte stress til at beskrive den biologiske tilstand at forhøjet kortisol og adrenalin, som han observerede i rotter han havde udsat for forskellige slags fysiske pinsler. Dermed opstod stress på ny som betegnelse for en kropslig reaktion på- og tilpasning til ydre omstændigheder, nærmere bestemt som regulering af det han kaldte vores *general adaptation system* som fungerede i tre faser: *Håndtering*, *øget resistens*, og *nedbrud*. Der blev efterfølgende lagt et større fokus på hvordan et sådant nedbrud kunne opstå, uden den slags specifikke stresspåvirkninger som når Selye eksempelvis brækkede benene på sine forsøgsrotter (Alfort, 2016).

Det blev der blandt andet søgt svar på gennem funktionalismen i første halvdel af 1900-tallet, som var stærkt præget af amerikansk pragmatisme og progressivitet. Funktionalismen fokuserede på de forskellige kropslige systemers funktioner end deres indhold, og dens fortalere så i høj grad videnskabens værdi i dens anvendelighed; herunder også psykologiens evner til at gøre en forskel og hjælpe individer til bedre muligheder for "mental adjustment", eller mere industrielt udtrykt: Mental hygiejne. Dette nye fokus var også en del af en større åbenhed overfor den nyere psykosomatiske medicin der i højere grad fokuserede på sammenhængen mellem emotioner og sygdom; en retning voksede frem gennem et behov for at forklare sygdom der ikke kan beskrives som forårsaget af en ydre aktør (Cooper & Dewe, 2006, pp. 10, 12f.).

Arven fra Selye og den efterfølgende funktionalisme og behaviorisme tages videre i 1950'erne af den amerikanske psykologiprofessor Richard Lazarus, i et forsøg på at undersøge individets muligheder for at regulere og optimere sig ud af stress. Meget af vores nuværende fokus på kognition i forståelsen af stress kommer fra Lazarus. I efterkrigstiden gik han imod den foregående behaviorisme, og blev den muligvis mest betydningsfulde figur indenfor stressforskning i det tyvende århundrede. Han fremhævede at vi bliver nød til at tage højde for individuelle forskelle i kognitive variabler - såsom attituder, forestillinger og forventninger - der medierer mellem stresspåvirknin-

gen og stressreaktionen (Ibid., pp. 67-69). Han så individets *vurderinger* som den basale analyseenhed når det handlede om at undersøge årsagerne til stress, og i sammenhæng hermed begyndte han også for alvor at bruge begrebet *coping* (også omtalt på dansk som *mestring*) omkring de mekanismer og strategier vi bevidst eller ubevidst gør brug af når en given vurdering virker stressende på os (Ibid., p. 69-71).

På trods af at stressforskningen fra slut 50'erne og frem lægger større vægt på individets forhold til og mediering af omverdenen, så tyder noget på at der efterspørges et endnu større blik på stress som fænomen betinget af andet end individet. Tanja Kirkegaard, psykolog og ph.d, ser begrebstraditionen fra hhv. Selye og Lazarus som fortsat retningsgivende for vores forståelse af stress i dag:

Lazarus og Selye sætter ikke stress i kontekst. Selye gør stress til noget mekanisk, til en reaktion, der sker for et passivt subjekt. Lazarus placerer ansvaret i individet og gør det til en medskaber af stressen.[...] Det får den enkelte til at tilpasse sig, i stedet for at vi kollektivt reflekterer, handler og ændrer vores fælles situation. (Alfort, 2016).

Selvom vi forskningsmæssigt stadig er på vej mod en bredere forståelse af stress som relateret til miljøet, så lader stress imidlertid til at være blevet et strukturerende element af vores hverdag gennem vores sprog. I løbet af anden halvdel af 1900-tallet sker der en stor udbredelse i interessen for stress, som i stigende grad også finder vej til den brede befolkning. Denne almene interesse i fænomenet kan markeres med New York Times' første artikel om stress i 1976. Derudover kan man tydeligt se udbredelsen på antallet af udgivne artikler med ordet stress som del af titlen: Mellem år 1970 og 1980 var tallet 2326, og 20 år senere, mellem år 2000 og 2010, er antallet af artikler med begrebet stress oppe på 21.750 (Becker, 2013, p. 2). På trods af den betydeligt voksende interesse og brug af begrebet, er vores forståelse dog i høj grad forsat i en individualiserende og mekanisk retning. Ifølge den amerikanske psykologiprofessor Dana Becker er den nutidige forståelse af stress formet af fremvæksten af især neurobiologien, neuropsykologien og den kognitive psykologi. Hun mener at det er de videnskaber der i højeste grad forklarer stressen for os i vores samtid, og som fokuserer på et personligt *management* af vores helbred i stedet for at ændre på de vilkår der påvirker vores helbred (Ibid., pp. 6f.). På trods af at hun repræsenterer en skepsis over for den hovedsagligt naturvidenskabelige udlægning af stress, afviser Becker dog ikke eksistensen af stress som virkeligt fænomen med konsekvenser for de ramte; men hun mener vi bør være opmærksomme på begrebets betydning for vores måde at indrette vores liv og samfund på:

Stress is “real” in the sense that people experience it and may suffer as a result of it, but it

also can be said that the concept of stress has been created (and re-created) at certain places and times in our history and that it performs certain functions for our society. (Ibid., p. 17).

Kapitel 2 – Stress i vores samtid

Efter at have udlagt hvordan vores måde at se stress på har ændret sig gennem tiden, vil jeg i dette kapitel give et kort oprids af den basale biologiske forståelse af stress i dag, som der lader til at være bred enighed om, og herunder hvordan fænomenet beskrives af sundhedsmyndighederne. Jeg vil derigennem fremhæve hvordan stress er et svært håndterbart fænomen, og hvorfor det er nødvendigt at bevæge sig ud over biologiens område og afsøge nye forklaringsmodeller for at kunne tale om forebyggelse af stress. Jeg vil dernæst introducere Sørensen og Pedersens foreskellige konceptualiseringer, som jeg mener er én vej til at imødekomme den mangel i forklaringskraft som kan ses i biologien. En sådan mangel imødekommer de ved, som jeg ser det, at rette fokus mod stress som henholdsvis strukturelt betinget og emotionelt betinget. Jeg mener at de giver konstruktive udvidelser af vores måde at forstå stress på, ved at inddrage perspektiver der i højere grad relaterer sig til personers oplevelser af stress i forhold til deres miljø på arbejdspladsen, samt deres emotionelle reaktioner på deres egen position og relationer på arbejdspladsen. Jeg mener dog også at der kan argumenteres for et bredere perspektiv på stress, der kan give et mere generelt svar på hvordan stress forekommer hos mennesker som konsekvens af deres moralske forhold til sig selv og deres omgivelser.

2.1 Et svært håndterbart fænomen

Som tidligere nævnt er stress et relativt stort problem i dag på samfundsplan. Vores viden om de fysiologiske aspekter af stress er dog også blevet mere og mere detaljeret med tiden, og der er i dag en dybdegående forståelse af stressens biologi som ofte refereres til, blandt andet kortisoludskillelsen. Jeg vil eksemplificere denne generelle biologiske forståelse med udgangspunkt i erhvervspsykolog Tue Isaksens bog *Biologisk Stress*, som er udgivet i samarbejde med Arbejds miljøcentret, hvorfor jeg tillader mig at se den som repræsentativ for nogle af de mange stressforståelser der flourer på det danske arbejdsmarked.

At vi har viden om stressens fysiologi er dog ikke ensbetydende med at det er nemt at diagnosticere eller indkredse. For det første fordi det ikke var en selvstændig diagnose i ICD10, og som sådan heller ikke er en sygdom (Wandall, 2017). Det samme gælder i den nye ICD11, hvor udbrændthed dog optræder; godt nok som arbejdsrelateret lidelse og ikke som en medicinsk tilstand (Gould, 2019). Ifølge sundhedsstyrelsen er stress nærmere en faktor i sygdomsudvikling, og ordet

kan ifølge dem bruges om tre forskellige momenter i udviklingen af denne faktor, nemlig som *stressor*, *oplevet stress* og *stressreaktion*. Sundhedsstyrelsen forklarer sammenhængen mellem de tre momenter således:

Den ene opfattelse er ikke mere korrekt end den anden. En stressor kan resultere i oplevet stress, der kan forårsage en stressreaktion. Samtidigt kan en stressor fremkalde stressreaktioner uden oplevet stress, og stressreaktioner kan i sig selv fungere som stressor. Oplevelsen af stress er dermed subjektiv, men afhænger af faktorer såsom egne og miljøbestemte ressourcer og af, hvordan man individuelt fysisk og psykisk reagerer på og håndterer stressen, såkaldt 'coping' (Sundhedsstyrelsen, 2020)

At stress kan optræde i flere former og ikke er en diagnose i sig selv, kan være problematisk på flere områder. Et af disse problemer er beskrevet i en artikel i Ugeskrift for Læger fra sidste år, hvor der gives et overblik over udfordringerne med at indkredse arbejdsrelateret stress (ARS). Her gennemgås hvordan forskellige studier bruger forskellige betegnelser – såsom udbrændthed og sågar neura-steni, der dog ikke er videre anerkendt længere i Vesten – til at indkredse og diagnosticere ARS. Problemet er at det biologisk er meget svært at skelne stress fra depression, da det er nogle af de samme hormonelle mekanismer der aktiveres. At vi i Danmark derfor ikke har en tilgængelig diagnose til at betegne stress direkte, resulterer i at der lige nu bruges flere forskellige arbejdsmedi-cinske diagnoser til at beskrive ARS. I Sverige har man forsøgt at overkomme problemet med at indkredset fænomenet ved simpelthen at lave en ny diagnose, det såkaldte *udmatningssyndrom*, som man så kan diagnosticere folk ud fra (Rotvig et al, 2019). Det er dog tydeligvis ikke nødvendigt at have biomarkører der adskiller stress fra depression, for at kunne forklare, forebygge og behandle fænomenet, da der i en anden artikel fra samme tidsskrift forklares hvordan mindfulness kan være en mulig vej til at mestre, eller cope med, stress (Boutrup et al., 2019).

Min pointe med denne gennemgang er at stress er et relativt gammelt begreb, hvis betyd-ningsindhold har gennemgået flere ændringer, og at vi på trods af at have en vis viden og enighed om hvordan vi definerer en stressreaktion i kropsligt regi, ikke kan give en entydig forklaring på hvad der fremkalder en sådan reaktion i vores moderne samfund og hvordan vi skal behandle den ud fra et naturvidenskabeligt perspektiv. Jeg vil dog eksemplificere hvordan der gøres forsøg på at arbejde med løsninger på stressproblematikken ud fra et biologiske grundlag, og hvorfor dette vil have sine begrænsninger.

2.2 Biologiens grænser

Tue Isaksen argumenterer i hans bog for at vi har meget at hente i det biologiske syn på stress. Han mener at en ren biologisk beskrivelse af de hormonelle og neurologiske systemer der aktiveres når vi er stressede, vil gøre det nemmere at forholde sig til, både for de stressede selv men også for le-derne.

Isaksens udlægning af stress i biologiske termer bygger på Walter Cannons begreb om homeostase, samt senere forskning ud fra Hans Selyes opdagelse af de biokemiske stressmekanismer, og så det nyere begreb *allostasis* fra Peter Sterling og Joseph Eyer i 80'erne. Allostasis er som begreb en dynamisk respons på-, og gentænkning af, det mere statiske udtryk for organismens balancetilstand, homeostase. Allostasis er en betegnelse for hvordan organismen opretholder stabilitet ved at igangsætte forandringer (Arminjon, 2016, p. 398). Isaksen tolker her allostasis som en potentielt bevidst mekanisme, hvor vi selv kan handle for at tilpasse os til stressende situationer (Isaksen, 2016, pp. 32-37). Isaksen lægger sig dermed også op ad en generel definition på stress som kaldes *allostatic load*. Denne definition bygger på antagelsen om at stress opstår når de allostatiske reguleringsmekanismer bliver dysfunktionelle over længere tids aktivering, og derefter tiltagende indvirker negativt på den mentale og fysiske sundhed (Boutrup, 2019, p. 1; Isaksen, 2016, p. 46). Isaksen udlægger også hvordan kroppens fysiologiske reaktion består af en aktivering af den såkaldte *hypothalamus-hypofyse-binyre-akse* (HPA-aksen). Her er tale om et system der ændrer organismens energifordeling – blandt andet ved udskillelsen af hormonet kortisol – som evolutionært er udviklet til at reagere på en umiddelbar trussel og fare (Isaksen, 2016, pp. 37, 41). Isaksen udlægger hvordan stress opstår som en aktiveringen af HPA-aksen, der på længere sigt påvirker produktionen af dopamin og serotonin, og hvordan der kan opstå en slags feedbacksystem mellem vores emotionelle responsevne og indvirkningen på serotonin- og dopaminproduktion, og så kortisolproduktionen. Han udfolder på omtrent en halv side, hvordan vores perception af vores stressbelastning kan indvirke på vores emotioner, og dermed vores serotoninssystem og kortisolregulering. Han konkludere herefter at vi i højere grad end HPA-aksens aktivitet, bør fokusere på systemerne der regulerer produktion af dopamin og serotonin, som henholdsvis sker gennem vores forventning til belønning og vores oplevelse af kontrol; hvorfor det lige er de to begreber får vi dog hverken uddybet eller angivet kilder på (Ibid., pp. 48-50).

Selvom Isaksen tager stærkt udgangspunkt i den viden vi har om fysiologien bag stress, erkender han at der opstår et problem i at fortolke hvad denne viden så betyder for vores liv og arbejdsmiljø (Ibid., p. 26). At han sætter ordene *kontrol* og *forventning* som de grundlæggende fakto-

rer for udviklingen af stress hos en person, opfatter jeg så som hans fortolkning af hvad denne viden betyder for vores liv. Med udgangspunkt i disse to subjektive oplevelser af en persons relation til sin omverden, sammenholdt med hans egne erfaringer som erhvervspsykolog, udfolder Isaksen en forklaring på hvad der på vores samtids arbejdspladser gør, at der er et historisk negativt udsving indenfor disse to faktorer og dermed en stigning i forekomsten af stress. Han peger her på selvcentrering og ledelse styret af individualisering. Han konstaterer at individualisering og selvcentrering fylder mere i samfundet og efterhånden også på arbejdspladsen, hvilket kommer til udtryk ved at vi sætter medarbejderens mål og behov før virksomhedens, hvilket har nogle negative konsekvenser for netop medarbejderens tendens til at udvikle stress (Ibid., pp. 17f.):

Vi tager afsæt i vores egne værdier i alt, hvad vi gør på jobbet. Den udvikling har i mine øjne fået to alarmerende konsekvenser. Den ene er, at vi er blevet så selvcentrerede, at vi har fået sværere og sværere ved at acceptere de vilkår, som alle arbejdspladser er underlagt. [...] Det gælder også de ændringer og mere vedvarende udviklingstiltag, som er et af grundvilkårene for nutidens organisationer. Derfor er vi begyndt at kæmpe imod dem med så voldsom en ihærdighed, at konfliktniveauet bare stiger og stiger, med øget stress til følge. [...] For vi mener, at vi har indflydelse på selv de mest fundamentale vilkår. Problemet er, at det har vi ikke – og det skal vi heller ikke have. (Ibid., pp. 22f.)

Han mener simpelthen at vores forgæves forsøg på- og forventning om indflydelse i sidste ende fører til en oplevelse af kontroltab, som er noget af det første der skaber angst og stress (Ibid., p. 23). Jeg mener imidlertid at det er problematisk at foretage sådan en vurdering af menneskers vilkår på arbejdspladser på baggrund af en biologisk forståelse af hvordan stress forekommer i organismen. Som min gennemgang indtil videre har vist så har vi siden 1930'erne haft en vis viden om hvordan det vi kalder stress påvirker kroppen, og derigennem også personen. Derfor kan vi også sagtens arbejde med hvordan vi kan forklare og håndtere disse ændringer i internt i kroppen. Men en ting er at forsøge at fastlægge hvilke diagnostiske parametre vi vurderer stress ud fra - altså *hvordan* det kan observeres - en anden ting er et forklare *hvorfor* fænomenet opstår og hvordan det opleves. Når man som Isaksen, i forsøget på at konkludere noget om vores måde at indrette vores samfund og arbejdsmarked på, bevæger sig fra at beskrive en kropslig tilstand med udgangspunkt i biologiens deskriptive termer, til normativt at beskrive vores adfærd, er der stor risiko for at begå en naturalistisk fejlslutning. Det mener jeg i den forstand at der i en biologisk selvtilstrækkelighed lægges op til at vi kan gå fra beskrivelser af hvordan mennesket ideelt fungerer, til en lang række arbitrære beskrivelser af hvordan vi så bør sørge for at denne ideelle tilstand opnås; normative beskri-

velser som ikke er teoretisk funderede på andet end deskriptive sætninger om mennesket som organisme. Dette mener jeg er en for begrænset måde at arbejde med forekomsten af stress på, hvorfor vi må kigge mod nye forklaringsmodeller.

2.3 Nye perspektiver i stressforskning

Som fortalere for en nylig udvidelse af vores stressforståelse vil jeg fremhæve Pernille Pedersen og Pelle Sørensen, som interessante bidragsydere. Jeg vil dog argumentere for at det er oplagt at udvide vores forståelse af stress som moralsk fænomen endnu mere end der lægges op til i deres bud.

Ud fra Pedersens ph.d-afhandling og de 32 interviews der udgør hendes empiriske materiale har hun en stærk formodning om at skam er et væsentligt element i udviklingen af stress, og at vi bør gentænke vores håndtering af stress:

Kernen i min forskning står dog allerede klart: *Bag stressrelaterede sygemeldinger ligger der en skjult skamfølelse, som har sat en spiral af fejlkommunikation og misforståelser i gang. En skamfølelse, der gør gængse metoder til at håndtere stress uvirksomme og farlige.* (Pedersen, 2016, p. 15)

Hendes udgangspunkt er her at stress kan dække over: “[...] en bred vifte af psykiske helbredsproblemer, herunder også depression og angst, som ofte udspringer af stressen.” (Ibid., p. 14). Pedersen arbejder med et menneskesyn hvor subjektet får en relativt passiv rolle. Dette kommer til syne gennem hendes kritik af to tidstypiske tilgange til håndteringen af pres, både på arbejde og mere generelt. Hun skriver det selv forholdsvis kort: “Både anerkendende ledelse og Svend Brinkmann tager efter min vurdering afsæt i en “overtro” på vores evner til at handle fornuftigt og træffe fornuftige beslutninger.” (Ibid., p. 42). Denne afstandtagen fra hvad hun ser som rationalistiske, idealistiske eller socialkonstruktionistiske menneskesyn, går igen i hendes formulering af endnu en tydelig præmis for hendes undersøgelse af stressbegrebet:

Realisme er ikke rationalisme; realisme er det muliges kunst. De bedste løsninger er ikke de løsninger, der ville være optimale løsninger, hvis vi ikke kan udføre dem. De bedste løsninger er dem, der kan lade sig gøre, og som samtidig har en positiv konsekvens for den konflikt, der er i spil. (Ibid., p. 51)

Hendes bud på en mere realistisk tilgang til stress-begrebet tager udgangspunkt i den tyske psykoanalytiker Leon Wurmser og hans udviklingsteori om skam. Her fremhæver hun skammen som særlig tydelig i situationer, hvor en søgen efter kærlighed bliver afvist. Hun skriver at vi gennem vores opvækst indlærer at der er måder vi kan gøre os 'fortjente' til, og til en hvis grad kontrollere, at blive

elsket – og på den anden side bebrejde os selv hvis vi ikke bliver det. Dette ser hun også ske på arbejdspladser - eksempelvis når folk forsøger at præstere det ypperste uden at være bedt om det - som et udtryk for et behov for kærlighed. I situationer hvor man ikke (kan) lykkes med at leve op til vores ideal om at være dygtige, kan vi føle os skamfulde, og i princippet uafhængigt af andres fordringer til os. Dette ser hun også som en stigende tendens, i og med at vi investerer os selv mere følelsesmæssigt i vores arbejde i dag end tidligere (Ibid., pp. 66-69).

Pedersen udfolder i sin egen model, hvordan forandringer på den ene eller anden måde igangsætter en nedadgående spiral af stressbelastning. Her mener Pedersen at der er brug for et nyt anerkendelsesbegreb, nemlig det hun kalder *Den Nye Relationelle Anerkendelsespraksis* (Ibid., p. 113f., 130f.). Dette anerkendelsesbegreb danner hun gennem en kritik af blandt andet Honneth og tænkningen indenfor anerkendende ledelse (AI):

Det er min klare overbevisning, at Honneth og anerkendende ledelse ikke kan indfange, at vi kan have en skamfølelse og en samvittighed, der kan forvrænge og til tider direkte omtolke det, der bliver sagt, så det får en helt anden betydning hos modtageren, end afsenderen har til hensigt. (Ibid., p. 111)

Pedersens forsøger med sit syn på anerkendelse at tage højde for at man i stressede situationer og i manglen på anerkendelse, kan have en "skadet" dømmekraft og realitetsopfattelse, som lederen bør forholde sig til, og på en vis agere "vikar for samvittigheden" hos den stressede medarbejder (Ibid., p. 172).

Hos Sørensen finder vi et mere strukturelt perspektiv. Han beskriver en grundlæggende tredeling i forståelsen af stress: "[...]om tilstanden forstås som faktorer i omgivelserne, der påvirker individet, som en individtilstand eller som det interaktionelle forhold mellem omgivelser og individ." (Sørensen, 2015, p. 189). Han arbejder selv med "[...]et sociologisk orienteret stressbegreb, der anerkender, at stress er betydningsfuldt for individet og kan udtrykkes individuelt alt efter, hvem man er, men også at der findes organisatoriske belastninger, som rammer større grupper på samme måde." (Ibid.).

Hans undersøgelse af stress-begrebet fra 2015 tager udgangspunkt i den franske pragmatiske sociologi, nærmere bestemt Eve Chiapello og Luc Boltanskis værk *Kapitalismens nye ånd*, og Boltanski og Laurent Thévenots værk *On Justification*. Sørensen trækker i høj grad på Boltanski og Thévenots begreb *retfærdiggørelsesregimer*, som betegner de logikker og værdier vi trækker på når vi ytrer kritik eller løser konflikter (Ibid., pp. 33, 42f.). Han udvider deres repertoire af retfærdiggø-

relsesregimer med hans egen teoretiske konstruktion, *offentlighedsregimet*, for at kunne analysere forholdet mellem ytringsfrihed og arbejdsliv. Offentlighedsregimet baserer Sørensen på Immanuel Kants skrift *Hvad er oplysning?*, som et paradigmatiske eksempel på det værdimæssige grundlag, som især højtuddannede vidensarbejdere ytrer kritik ud fra (Ibid., pp. 46-48, 62f.). Han bruger offentlighedsregimet som udgangspunkt for både en empirisk undersøgelse og kritik af denne gruppes oplevelse af at udøve selvcensur på arbejdspladsen. Konkret baserer han denne kritik på sin egen spørgeskemaundersøgelse blandt Dansk Magisterforenings medlemmer. Han mener hos denne højtuddannede gruppe på arbejdsmarkedet at have en stærk repræsentation af den persontype, der vil befinde sig indenfor offentlighedsregimet, i situationer der ansporer til kritik af arbejdsforhold (Ibid., pp. 78, 112-117). Ud fra denne undersøgelse konkluderer han: "Oddsene er 4,9 gange større for at være meget stresset, hvis medarbejderen udøver selvcensur sammenlignet med dem, der ikke udøver selvcensur." (Ibid., p. 199). På trods af undersøgelsens orientering mod DM's medlemmer, så pointerer Sørensen at denne moralske stress i princippet kan ramme alle faggrupper og medarbejdere som: "[...] baserer sin identitet på deltagende eller demokratisk adfærd i arbejdslivet", eller som også lever op til hans beskrivelse af offentlighedsregimet:

I offentlighedsregimet er deltagelse i oplysningsprocessen både et personligt og et fælles anliggende. Hvis individet ikke føler sig i stand til at komme ud med den viden, som han eller hun sidder inde med, må det antages, at det kan føre til ubehag. (Sørensen, 2015, p. 202).

At der her bliver tale om lige netop moralsk stress argumenterer Sørensen for med inddragelse af en definition fra Elizabeth Epstein og Sarah Delgado, som han delvist bruger til at modellere sin egen definition ud fra: "Moralsk stress opstår, når medarbejdere oplever, at de ikke kan handle ud fra deres moralske fordringer. Moralsk stress er derfor forbundet med tavshed, selvcensur og tilbageholdelse af viden, andre burde kende til." (Ibid., p. 203, 251). Sørensen foretager så selv sin egen kobling mellem hans offentlighedsregime og moralsk stress:

Det individ, som ønsker at leve op til den idé om det fælles gode, som er styrende i offentlighedsregimet, vil føle stress, når det ikke er muligt at komme ud med sin viden eller kritik. Stress af denne type kan bedst beskrives som moralsk stress.[...] Der er således tale om konkrete hverdagslivserfaringer, som udmønter sig i en form for lidelse baseret på en særlig opfattelse af moral. (Sørensen, 2015, p. 202).

Citatet er et eksempel på en mulig indvending mod Sørensen: Han mener at man kan tale om moralsk stress som én særlig slags stress, og afgrænser sin forklaring af stressudvikling til et be-

stemt slags arbejds- og ansættelsesforhold, under en bestemt slags moral, og forholder sig ikke til hans koblings relevans for stress helt generelt. Men citatet fra Sørensen er et godt eksempel på at vi med fordel kan udvide vores teoretiske indgangsvinkel til stress for at skabe et mere nuanceret billede af, hvad det er for et fænomen vi kæmper med at forstå og tage hånd om. Ligesom Pedersen introducerer skam som en grundlæggende stressor, så mener jeg også at Sørensen påpejning af selv-censur, er en måde netop at kunne nærme sig nogle normative udtalelser omkring forebyggelsen af stress, som er mere valide end hvad man kan konkludere ud fra en traditionel biologisk forståelse af stress.

Jeg ser dog muligheder for at udvide hver af deres konceptualiseringer af stress, med en bredere ramme, der kan styrke deres generelle forklaringskraft. I Pedersens udlægning af skammens betydning for stress, placeres individet i en forholdsvis passiv rolle. Individet bliver ikke tilskrevet evnen til selv at ændre på sine vilkår, og omgivelserne står som redningen i stressudviklingen. Individets relation til omgivelserne fremstilles som lettere umyndigt, da det antages at det vil kunne acceptere og fungere under de fleste vilkår, hvis bare lederen hjælper med til at nå til denne accept. Det mener jeg er en for passiv rolle at tildele individet, og der mangler rum for at forstå omgivelserne som en reel stressor, og en afklaring af hvad individet har af handlerum selv.

Hos Sørensen mener jeg også at der er en tendens til strukturere individet for meget. Med det mener jeg at han henfører individets vurdering af en bestemt situation, til det regime vedkommende må befinde sig indenfor, og at individets egne normative vurderinger vil være bestemte af dets omgivelser typiske logikker, som i øvrigt fremstilles som ligestillede i forhold til deres betydning for individet; her underlægges individet altså en strukturel relativisme som også er med til at placere det i en noget passiv position (Sørensen, 2015, p. 71). Det skal dog siges at Sørensen foretager en meget specifik undersøgelse af hvorvidt en bestemt type moralsk disponeret individ vil reagere på en bestemt type begrænsning. Her mener jeg dog at han selv lægger op til at hans konceptualisering af moralsk stress vil kunne bruges mere generelt, men han går efter min mening ikke langt nok i faktisk at muliggøre en sådan generalisering af sin beskrivelse.

Jeg så altså gerne et stærkere fokus på moralens betydning for individet og dets selvforhold, og hvordan omgivelserne potentielt kan udgøre mere end en neutral rammesætning af individets sociale succesrate og standard for at opnå anerkendelse. Derfor vil jeg forsøge at give Pedersen og Sørensen lettere divergerende konceptualiseringer af stress en samlende udvidelse ved at inddrage et mere kritisk perspektiv på moral. Dette kritiske perspektiv finder jeg hos Nietzsche, hvis begreber jeg vil benytte i undersøgelsen af muligheden for at tale om moralsk stress på en ny måde ud fra Pe-

densen og Sørensens bud på en ny stressforståelse.

Kapitel 3 – Nietzsche som indgang til stressens moralitet

Jeg finder det nødvendigt at starte med en kort introduktion til en håndfuld af Nietzsches begreber, for at afklare indledende tolkningsspørgsmål om min læsning og indgang til Nietzsches tænkning. Jeg medtager i dette afsnit de begreber som bliver mest centrale for min analyse, og vil præsentere dem i en rækkefølge der forhåbentlig tjener til at tydeliggøre moralens oprindelse i menneskets biologi.

Nietzsche har længe været en omdiskuteret og kontroversiel tænker, og der er stadig ikke enighed om tolkningen af mange af hans begreber. Derfor trækker jeg i høj grad på Walter Kaufmanns tolkning af Nietzsches forfatterskab, for at kunne støtte min egen læsning af *Moralens oprindelse* med en samlet udlægning af Nietzsches filosofi, der kan være forholdsvis vanskelig at stykke sammen. Dette kan ifølge Kaufmann blandt andet tilskrives hans aforistiske skrivestil, men måske især den generelle mangel på systematik i hans samlede argumentation. Nietzsche havde generelt en modvilje mod- og afvisning af systemer, idet de grunder i internet uafviselige præmisser, hvilket går imod hans radikale insisteren på at kunne stille sig kritisk overfor sine egne, og enhvers, antagelser; antagelser der i ethvert systems tilfælde ifølge Nietzsche vil kunne reduceres til at være baseret på subjektive præferencer og dermed en art moral (Kaufmann, 1993, pp. 3, 75-80). Jeg medtager at Kaufmann står for en bestemt læsning af Nietzsche der i høj grad nuancerer mange af hans idéer, på måder der gør ham en anelse mere humanistisk end andre tolkninger vil lægge op til, og i forlængelse heraf risikerer at fjerne noget af radikaliteten og oprøret i hans tænkning (Anderson, 2017, 3.2.1). Jeg mener dog at en sådan udlægning gavner min brug af hans teori i et mere socialfilosofisk anliggende, som indgang til at styrke menneskets muligheder for at forbedre sin position i forebyggelsen af stress.

3.1 Om Moralens oprindelse

I *Moralens oprindelse* beskæftiger Nietzsche sig med hans forfatterskabs grundlæggende omdrejningspunkt og problematik: *Værdier*. Bogen beskrives af Kaufmann som et oplæg til en omvurdering af alle værdier, og Nietzsche præsenterer selv værket som et stridsskrift, der har til formål at udlægge og problematisere herkomsten af den kristne moral og dens værdier. Dette gør han i vid udstrækning ved, at afsløre nogle af de træk og egenskaber vi anser for at være moralske idealer,

som grundlæggende umoralske ud fra deres egen standard (Kaufmann, 2013, pp. 113, 121; Nietzsche, 1993, pp. 11, 15f.). Nietzsche argumenterer for at man har taget værdien af værdierne for givet, og ikke stillet spørgsmålstegn ved hvorvidt det vi forstår som godt og prisværdigt, faktisk er tegn på fremgang eller tilbagegang for os som mennesker; hvorvidt vi “lever på bekostning af fremtiden” ved at udbrede og forstærke værdier og moral, der kan have forskellige fremtrædelsesformer og virkninger hos os: “[...]moral som følge, som symptom[...]som sygdom, som misforståelse, som lægemiddel, som stimulans, som hæmsko[...]” (Nietzsche, 1993, p. 21). Nietzsches revaluering skal dog ikke forstås som et forsøg på at give en arbitrær erstatning for gældende moraliteter, men som en psykologisk indsigt, som Kaufmann kalder det og antyder kort denne indsigt: “[...]the weak who hope that their conformity to traditional morals may in the end ensure their happiness will, as a matter of fact, not find their ultimate happiness[...]” (Kaufmann, 2013, p. 266).

3.2 Viljen til magt

Viljen til magt er et begreb Nietzsche udvikler gennem en stor del af hans arbejde, og som først bliver udlagt som den fundamentale drivkraft bag al menneskelig handling i *Således talte Zarathustra*, i sidste halvdel af hans forfatterskab (Kaufmann, 2013, pp. 178f., 193). Viljen til magt er ikke et metafysisk, men psykologisk begreb ifølge Kaufmann; det er menneskets basale drift og grundlag for alle vores andre drifter og impulser (Ibid., pp. 204, 216); impulser som er nødvendige for at kunne realisere sig selv (Ibid., p. 224).

Nietzsche definerer ikke selv hvordan begrebet drift skal forstås, og det samme gælder for Kaufmanns brug af både drift- og impulsbegrebet. Ud fra delvist Nietzsche og Kaufmann, og delvist en almen psykologisk betydning (Sørensen, 2017), vil jeg fortolke drift som henvisende til en oplevelse af psykisk og kropslig energi rettet mod organismens udfoldelse og udvinkling af sig selv. I dyreverdenen kan man eksempelvis kigge på gøgeungen der nærmest mekanisk skubber andre fugleunger i døden, for selv at kunne vokse og udvikle sig. Det vil jeg mene er et meget basalt eksempel på et dyrisk udtryk for en drift, som den Nietzsche hos mennesket kalder viljen til magt. Denne energi vil umiddelbart have rod i biologiske processer, og vil skabe en psykisk spænding hos mennesket indtil denne energi får udladning. Det er dog ikke alle objekter der vil opfattes af individet som lige gode til at give lejlighed til energiens afløb, hvilket jeg mener mere eller mindre direkte vil være en konsekvens af individets socialisering. Det vil dog være muligt at dæmpe trangen til udladningen ved at finde andre måder at kanalisere energien på - hvilket jeg vil beskrive i næste afsnit under begrebet *sublimering* - men hvis dette ikke sker vil det føre til frustration og ubehag –

hvilket jeg vil beskrive i afsnittet efter det næste under begrebet *ressentiment*. Hvor begrebet drift betegner en mere konstant energi der kontinuerligt opstår i mennesket, vil jeg tolke impuls som et konkret tilfælde og oplevelse af en drift - eksempelvis en seksuel impuls (Kaufmann, 2013, p. 220). Ifølge Kaufmann er Nietzsches begreb om viljen til magt altså at forstå som den mest grundlæggende drift i mennesket; mere grundlæggende en seksualdriften (Ibid., p. 222).

I forlængelse heraf skal *magt* ifølge Kaufmann ikke tolkes som dominans eller magt over andre, men som en form for frihed: "Nietzsches thought seems to be this: man wants neither power nor independence-as such. He wants not freedom from something but freedom to act and realize himself." (Ibid., p. 186). Denne selvrealisering, eller selvudfoldelse som jeg vil foretrække at kalde det, tolker jeg som en tilstand af harmoni og glæde i individet, da Kaufmann netop pointerer at glæde er knyttet til menneskets bevidsthed om dets magtfuldhed (Kaufmann, 2013, p. 324); altså bruger jeg magtfuldhed som et udtryk for individets udfoldelse af sig selv og sine energier. Dermed mener jeg også at der lægges op til at magt som enkeltstående begreb kan tolkes som et udtryk for en opnåelse af denne tilstand af selvrealisering, hvilket dog ikke skal forstås som en permanent tilstand. Hvis det at have magt eller være magtfuld kan tolkes som udtryk for at være i en tilstand af selvrealisering, så mener jeg at denne tilstand også vil kunne lægges til grund for at skelne mellem stærke og svage (eller fornemme og slaver som Nietzsche ofte kalder dem) individer. Kaufmann påpeger også at den væsentlige skelnen mellem en slave-moral og herre-moral vil være et spørgsmål om hvem der har magt eller hvem der mangler det – en skelnen jeg vender tilbage til i beskrivelsen af *moral* (Ibid., pp. 296f.).

Jeg ser nu denne tilstand af selvudfoldelse som et resultat af den process Nietzsche betegner med begrebet *selvovervindelse* (selbst-überwindung). Selvovervindelse sker i de tilfælde hvor vores vilje til magt overvinder sig selv gennem fornuftens kontrollering, kanalisering og anvendelse af vores drifter og impulser. Fornuften er her hverken det samme som viljen til magt eller modsat den; denne livsdrift som Nietzsche kalder viljen til magt, er simpelthen bare potentielt rationel ifølge Kaufmann (Ibid., pp. 234f.). Begrebet fornuft tolker jeg ganske enkelt som menneskets anlæg for at ræsonnere og træffe logiske slutninger, og dermed også evnen til at kontrollere vores drifter og handle ud fra rationaler, der forekommer os at være gavnlige for at nå en tilstand af selvrealisering. På den måde er både impulser og fornuft manifestationer af viljen til magt som dermed kan overkomme sig selv, som Kaufmann tolker det:

[...]and when reason overcomes the impulses, we cannot speak of a marriage of two diverse

principles but only of the self-overcoming of the will to power. This one and only basic force has first manifested itself as impulse and then overcomes its own previous manifestation. (Ibid., p. 235).

I forlængelse heraf mener Kaufmann, at Nietzsche så rationalitet som den højeste manifestation af viljen til magt, for gennem rationalitet kan viljen opnå sit objekt fuldest (Ibid., 2013, pp. 230f.).

3.3 Sublimering

Kaufmann udlægger selvovertindelsen som udtryk for den mere generelle proces Nietzsche kalder *sublimering* (Ibid., pp. 218, 221). Sublimering af forskellige impulser kan – ikke ulig Freuds senere brug af begrebet - ifølge Kaufmann kanalisere impulser til alle mulige handlinger eller mål, eksempelvis en spirituel eller kreativ energi, eller mod sportslige præstationer (Ibid., p. 220). Jeg tolker at begrebet sublimering konkret dækker over det at en impuls undergår en forandring gennem menneskets mere eller mindre bevidste brug af vores fornuft, for at komme til udtryk på en ny måde. Jeg vil tolke det mere specifikt som en psykologisk mekanisme der hjælper individet til at få afløb for energier og drifter af forskellig art, eksempelvis seksualdriften, som ikke umiddelbart kan udledes i enhver situation, grundet den måde vi kontrollerer os selv gennem vores rationalitet. Hvis impulsen ikke umiddelbart udledes eller sublimeres ser jeg det som et udtryk for en fortrængning som vil gøre individet dysfunktionelt og sygt på længere sigt. Jeg tolker Nietzsches begreb *inderliggørelse* udtryk for sådan en fortrængning.

Nietzsche beskriver inderliggørelsen som den mekanisme der skaber den dårlige samvittighed i mennesket - eller giver det dets sjæl, som han også beskriver det. Han beskriver den dårlige samvittighed som en sygdom hos mennesket, men, tilføjer han, en sygdom på samme måde som han vil kalde graviditet en sygdom (Nietzsche, 1993, pp. 89, 93). Dermed tolker jeg at den dårlige samvittighed netop ikke ubetinget en dårlig ting for mennesker. Kaufmann beskriver at den dårlige samvittighed er den pinefulde del af den selvperfektionering, som han mener ligger til grund for selvedfoldelsen. Kaufmann lægger dog også vægt på at den graviditet, som den dårlige samvittighed udgør i mennesket, må forløses. Ved at blive bevidst om modsætningen mellem ens gode og dårlige impulser kan man sublimerer disse impulser til konstruktiv handling (Kaufmann, 2013, pp. 252-254). Det vigtige er her at Nietzsche opererer med en anerkendelse af impulserne og såvel som deres uønskethed, og ikke en udslukning og fornægtelse af dem som 'syndige' – et udtryk han helst så ikke eksisterede, da det hæmmer menneskets vej mod selvovertindelse: "Ultimate power consists in controlling, sublimating, and employing one's impulses-not in considering them evil and fighting

them.” (Kaufmann, 2013, p. 253).

Jeg tolker og bruger dermed sublimering som udtryk for en som udgangspunkt konstruktiv måde mennesket, gennem en mere eller mindre rationel selvovervindelse, kanalisere sine impulser til handlinger der øger dets oplevelse af magt og frihed til selvudfoldelse. Dette ser som potentielt både bevidst og ubevidst proces. Der er dog en spænding imellem Nietzsches beskrivelse af inderliggørelsen og fraværet af en forklaring af dette begreb i Kaufmanns bog. Kaufmann lader ikke til at lægge nævneværdig vægt på fortrængningen af impulser, som jeg mener er en forholdsvist betydningsfuld brik i Nietzsches egen beskrivelse af moralens tilblivelse i hans værk.

Jeg mener man kan løse denne spænding i tolkningen af inderliggørelsesbegrebet ved at se sublimering, som en proces der kan udspille sig på et spektrum. Inderliggørelsen er her det negative yderpunkt, hvor impulser fortrænges, og selvovervindelsen vil så være det positive yderpunkt, hvor impulser sublimeres, på en for individet rationel måde, som øger oplevelsen af magt i Nietzsches forstand. Dermed vil det også være et gradsspørgsmål hvor meget dårlig samvittighed der er involveret i sublimeringen af impulser. Fordi drifterne vil udgøre en konstant tilstedeværelse, så vil denne process også forløbe kontinuerligt, og udviklingen af samvittigheden vil ideelt være en positiv udviklende indlæringsproces. I den læringsproces kan vi altså i varierende grad forholde os enten rationelt til samvittigheden, som guide for hvordan vi bedst opnår en selvovervindelse, og få udladning for vores impulser eller den kan falde ud som en negativ indlæringsproces hvor vi ikke formår at forholde os til samvittigheden og ikke lærer at sublimerer vores impulser på en gavnlig måde (forløse graviditeten om man vil). I det sidste tilfælde vil vi ende med en høj grad af dårlig samvittighed og lav grad af magt.

Kort sagt vælger jeg altså at tolke Nietzsches brug af sublimeringsbegrebet som værende at det er vores evne til- og mulighed for sublimering der afgør hvorvidt de fører til succesfuld selvovervindelse og en øgelse af magt, eller til en fornægtelse og dermed mangel på magt hvilket skaber følelsen og tilstanden *ressentiment* som jeg nu vil beskrive.

3.4 *Ressentiment*

Når mennesket gennem inderliggørelsen af impulser og drifter oplever en høj grad af dårlig samvittighed og lav grad af magt, ser jeg det som en konsekvens at et *ressentiment* vil udvikles over tid. Det oprindeligt franske ord, tager Nietzsche i brug som en teknisk term for en bestemt type reaktion nær foragt, der kan opstå hos individet overfor personer der opleves mere magtfulde: “[...]ressentimentet hos sådanne væsener, som er nægtet den egentlige reaktion gennem handling, og som kun

holder sig skadesløse gennem en imaginær hævn.” (Nietzsche, 1993, pp. 38f.). Nietzsche taler altså om den afmægtiges impotente foragt for andre, ofte mere magtfulde mennesker. Jeg forstår dermed ressentiment, som anderledes end den foragt, som det engelske ord 'ressentiment' henviser til; jeg mener Nietzsches term udspringer af og medfører en mangel på magt eller en underlegenhed, som samtidig problematiserer muligheden for at få afløb for denne følelse. Dermed ser jeg det som en følelse der kan virke selvforstærkende på individet, da det kræver en vis magt og styrke at frigøre sig fra ressentimentet. Det tolker jeg blandt andet ud fra Nietzsches pointering af det stærke individs disposition for- og håndtering af denne følelse i forhold til den svage:

Når ressentimentet optræder hos det fornemme menneske selv, fuldbyrder og udtømmer det sig nemlig i en øjeblikkelig reaktion, og derfor *forgifter* det ikke: på den anden side optræder det slet ikke i de utallige tilfælde, hvor det er uundgåeligt hos alle svage og afmægtige. (Ibid., p. 41).

Den svage, eller ressentiment-mennesket som Nietzsche ofte omtaler, har dog stadig en vilje til magt, og opretholder sit selvbillede ved at negere den anden, ved at sige: “[...]nej til et »udenfor«, til et »anderledes«, til et »ikke-selv«: og dette nej er dens skabende handling.” (Ibid., p. 39). Denne skabende handling gennem negationen, tolker jeg ud fra Nietzsche som grundlaget for at det vi traditionelt kalder moral opstår ved at devaluere den magtfuldes værdier, og derigennem højne værdien af ressentiment-menneskets egne værdier. Det er nemlig ikke fordi ressentiment-mennesket ikke stadig har en vilje til magt - det er et vilkår for al adfærd (Kaufmann, 2013, p. 216). Men hvor ressentimentet begrænser individets mulighed for rationel salvovervindelse, så vil det lægge op til at øge sin magt ad andre veje, ofte ved at tilslutte sig eller skabe værdier der ophøjer individet selv på bekostning af andre. Og denne skabelse af værdier som vej til at øge sin magt er hvad jeg tolker som skabelsen af moral.

3.5 Moral

Moral er hos Nietzsche tydeligst karakteriseret gennem den kristne moral, som et værdisystem der opstår ud af ressentimentfølelse med rod i personers oplevelse af magtesløshed. Ifølge den amerikanske filosof Brian Leiter Nietzsche fortrinsvist er kritisk overfor moral, især i form af kristendommen, men han taler også i positive vendinger om moral når den henføres til de magtfulde eller fornemme, hvilket gør det svært at afgrænse begrebets rækkevidde og værdiladning (Leiter, 2020, 1.1). Jeg tolker Nietzsches positive brug af moralbegrebet som en slags metafor for et bestemt slags

selvforhold; en for individet gavnlige holdning til sit eget liv og sine egne handlinger. Det tolker jeg ud fra Kaufmanns udlægning af selvovervindelsen som forskellen på det moralske og umoralske selv (Kaufmann, 2013, p. 213). Jeg tolker Nietzsches positive brug af moral som udtryk for en naturalistisk forståelse af hvad der gavner individets selvudfoldelse. Begrebet 'naturalistisk' er en betegnelse Kaufmann bruger om Nietzsches argumentation for at forkaste de traditionelle kristne værdier og skabe nye naturalistisk funderede værdier (Ibid., 102f.). Jeg tolker denne brug af begrebet naturalisme som udtryk for, at Nietzsche i hans forfatterskab arbejder ud fra en antagelse om, at mennesket som dyrisk væsen, har en natur som i princippet kan beskrives naturalistisk, altså i naturvidenskabelige deskriptive termer, og at vi hver især bør orientere os efter denne naturlighed. Jeg mener dermed at hans brug af moral som et positivt udtryk må ses som en metafor for en persons værditilskrivelse ud fra individets indsigt i egne behov; en agtelse for sin egen natur, sine egne impulser. I det hele taget er impulser en kilde til menneskets fuldendelse, og for Nietzsche består det virkelig moralske netop i at overvinde impulser, ikke at udsukke dem (Ibid., pp. 224f.); man bliver ikke et godt menneske af *ikke* at have impulser og drifter, sådan som forskellige moraliteter, eksempelvis den kristne, tilsiger os. Nietzsches forsøg på at erstatte vores moralske værdier med mere naturalistisk orienterede værdier, kan ifølge Kaufmann og Leiter forklares med Nietzsches syn på alle værdiers grundlag i psyko-fysiske tilstande hos individer og grupper, som nu blot maskeres med moralske termer (Kaufmann, 2013, p. 102; Leiter, 2020, 1.2). Man kan her undre sig over hvorvidt det overhovedet er muligt at tale om naturalistiske værdier, da man, som jeg tidligere påpegede med Isaksens stressforklaring, vil risikere at foretage en naturalistisk fejlslutning. Men her mener jeg at man bør se Nietzsches som arbejdende med to niveauer af værdier: Han kritiserer konkrete værdier og moral der begrænser menneskets selvudfoldelse, men når han bruger moral positivt vil det være på et metaetisk plan, hvor han ikke hylder en konkret værdi, men enhver værdi der tillader individet at udleve sin vilje til magt. Dette kan også tolkes som en art relativisme, men målet lader til at være konkret i form af individuel frihed til selvudfoldelse.

På den måde mener jeg man ud fra Nietzsche kan vurdere værdien af en given moral eller dens udtryk i forhold til muliggørelsen af selvudfoldelse i en øgelse af magt og bevægelse mod en mere stærk eller fornem levevis (Kaufmann, 2013, pp. 199f.; Leiter, 2020, 1.3; 3.2). Denne positive brug af moral ser jeg altså som en selvbekræftende individuel måde at forholde sig til sit eget liv på, som står i kontrast til "slaveopstanden i moralen" som udgøres af kristendommens moral og som er præget af at moralisere overfor andre (Nietzsche, 1993, p. 38).

Den kristne moral er for Nietzsche netop karakteriseret ved at have omvendt værdier som

tidligere betegnede de få stærke individers plads i samfundet, til nu at betegne syndige træk ved mennesket, som omvendt fremmer de svages karaktertræk som positive. Dermed mener Nietzsche at den kristne morals ophøjelse af eksempelvis altruisme og næstekærlighed, er baseret på de magtesløses ophøjning af sig selv, på bekostning af det stærke menneskes selvudfoldelse (Anderson, 2017, 2; Nietzsche, 1993, p. 39).

Jeg tolker derfor den generelle dynamik bag tilblivelsen af en moral, som det at tage træk eller egenskaber der har værdi for nogen og beskrive det som negativt, for at fremme sin egen position; en dynamik der vil udspringe af magtesløse individers forsøg på at få magt. Dermed antager jeg også at moral er et fænomen, som vil kræve flere individers ressentiment for at kunne omtales og handles på som en systematisk måde at fremme en bestemt magt-øgende agenda hos et givent antal mennesker. Dette understøttes også af Kaufmanns pointering af Nietzsches forklaring af moralske evalueringer som foranlediget af viljen til magt (Kaufmann, 2013, p. 184). I forlængelse heraf bliver det af andre kommentatorer påpeget at magt-begrebet netop er noget af det tætteste man kommer på et strukturerende koncept for Nietzsches positive bestemmelse af værdier og hvad det gode er for mennesket (Anderson, 2017, 3.2.1). På den måde tolker jeg også at moral ændrer sig, som måder svagere individer kontinuerligt forsøger at positionere sig stærkere i samfundet gennem deres ressentimentfulde udladning for deres vilje til magt:

“The means of the craving for power have changed, but the same volcano is still glowin ... and what one did formerly “for God's sake” one does now for the sake of money ... which now gives the highest feeling of power ...” (Nietzsche efter Kaufmann, 2013, p. 191)

Når jeg derfor bruger begrebet moral ud fra Nietzsches både negative og positive eksempler, så tolker jeg det i sin adjektive form, som et neutralt begreb (altså at noget er moralsk siger ikke om det er negativt eller positivt), men i sin substantive form (altså en moral) som udtryk for en institutionaliseret evaluering og dermed også en varierende grad af undertrykkelse af menneskets basale drifter hos en gruppe frem for en anden, som dog kan ske på forskellige måder, alt afhængig af hvilke træk moralens proponenter vil fremhæve for at opnå magt.

For at give et par eksempler på min tolkning af hvad man kan anse for en moral ud fra Nietzsches beskrivelse, vil jeg fremhæve sager fra begge politiske fløje i Danmark, som både repræsenterer en minoritets moraliseren og en majoritets moraliseren. Dermed vil jeg tydeliggøre at jeg ser moral-begrebet som principielt politisk uafhængigt og applikerbart i mange størrelsesordner, på trods af at kristendommen, efter min mening, giver en meget specifik måde at tænke begrebet på når det nærmest er det eneste eksempel der normalt bruges i forbindelse med udlægninger Nietzsches

filosofi.

Ganske nyligt har der været en episode hvor en dansk skuespiller råbte efter en mand på gaden, fordi vedkommende kommer gående i kjole, stilletter og med fuldkæg. Skuespilleren råber hvad han anser for en humoristisk kommentar, der indebærer et tilbud om barberskrabere. Skuespilleren filmer optrinnet og lægger det selv på de sociale medier, hvilket fører til en mindre såkaldt shitstorm (som i sig selv er et interessant moralsk fænomen). Her går især flere repræsentanter for og sympatisører med LGBT+-miljøet ud med tilkendegivelser om støtte til den kjolebærende mand og udskammer skuespilleren, for hvad han selv anså som en joke, men som modtages som en krænkelse (Bjerregaard, 2020). Dette mener jeg er et meget nutidigt eksempel på hvordan værdier (eller humor) omdefineres af en minoritet i samfundet (LGBT+), som historisk har været en marginaliseret og relativt magtesløs gruppe, men som nu er ved at skabe en ny moral i samfundet. Jeg vil dog ikke forholde mig så polemisk og kritisk som Nietzsche og bruge et ord som slavemoral, eller en anden i sig selv devaluerende term om denne proces; delvist fordi jeg mener man kan argumentere for der også er et frigørelsespotentiale i den moralske omvendning jeg har eksemplificeret; det er dog en diskussion for sig - jeg vil blot mene at dynamikken i skabelsen af moral kan sammenlignes, om man så anser det for godt eller dårligt for samfundets udvikling.

Som det andet eksempel vil jeg blot nævne den generelle debat der har været om den såkaldte 'danskhed' og hvad denne egenskab betyder for et menneskes status i samfundet. Her påpeger Martin Henriksen fra Dansk Folkeparti blandt andet i et læserbrev at loyalitet overfor Danmark er uforeneligt med multikulturalisme (Henriksen, 2019). På den måde har vi altså indenfor landets grænser at gøre med en majoritet, der også kæmper for at indføre eller styrke en moral, som jeg mener tydeligt etablerer sig som en reaktionær negation af en 'fremmed' instans, for derigennem at sikre sin selvudfoldelse og magt ved at devaluere en anden gruppe. Dermed mener jeg at moraler kan eksistere parallelt, og på forskellige niveauer.

Man kunne indvende at der lader til at være en spænding i Nietzsches filosofi, når han i sin kritik af kristendommens devaluering af andre gruppers værdier, selv devaluerer kristendommens værdier. Han gør det heller ikke nemmere for sig selv når han operer med både et positivt og negativt moralbegreb – hvorfor jeg også mere betragter det positive begreb som en art metafor. Men her er det vigtigt at se at Nietzsche kritiserer værdier i et metaetisk perspektiv og ikke i et moralfilosofisk perspektiv som sådan.

Med denne gennemgang af Nietzsches grundbegreber, mener jeg nu at have lagt grunden for at kunne kaste et blik på hvordan man kan udvide Sørensen og Pedersens konceptuali-

seringer af stress, til en generel og mere kritisk forståelse af moral og magtesløs ressentiment som indvirkende på stressudviklingen hos individer og på arbejdspladser.

Kapitel 4 – Viljen til magt på arbejdspladsen

Jeg vil i dette kapitel argumentere for at menneskets vilje til magt også gør sig gældende på arbejdsmarkedet og på arbejdspladsen, hvorfor der også er grobund for skabelse af ressentiment og skabelsen af moral på arbejdspladsen. Jeg vil argumentere for dette ved at påpege hvordan vi med Nietzsche kan bruge Pelle Sørensens udlægning af begrebet *retfærdiggørelsesregimer*, som argument for at der er potentiale for skabelse af moral på enhver arbejdsplads, men som ikke nødvendigvis har noget med formaliserede og institutionaliserede logikker at gøre, som han ellers lægger op til, samt at moral kan disponere for værdikonflikter som stressor for medarbejderen. På den måde tager jeg udgangspunkt i at Sørensen allerede har påpeget en sammenhæng mellem stress og moral, men at han ikke giver en bred nok beskrivelse af hvad moral er og hvordan det medvirker i udviklingen af stress.

4.1 Arbejdspladsens moral

Sørensen bruger som tidligere nævnt Luc Boltanski, Eve Chiapello og Laurent Thévenots arbejde med retfærdighed som udgangspunkt for hans undersøgelse af forholdet mellem yringsfrihed og arbejdsliv. Hvorvidt vi oplever retfærdighed på vores arbejdsplads kan ifølge Sørensen netop have betydning for, i hvor høj grad der er potentiale for udviklingen af stress blandt en medarbejderstab. I forhold til retfærdighed i arbejdslivet så mener Boltanski og Chiapello at kapitalismens amoralitet, qua dens grundlæggende mål om akkumulationen af kapital, skaber tre dimensioner der må opfyldes før mennesker indvilger i en reproduktion af de eksisterende dominansforhold:

1. En selvudviklingsdimension der skal gøre arbejdet engagerende og frigørende, hvilket også indebærer en hvis grad af deltagelse i beslutningsprocesser (eksempelvis gennem MUS-samtaler).
2. En sikkerhedsdimension der skal sikre et fremtidsperspektiv for medarbejderen og dens familie (eksempelvis flexicurity-modellen).
3. En retfærdighedsdimension som skal indebære et generelt mål for systemets bidrag til det fælles bedste (Sørensen, 2015, p. 17-19).

Når Sørensen fremhæver menneskets grundlæggende behov for kompensation for deres deltagelse i

et system, der grundlæggende ikke har til formål at gavne det almindelige menneskes magtforøgelse, mener jeg at det kan ses som udtryk for menneskets, eller arbejderens, vilje til magt, som ikke kun kan detekteres som generelle krav mellem arbejdsmarkedets parter igennem historien, men også som udtryk for en daglig dynamik på arbejdspladserne. Sørensen's fokus er på oplevelsen af retfærdighed på arbejdspladsen, og han bruger i den forbindelse konflikter som eksempel på situationer, hvor det bliver tydeligt hvordan retfærdighed forstås og forvaltes. Med Boltanski og Chiappellos begreb *ækvivalensprincipper* påpeger han at man i konflikter altid trækker på bestemte konventioner for hvad der er gyldige argumenter, som vi må henvise til og evaluere handlinger og personer ud fra, når vi skal argumentere eller nå til enighed i konflikter. Det er ikke alle slags argumenter eller indvendinger der vægtes lige tungt, og i konflikter vil man ofte forsøge at hæve sig over den specifikke situation og argumentere ud fra generaliserbare størrelser (Ibid., p. 32). Men det er der flere måder at gøre på:

Det er ikke alle udsagn, der kan bruges i en konflikt på arbejdspladsen. Der vil altid være koder for hvilke typer argumenter der gælder.[...] En konfliktsituation er derfor bundet til et sæt af acceptabilitetsregler [...], men de kan være vidt forskellige alt efter, hvilken situation man befinder sig i, eller hvilken arbejdsplads medarbejderen befinder sig på. (Sørensen, 2015, p. 36).

Jeg ser Boltanski og Thévenots begreber om acceptabilitetsregler og ækvivalensprincipper som udtryk for måder en given moral kan udfoldes sprogligt. Jeg mener at en moral vil være bygget på grundsætninger der strukturerer værditilskrivningen til forskellige egenskaber eller handlinger, som eksempelvis kristendommens bud om næstekærlighed. Sådanne grundsætninger vil være styrende for hvad der værdsættes i moralens sociale kontekst, men også for hvad individet værdsætter hos sig selv gennem dets samvittighed. Dermed mener jeg at begreberne om acceptabilitetsregler og ækvivalensprincipper ikke kun styrer hvordan konflikter løses eller opstår mellem mennesker, men også 'inden i' mennesker, hvor der som tidligere nævnt konstant vil være impulser som individet rationelt kan forsøge at tøjle i en selvovervindelse (Kaufmann, 2013, p. 213).

Sørensen's grundlæggende tese om udviklingen af stress i relation til muligheden for at ytre kritik bygger han på begrebet *retfærdiggørelsesregimer*, som dækker over: “[...]ideen om, at individer trækker på forskellige logikker eller værdiordener, når de argumenterer og indgår i konflikter.” (Sørensen, 2015, p. 41). Han tager begrebet fra Boltanski og Thévenots værk *On Justification* som undersøger hvordan mennesker sprogligt retfærdiggør handlinger. De udarbejder en model for

analyse af disse forskellige regimer, og ud fra denne model konstruerer Sørensen sit eget regime som han argumenterer for kan forklare en bestemt jobgruppes tendens til at blive stressede (Ibid.).

Ud fra deres model kan man angiveligt analysere sig frem til potentielle retfærdiggørelsesregimer. Modellens betingelser for at kunne konceptualisere et retfærdiggørelsesregime består af to grundlæggende elementer: En idé om en alment gældende normativ antagelse med rod i den politiske filosof, og en test af indholdet i denne filosofiske grundidé; altså en specifik metodisk testning af:

[...]de særlige og grundige beskrivelser, der findes i historiske hovedværker, transcenderer hverdagen og af den grund er blevet klassikere. De hævder, at værkernes forklaringskraft kan inspirere og virke som kognitivt underlag for forståelsen af de måder, vi retfærdiggør vores hverdagskonflikter på. (Ibid., p. 41).

Et eksempel på en sådan tekst er Adam Smiths *The Wealth of Nations* som ligger til grund for *markedsregimet*, som er et ud af seks regimer de præsenterer (Ibid., p. 42). Boltanski og Thévenot bruger begrebet *verden* om den måde et regime udgør “[...]en måde at forstå verden på og en anvisning på at handle på bestemte måder. Hvis en harmonisk tilstand skal opretholdes, må individet udvise en adfærd, der kan tilskrives værdi af andre, som opererer indenfor samme logik.” (Sørensen, 2015, p. 42). På den måde betegner regimerne en model for konflikt såvel som enighed, og et regime skal generelt forstås som et “sæt af mulige argumenter, logikker og handlinger”. Individet kan trække på flere regimer, men de vil have forskellig forklaringskraft afhængig af periode eller social gruppe der rammesætter brugen: “Folk trækker på regimernes forklaringskraft skiftevis og oplever til gengæld at blive stillet til ansvar over for flere forskellige logikker alt efter, om de befinder sig i hjemmet, på arbejdspladsen eller er til et offentligt møde.” (Ibid., p. 42f.).

Jeg mener at begrebet om retfærdiggørelsesregimer kan ses som en sociologisk måde at beskrive potentielle moraliteter på, som dog er begrænset til kun at kunne beskrive den moralske rammesætning af hverdagen ud fra meget overordnede historiske eksempler. Ud fra et nietzscheansk perspektiv vil jeg dog mene at vi kan forstå modellen for retfærdiggørelsesregimer som en skabelon for hvordan der også på en partikulær arbejdsplads vil kunne ses en lignende sammenhæng mellem kanoniserede argumenter og budskaber og så den måde mennesker evaluerer hinanden og deres omverden på. I en arbejdspladskontekst vil det dog sandsynligvis ikke være et politisk filosofisk værk der skaber et “kognitivt underlag” for måden vi evaluerer hinandens handlinger og holdninger, men i stedet bestemte personer, begivenheder og måder agere på der kan skabe et grundlag for at vurdere

hvad der er rigtigt og forkert at gøre, som vil udgøre måder at opnå magt på.

Jeg mener netop at Sørensen mangler denne mulighed for at se moralske vurderingsgrundlag som noget der kan opstå helt lokalt, men i ligeså høj grad have potentiale for at blive et argumentatorisk grundlag for skabelse eller løsning af konflikter. Når han konstaterer at der kan være kritisable forhold på arbejdspladsen, som medarbejdere ikke føler de kan ytre sig om, så har han ikke mulighed for at beskrive hvordan disse kritisable forhold opstår, da han sætter regimet som den overordnede struktur som alle medarbejdere burde følge – sådan vil det bare ikke være i et nietzschesk perspektiv. Her tolker jeg at en moral sagtens kunne opstå som en gruppes reaktion på eksempelvis en chefs handlinger, men selv mere overordnede moraliteter som har rod i mere formaliserede værdier vil også kunne udvikle sig over tid og ende som en eller flere andre typer moral end udgangspunktet.

Ifølge Nietzsche ændres normer og værdier netop fra deres oprindelige formål, til hvad der må være tjenstligt i en senere sammenhæng. Dette forhold kan påpeges med Nietzsches forklaring af de normative begreber som 'ren' og 'uren' samt 'god' og 'slet', som havende gennemgået en bevægelse fra at betegne ens stand og position i samfundet, til - gennem præsternes brug - egentlige moralske begreber for personlige træk, manifesteret i det kristne begrebspar 'god' og 'ond' (Nietzsche, 1993, p. 32f.). En sådan udvikling mener jeg også allerede kan ses i Sørensens udlægning af regimerne. Her er der tale om klassiske politisk filosofiske tekster, som han mener gennem tiden er blevet til almene grundlag for handling og argumentation i dele af hverdagen, som de måske ikke var møntet på at beskrive i første omgang. Helt generelt er der ofte stor forskel på nytten af- og begrundelsen for inddragelsen af de argumenter og begreber vi handler ud fra og så deres oprindelige formål. Nietzsche pointerer netop at alt udvikler sig i kæder af kontinuerlige fortolkninger; en kæde af viljer der bemægtiger sig andre viljer og hver gang tillægges nye fortolkninger:

[...]alt hvad der sker i den organiske verden er en *overmanding* og en *bliven herre over*, og på den anden side at al overmanding og bliven herre over er en ny-interpretation og en læggen tilrette, hvorved hidtil gældende »mening« og »formål« nødvendigvis bliver overskygget eller helt udslettet. (Nietzsche, 1993, p. 80f.).

Dermed mener jeg at vi bør forstå det moralske grundlag på arbejdspladser som et noget bredere og mindre statisk fænomen end Sørensen lægger op til. Men hvis vi antager at individet kan befinde sig indenfor domænet af flere forskellige moraliteter, bliver vi så nød til at antage at de alle vil være lige gode eller dårlige, og at deres effekt på individets sundhed vil være afgjort af individets egen

måde at forholde sig på, og retoriske evner i konflikter med andre? Sørensen udlægger ikke nogen måde at kunne vurdere hans regimers fordringer som mere eller mindre undertrykkende eller frigørende for mennesker; han lader til at se regimerne som lige gode, og at individet vil være glad så længe det kan udleve et regimes fordringer. Det mener jeg er for neutral og passiv en beskrivelse af individets forhold til den moral der vil fordre handlinger og holdninger af det. For at problematisere en sådan slags relativisme vil jeg trække på Kaufmanns korte udlægning af den implicite normativitet der ligger i selvovervindelsen: “The basic conception of Nietzsche's final theory of values is thus clear even now: qualitative differences between various modes of power are reducible to more basic quantitative differences; rationality is taken to be the mark of great power; and with this crucial “qualification,” *the quantitative degree of power is the measure of value*”. (Kaufmann, 2013, pp. 196, 199f.). Som tidligere nævnt kan man altså argumentere for at vi kan vurdere vores værdier ud fra, i hvor høj grad de muliggør menneskets rationalitets konstruktive sublimering af impulser, i form af selvovervindelsen af den menneskelige vilje til magt, som øger dets magt og dermed mulighed for selvudfoldelse som positiv frihed. Omvendt vil værdier der leder mennesker til at undetrykke deres egne og andres impulser og svækker deres muligheder for anvendelse af deres iboende rationalitet, og dermed selvovervindelse, være dårligere værdier for mennesket (Kaufmann, 2013, p. 196, 199f.; Leiter, 2020, 1.3, 3.2). Jeg vil dog mene at der er flere faktorer der afgør hvordan en given moral vil påvirke individet, som vil afhænge af mere partikulære forhold i miljøet og individets selvforhold; det vil jeg vende tilbage til med inddragelsen af Simone de Beauvoir.

Når jeg nu har udvidet Sørensens regimebegreb til en bredere måde at forstå moral på arbejdspladsen, vil mit næste skridt være at beskrive hvordan man kan forstå medarbejderens position i en given værdikonflikt, men også vedkommendes rolle i skabelsen eller styrkelsen af moral på arbejdspladsen, ved at udvide Sørensens udlægning af individets mulige reaktioner i en konflikt.

4.2 Værdikonfliktens disponering af *ressentiment*

Sørensen bygger videre på Boltanski og Thévenots stærke tiltro til individets kritiske kapacitet, i form af dets evne til at træffe moralsk begrundede valg og fremføre disse for andre som kritik i forskellig form (Sørensen, 2015, p. 41f.). Boltanski og Chiapello skelner mellem reflektiv og formuleret kritik; den mindre reflektive men formulerede kritik mener de er tæt knyttet til *indignation*. Den indignerende formulerede kritik af en situation kommer før den etablerede reflektive kritik, som i kritikken stiller med alternativer som del heraf. Sørensen påpeger at: “I et stærkt individualiseret arbejdsliv kan den enkeltes følelse af indignation afsløre fællestræk for en større gruppe ansatte. Et

fokus på indignation vil afdække det, der hos den enkelte ligger forud for kritiske ytringer på arbejdspladsen eller i offentligheden.” (Ibid., pp. 14f.). Som en teoretisk udvidelse af individets rolle og mulighed for at ytre kritik supplerer Sørensen Boltanski og Thévenots beskrivelse af kritikformerne med Albert O. Hirschmans begreber *exit* og *voice*. Begrebsparret, som Hirschman senere udvider, forklarer de forskellige handlemuligheder individet har for at kritisere og påvirke en praksis når der opleves forringelser. Hirschmans teori bygger på den idé at det skuffede individ disponerer over tre reaktioner; exit – at forlade et produkt, en organisation eller en situation; stemmehandlingen - at bruge sin stemme til at beskrive sin bekymring; eller at udvise loyalitet, hvor den ansatte bevidst eller ubevidst lader tvivlen komme virksomheden til gode (Ibid., pp. 71-75).

Jeg tolker den skuffelse der nævnes i Hirschmans teori som udtryk for en værdikonflikt. Når jeg bruger ordet værdikonflikt, skal det overordnet forstås som en konflikt mellem forskellige tolkninger af et givent sagsforholds ønskværdighed i forhold til en bestemt moral. Jeg mener at begrebet konflikt kan betegne for mange tilfælde af uenighed, som også eksempelvis kan være af faktisk karakter, men en faktisk konflikt kan som jeg ser det i sig selv være grundlæggende for en værdikonflikt. På en arbejdsplads kan sådan en konflikt tage mange former. Jeg vil inddrage en af Pedersens beskrivelser af en informant for at eksemplificere én mulighed for hvordan en værdikonflikt kan opstå:

Anders har igennem længere tid følt sig uden for det faglige fællesskab på sin arbejdsplads. Som relativt nyuddannet føler han ikke, at han får den nødvendige oplæring og oplever flere gange, at kollegaer ser ned på ham og behandler ham dårligt. På et tidspunkt får han en ny arbejdsfunktion med personale ansvar. Selv om han ikke føler sig klædt på til opgaven, takker han ja; stolt over at være blevet fundet egnet. Opgaven er imidlertid sværere end forventet, men Anders forsøger at fortælle sig selv, at det hele nok skal blive bedre, når han får mere erfaring. Det bliver imidlertid ikke bedre, og han går derfor til sin leder og udtrykker bekymring over at skulle mægle mellem sine kolleger, når han ikke føler sig etableret i huset. Anders fortæller rystet: “Så fik jeg sådan et blik fra hende, som jeg aldrig glemmer, hvor hun siger: 'Det er jo sådan noget, der etablerer dig'.” Han husker, hvordan han stod som lammet og følte sig svigtet af den person, han troede kunne hjælpe ham. Selv om han med sin fornuft ved, at han ikke er klædt på til opgaven, hemsøges han nu af tanker om, at det er ham, der er noget galt med, og at han burde have klaret det bedre. Det ender med en langvarig sygdomsmedling. Han er sygemeldt i over et år og vender aldrig tilbage til den pågældende arbejdsplads. (Pedersen, 2016, p. 64f.).

Ud fra denne korte beskrivelse starter Anders i en position med en lav grad af magt, da han tydeligvis ikke formår at præstere en selvovervindelse godt nok til at han oplever at lykkes med det han laver. Værdikonflikten opstår når han handler på sin tilstand, og møder en reaktion der afspejler en anden moral end han oplevede som ønskværdig i situationen. Der er altså en konflikt mellem Anders' og hans leders måde at evaluere hans problem på, som jeg mener vil bunde i at Anders bliver konfronteret med bestemt moral på hans arbejdsplads.

I forhold til muligheden for at handle i en konflikt, ser jeg stemmehandlingen som et begreb der udtrykker individets magtfulde reaktion på ressentimentfølelsen. Nietzsche beskriver netop hvordan "det fornemme menneske" udlever og får afløb for følelsen af ressentiment, hvorfor det ikke "forgifter" mennesket i dette tilfælde, og hvordan det medfører en frigørelse ikke at være underlagt en moralsk ressentimentfølelse: "Dette ikke engang at kunne tage sine fjender, sine uheld, sine *ugerninger* alvorligt – det er tegnet på stærke og fuldtonede naturer, der besidder et overskud af plastisk, efterdannede, lægende og tillige virksomt glemmende kraft" (Nietzsche, 2013, p. 41). At det er gavnligt for mennesket at handle på sin indignation, før det kan udvikle sig til en skadelig ressentimentfølelse indikeres også af Sørensens spørgeskemaundersøgelse, der tyder på at det netop er skadeligt for individet at forblive tavs, og han ender selvfølgelig også med at konkludere en sammenhæng mellem selvcensur og stress (Sørensen, 2015, pp. 80f.). Her kan Nietzsches begreb om ressentiment altså bruges til at beskrive hvorfor det at forblive tavs, kan være skadeligt; det kan simpelthen bidrage til en fornægtelse af menneskets basale livsdrift. Når Sørensen taler om selvcensur som en specifik reaktion på kritik af ens arbejdsplads, vil jeg mene at det er udtryk for en mere generel sammenhæng mellem en oplevelse af magtesløshed og stress, men det er relevant at forstå at det i første omgang vil være et spørgsmål om individets magt, i hvor høj grad det vil kunne forventes at handle på den ene eller anden måde.

Jeg mener dog også der kan være en konsekvens af stemmehandlingerne som Sørensen ikke får med; jeg mener nemlig at man kan se de forskellige handlingsmuligheder Sørensen beskriver, som udtryk for forskellige grader af sublimering. Derfor vil en stemmehandling i nogle tilfælde være godt for individets selvovervindelse, men andre gange mener jeg at en stemmehandling også kan være en handling i forlængelse af skadelig sublimering, hvor den dårlige samvittighed kan udvikle sig til en ressentimentfølelse på trods af at den italsættes. Som i Nietzsches eksempel med kristendommen, så vil opbyggelsen ressentimentet også kunne føre til skabelsen af moral som de ressentimentfuldes måde at forbedre deres position for at kunne udleve deres vilje til magt. Dermed mener jeg at individer der benytter sig af stemmehandlinger i forbindelse med andre kollegaer, vil

kunne danne en moral på arbejdspladsen hvis der 'dannes fælles front', som man siger, mod en leder eller en anden gruppe medarbejdere, eller måske bare en bestemt adfærd der bliver set ned på af en bestemt gruppe. Hermed mener jeg at potentielt stressede medarbejdere gennem stemmehandlinger kan være med til selv at skabe grobund for yderligere værdikonflikter, da det også vil være en måde at håndtere en magtesløshed på som alternativ til at fortrænge impulser og kritik. På den måde mener jeg at stress i et moral-perspektiv kan ses som et mulig selvforstærkende fænomen, ikke kun hos individet, men også i en organisation.

Sørensen beskriver dog også at der ud fra Hirschmans teori, indenfor gruppen af mennesker der reagerer på en bestemt situation med loyalitet, vil være nogle der bliver ved med at lide i stilhed over længere tid, og simpelthen foretager en exit som en indre bevægelse. Sørensen kalder denne adfærd for *resignation*: “[...] hvor medarbejderen indtager en distanceret tilgang til arbejdet frem for at lade sin identitet integrere i virksomhedens kodeks.” (Sørensen, 2015, p. 164-167). Resignation ser jeg som en udeblivelse af handling og som et udtryk for en fortrængning af impulser, der kan skabe en magtesløshed og på længere sigt et stressende ressentiment hos medarbejderen:

En resignerende adfærd vil således kunne igangsætte en negativ spiral, hvor tavshed eller selvcensur fører til øget moralsk stress, som så igen fører til resignation. En sådan bevægelse vil føre medarbejderen væk fra følelsen af kontrol. (Sørensen, 2015, p. 207).

Individet kan dog også aktivt forsøge at indordne sig som alternativ til at resignere i en værdikonflikt. Ifølge Sørensen er det netop også muligt at individet ikke tyer til stemmehandlinger eller resignation, men forsøger at acceptere en given morals fordringer ved at ændre sine såkaldte moralske præferencer.

For Hirschman er det at skifte moralsk præference ikke simpelt. For at forstå, hvordan en sådan afvejning udspiller sig, opdeler Hirschman processen i to faser. Det første skridt handler om at danne sig en ny præference. Den anden fase handler om at gennemføre den handling, som en præferenceændring må medføre. (Sørensen, 2015, p. 176).

Jeg mener man kan tolke beskrivelsen af en sådan afvejning i en situation som udtryk for et forsøg på udviklingen af individets samvittighed. Kaufmann udlægger hvordan samvittigheden fremkommer af rationalitets vurdering af vores drifter og impulser som mere eller mindre ønskværdige for vores mål i livet, og jeg vil mene at det også må gælde at vi i situationer kan tage ved lære af moraliteters udtryk i handlinger og holdninger (Kaufmann, 2013, p. 253). Det er dog ikke givet hvorvidt sådan en ændring er gavnlig for mennesket, da det er et spørgsmål om hvorvidt individet gør dette

som en rationel overvejelse over dets muligheder for selvudfoldelse (en naturalistisk 'moralsk' (selv)erkendelse), eller om individet gør det ud af en magtesløshed som stiller individet i en svag position overfor en morals fordringer (en umoralsk accept af moralens undertrykkelse af bestemte impulser). Sørensen fremhæver et aspekt fra Hirschmans udlægning, der for mig tydeliggør hvordan forsøget på i magtesløshed at leve op til moralske fordringer, der ikke tillader en rationel sublimering hos individet, vil føre til ubehag:

Hirschman beskriver, hvordan denne anden fase ligefrem kan være præget af en indre kamp, hvor individet bruger list, kneb og strategier mod sig selv[...]. De handler altså mod deres eget moralske skøn og er fuldt bevidste om, at de gør det.[...] I denne indre kamp ligger kimen til det, der senere i denne afhandling vil blive udledt som moralsk stress. (Sørensen, 2015, p.178).

I Sørensens udlægning af Hirschmanns udtryk for "at skifte moralsk præference" får vi dog ikke nogen forklaring på hvorfor det egentlig skulle være ubehageligt for individet, bare at det er en svær handling for individet at udføre. Med Nietzsche er det tydeligt at det potentielt kan føles som en direkte livsfor nægtende handling, hvor man giver afkald på sin frihed til- og mulighed for selvudfoldelse, hvilket jeg ser som et skridt på resignationens vej til at ende i et stressende ressentiment.

Denne forbindelse mellem moral og stress lader for Sørensen til at være specifik for hver enkelt regime, når han argumenterer for den særlige kobling mellem sit offentlighedsregime og det at selvcensur kan være en stressfaktor, hvilket jeg mener kan ses som en smule indholdsløs konklusion. Ikke hans beskrivelse af denne kobling, men af dens afgrænsning til individer der kan beskrives som befindende sig inden for den moral han kalder offentlighedsregimet, eksempelvis DM's medlemmer. Man kunne sige at Sørensen netop beskæftiger sig med et bestemt regime, eller en bestemt moral, og at grunden til at folk udvikler stress indenfor denne, er for specifik til at kunne sige noget om den måde moral ellers indvirker på stressudvikling. Jeg vil dog mene at idet Sørensen bygger så meget af sin tese på Hirschmans teori om individets handlemuligheder i kritisable situationer, så har han allerede åbnet for en generalisering af sit arbejde. For selvom individet ikke var indenfor Sørensens offentlighedsregime, men en anden moral, så tolker jeg det som at værdikonflikter kunne udspille sig i samme forløb og føre til ressentiment.

Jeg har nu udvidet Sørensens beskrivelser af retfærdiggørelsesregimer som grundlag for værdikonflikter der kan føre til moralsk stress, ved at påpege hvordan moral kan indfinde sig på arbejdspladser i flere former, at medarbejderes reaktioner vil være afhængig af dets magtesløshed, og

at man både kan forstå en aktiv reaktion, i form af stemmehandlinger, på værdikonflikter som gavnlig for individet, men muligvis også som skabelse eller styrkelse af en given moral der kan øge potentialet for værdikonflikter. Nu vil jeg kaste et blik på hvordan moral mere specifikt kan disponere for stressudviklingen i værdikonflikten.

Kapitel 5 – Skambegrebets moralitet

Jeg vil i dette kapitel kigge nærmere på Pedersens udlægning af skam som grundstenen i stress, og forsøge at tolke hendes udlægning, som eksempel på individets reaktion på en moralsk værdikonflikt. Det vil jeg gøre ved at fremhæve forbindelsen mellem skamfølelsen og sublimeringsbegrebet, hvordan en forandring på arbejdspladsen kan komme til at udgøre en værdikonflikt, og hvordan stressen kan opstå ud af en magtesløshed der kun kan lindres i en begrænset mængde tid.

5.1 Skam og sublimering

Pedersen udlægger skamfølelsen som en grundlæggende stressor for mennesket, hvilket hun argumenterer for med den tyske psykoanalytiker Leon Wurmssers udviklingspsykologiske teori. Hun mener at vores oplevelse af skam i forskellige sociale situationer er forbundet til angsten for at ikke at være elsket og en del af flokken:

Vi har med andre ord lært os selv at tænke, at hvis vi bare er dygtige og søde, så vil vi ikke blive forladt. Det giver os dels følelsen af kontrol over det, vi er allermest bange for, dels giver det os mulighed for at få en forklaring, hvis det forfærdelige alligevel sker[...]. (Pedersen, 2016, pp. 66f.).

Nietzsche pointerer også at vi mennesker søger en forklaring på vores lidelse, hvorfor det netop kan give oplevelse af kontrol, selv når vi kan tilskrive vores lidelse en disposition hos os selv (Nietzsche, 1993, 154). Men denne kontrol som Pedersen fremhæver som et resultat af skammen kan også forstås som vores evne til at gøre os selv ansvarlige eller tilregnelige – både for os selv og andre. Dette indebærer for Nietzsche netop udviklingen af samvittigheden, som dog ikke nødvendigvis er negativt (Ibid., p. 60). I Pedersens udlægning er skam dog som udgangspunkt en skadelig følelse, som opstår i relation til andre mennesker. Den bliver skadelig især hvis den fortsætter over længere tid og bliver til en kronisk dårlig samvittighed, hvilket Pedersen også selv bemærker i hendes udlægning af, hvad jeg ser som skammens udvikling af et ressentiment gennem fortrængningen af impulser:

Det karakteristiske for den skadelige skam er således ikke, *at* vi konfronteres med en konflikt, hvor krav fra realiteten går imod krav fra vores følelser. Det karakteristiske for den skadelige skam er *måden*, hvorpå vi forsøger at tilfredsstille begge krav på samme tid og den dertilhørende oplevelse af hjælpeløshed: Enten fordi man ikke kan påvirke en ydre magt, eller fordi man selv har modstridende impulser, så man bliver handlinglammet og ude af stand til at beslutte sig. (Pedersen, 2016, p. 104).

Når Pedersen i citatet beskriver hvad jeg ser som en værdikonflikt, kan man med Nietzsches begreb om samvittighedens udvikling, se det som udtryk for individets forsøg på at leve op til et ansvar overfor sine omgivelser og den moral der hersker, men jeg mener at der vil være forskelligt hvor fortrængende en samvittighed der udvikles i forskellige sociale sammenhænge; dette vil nemlig være afgørende for individets mulighed for at udleve sin vilje til magt. Som beskrevet tidligere så kommer denne basale drift netop til udtryk gennem en række andre drifter og impulser. Disse drifter og impulser må sublimeres, både som en nødvendighed for at kunne leve i et samfund med andre mennesker, men også for at individet netop kan opnå den størst mulige selvudfoldelse eller selvrealisering. Ud fra min tolkning af Kaufmanns udlægning af sublimeringen kan det at gøre sig selv ansvarlig være en smertelig process. Både når samvittigheden gentagende gange fødes gennem en rationel selvovertalelse, men særligt smertelig i tilfælde hvor den indprentes gennem en inderliggørelse og fornægtelse af impulser, hvilket må være en nødvendighed jo mere modstridende et moralsk krav opleves: Ansvarligheden skabes nemlig ifølge Nietzsche gennem en påmindelse om den sociale vigtighed af moralens værdier. Denne påmindelse forklarer Nietzsche med hvad vi kan kalde en 'deaktivering' af vores naturlige anlæg for at glemme og leve ubekymrede liv. Moralen sikrer at vi husker dens værdier ved at straffe individet der glemmer disse – jeg antager i praksis gennem andre menneskers forskellige reaktioner og sanktioner (Nietzsche, 1993, pp. 58f., 63):

[...] den førnævnte aktive glemsomhed, der ligner en dørvogter og en opretholder af den sjælelige orden, af roen, af etiketten: hvoraf det straks indses, i hvor høj grad der uden glemsomheden ikke ville kunne opstå lykke, munterhed håb, stolthed, *nærvær*. Det menneske, hos hvem dette hæmme-apparat beskadiges og går i stå, kan sammenlignes (og mere end det) med en dyspeptikker [...] (Ibid., pp. 58f.).

Jeg mener citatet viser hvordan vi socialt ansvarliggør hinanden for de moralske fordringer vi selv kan være indlejret i; og det gør vi ved at holde hinanden fra at glemme de fordringer. Her kan vi tænke på Anders fra eksemplet tidligere, som også fik en slags 'lærestreg' af sin leder, med en kom-

mentar hvis ordlyd var svær at tage fejl af som bebrejdende. Som vi også så i eksemplet så er straf dog ikke en gavnlige måde at behandle mennesket på; ikke engang når formålet er at underlægge det en ekstern moral. Man kan sige at Anders nok sent glemmer hans oplevelse, men til gengæld mistede organisationen så også en medarbejder. Nietzsche pointerer at straffen tit medvirker til en hærdelse af individet og:

Stort set hærder og afkøler straffen; den virker koncentrerende; den skærper følelsen af at være fremmedgjort; den styrker modstandskraften. Når straffen undertiden nedbryder energien og frembringer en ynkelig underkuelse og selvfordedelse, da er en sådan virkning, afgjort endnu mindre oplivende end straffens gennemsnitlige virkning, der er karakteristisk ved en tør, trist alvor. (Nietzsche, 1993, p. 86).

Dette kan også tjene som forklaring af Pedersens konstatering af hvad hun ser som skammens blokerende for anerkendelse, hvilket hun også omtaler som en art fremmedgørelse for medarbejderen: "Mange bliver vrede, kortluntede og skælder mere ud. Det kan nærmest føles som noget andet har taget magten over éns tanker og handlinger." (Pedersen, 2016, p. 73). I stedet for at konstatere skammens fremmedgørende virkning, vil jeg fra et moral-perspektiv sige at denne beskrivelse bør tages mere bogstavligt end man skulle tro. Vi ville formentlig gøre klogt i at fokusere på *hvad* der tager magten, og simpelthen finde den moralske baggrund for skammens eller samvittighedens fremmedgørelse – om man så skal finde denne baggrund på arbejdspladsen eller i samfundet. Den vil typisk opstå i forbindelse med forandringer, og jeg vil nu se på hvordan forandringer på arbejdspladsen kan blive til værdikonflikter hvis potentiale for skabelse af magtesløshed jeg pointerede tidligere.

5.2 Når forandringer bliver til værdikonflikter

Pedersen bemærker at både ledere og medarbejdere, ligesom størstedelen af stressforskningen, nævner forandringer som en betydelig kilde til stress. Disse kan tage form af organisatoriske, relationelle og personlige forandringer. Ifølge Pedersen bliver forandringerne en stressor når de indebærer konflikter, mellem det vi gerne vil gøre og det vi har mulighed for, og fordrer ofte kompromisser. Hun eksemplificerer dette med et interviewuddrag fra en leder, der forsøgte at få en medarbejder til at acceptere et fagligt kompromis grundet en organisatorisk ændring, men som medarbejderen ikke kunne finde ud af at indgå, hvorfor vedkommende endte med at køre sig selv i sæk og blive indlagt på psykiatrisk afdeling (Pedersen, 2016, pp. 84-88). Når Pedersen skriver at skammen ofte opstår i

relation til en leders adfærd eller i forbindelse med ændringer på arbejdspladsen, mener jeg at man bør forstå problematikken som en værdikonflikt, hvor medarbejderen oplever konfrontation med en moral, der fordrer en bestemt holdning eller adfærd fra individet, som ikke umiddelbart fremtræder gavnlig for individet i forhold til at opnå objektet for dets selvudfoldelse.

Sådan en konflikt fører til en øget skam ad en bestemt lineær udvikling ifølge Pedersens forklaring. Hvor Nietzsches teori tager udgangspunkt i et meget individualistisk syn på mennesket, som ideelt er meget selvstændigt og nærmest i opposition til andre mennesker, der mest udgør en potentiel trussel mod individets selvudfoldelse, så opererer Pedersen med et syn på mennesket som afhængigt af andres anerkendelse. Pedersen ser netop forandringsens ændring af vores anerkendelsesmuligheder som grobunden for skamfølelsen. Skammens udvikling til en stressrelateret sygdomsgang går ifølge Pedersen gennem fire faser der formindsker vores anerkendelsesmuligheder: Forandring, Konflikt, Skyld, og Sammenbrud. Forandringsfasen er selvsagt der hvor der indtræder en ændring i livet, som gør at man ikke kan opnå anerkendelse ad de veje man plejer, og derfor begynder skamfølelsen ifølge Pedersen at vokse. I konfliktfasen forsøger man at tilpasse sig ændringen og dens fordringer til ens adfærd, samtidig med at man forsøger at handle ud fra ens indre ideal. I skyldfasen øges følelsen af dårlig samvittighed og man bliver usikker på ens handlinger, hvorfor man også søger en skyldig; det kan både være en selv eller en leder eller kollega. Uanset hvordan skylden placeres, så mister man i højere grad mulighed for anerkendelse ifølge Pedersen. Når denne udvikling bliver ved, når man til sidst til sammenbruddet, hvor tvivl er blevet erstattet af fortvivlelse, og man ikke kan tage imod hjælp fra andre, da man stiller sig i opposition til deres handlinger (Pedersen, 2016, pp. 118, 122-126). En opposition som jeg ser som udtryk for at medarbejderen har opbygget en ressentimentfølelse.

Dette forløb kan ifølge Pedersen udspille sig på to grundlæggende måder, og hun udlægger individets forsøg på håndtering af skam gennem hendes to reaktionsmønstre, *problemløseren* og *relationsmesteren*. Hun pointerer flere gange at disse mønstre ikke er udtryk for personlighedstyper, men skal ses som udtryk for to forskellige måder at opfatte situationer, der kan vække en skamfølelse. Hun betegner samlet disse situationer som *faresituationer*, da hun identificerer skammens afsæt i en frygt for hovedsagligt enten *at komme til skade* eller *komme til at skade andre*. At komme til skade eksemplificerer hun ved frygten for at blive afsløret i at præstere dårligt eller uansvarligt. At komme til at skade andre eksemplificerer hun med frygten for at blive afsløret i at have gjort noget, som gør andre vrede på os eller gør at de tager afstand fra os (Pedersen, 2016, pp. 71-73, 156-165). Ud fra de to reaktionsmønstre mener hun at vi bør gribe stressudviklingen anderledes an

end man traditionelt har gjort ud fra henholdsvis et arbejdsmiljøperspektiv, individperspektiv, eller samfundskritisk perspektiv, med råd om nedsættelse af arbejdsbelastning, skabelse af forudsigelighed, robusthed, eller modstand mod forandringen (Pedersen, 2016, pp. 136f.).

Fra et moral-perspektiv vil jeg tolke de stressende faresituationer som, ikke en mangel på anerkendelse, men som udtryk for en mangel på magt, eller tilstedeværelsen af *frygt*, som af Nietzsche beskrives som det negative udtryk af magt; altså en magtesløshed, der dog stadig indebærer at viljen til magt driver én, når man befinder sig i frygten. Frygt er netop hvad der, i bred forstand, får os til både at føje andre, men også at forsøge at indoptage deres værdier. Ifølge Kaufmann ser Nietzsche dette som grundlaget for barnets holdning til forældrene i opdragelsen; at det er en magtesløshed der får det til at gøre hvad der bliver sagt eller efterligne sine forældre (Kaufmann, 2013, p. 190). Her vil jeg med Nietzsche mene, at der i Pedersens beskrivelse af faresituationer er tale om en forandring som indebærer en réel værdikonflikt, der øger magtesløshed og ressentimentsfølelse, og ender i stressreaktion hvis individet forsøger at tilpasse sig den nye værdi ved at inderliggøre sine egne impulser. Impulser som op til forandringen formodentlig har kunnet sublimeres på en konstruktiv måde; som en viljens overvindelse af sig selv og ikke en andens overvindelse af den.

Ifølge Kaufmann kan man dog også se Nietzsches magtbegreb som udtryk for at det kan være et gradspørgsmål, i hvor høj grad man lykkes med at sublimerer sine impulser gennem fornuft eller gennem frygten for en moral, og dermed også for ressentimentets udtryk (Kaufmann, 2013, p. 195f.). Kaufmann udlægger denne skala for magtfuldhed med barbaren nederst eller svagest, som forsøger at manifestere sin magt kvantitativt ved at gøre andre ondt og forvolde mest mulig smerte og på den måde hævde sig. Den øverste position vil være en slags asketisk selvkontrol hvor rationaliteten råder og oplevelsen af magt er størst. Den midterste og 'normale' magt hos mennesket kommer til udtryk gennem individets mere socialt acceptable måder at øge sin magt, eksempelvis gennem forsøg på at excellere i institutionelle værdier eller at gøre den anden tilpas:

[...] one seeks to evoke envy and admiration; one seeks to elevate one's neighbor and derives a sense of power from doing so; one gives him joy and gaiety and lets him laugh, saying to oneself, as it were: I have the power to impress and delight him. (Ibid.).

Dermed mener jeg at Pedersens fire faser på vej mod sammenbruddet, også kan ses som en nedadgående bevægelse på en magt-skala. En skala som også er relevant at tænke ud fra i forhold til forebyggelse, da den kan spænde over langt flere slags adfærd og reaktioner end dem man kan beskrive som ledende til et sammenbrud.

Det lader altså til at være et spørgsmål om at individet oplever forandringer eller adfærd i sit sociale miljø, evt. på arbejdspladsen, som forstærker eller fremmer en morals fordringer til individet. Individet vil så, alt afhængig af sin magtfuldhed, have nemmere eller sværere ved at forholde sig konstruktivt til ændringen, enten gennem en selvovervindelse ud fra fordringen eller en udladning af et potentielt ressentiment gennem det man kan kalde stemmehandlinger. Sådan en ændring kan komme til udtryk som en konflikt mellem personer, men jeg mener ligesåmeget det vil kunne beskrives som en intern værdikonflikt mellem det stressede individ og en given moral, der under bestemte betingelser vil føre til en oplevelse af magtesløshed. Et citat fra en af Pedersens interviews understreger hvordan jeg mener man kan se ressentimentet komme til udtryk på en arbejdsplads. Udtalelsen starter med en fortælling om hvordan en medarbejder efter længere tid at have følt sig udenfor på sin arbejdsplads, og havde en konflikt med en anden medarbejder om hvordan man taler til hinanden:

“Ved mine fulde fem, der havde jeg gået derind og sagt: “Ved du hvad, det synes jeg ikke er i orden, at du siger til mig, og det vil jeg faktisk gerne have uddybet.” For så var det ude af verden. Jeg kunne ikke. Mit filter var væk, og jeg kunne ikke handle på tingene. Jeg var ikke mig selv.” Helle føler efterhånden, at hun har sværere og sværere ved at kende sig selv. “Ja men jeg kan slet ikke kende mig selv. Jeg var sindssyg. Jeg var tosset som ind i helvede. Jeg var ked af det og vred. Jamen, jeg kan bare ikke rumme mig selv. Jeg ved, det ikke er mig, og jeg vil jo ikke være sådan. Jeg blev hvirvlet ind i alt det her, og jeg kunne ikke holde mig selv ud; jeg blev så ondskabsfuld. (Pedersen, 2013, p. 76).

Som citatet viser blokerer ressentimentet for en handlen og en rationel selvovervindelse, og Nietzsche giver på den måde ikke individet nogen direkte udvej af ressentimentet gennem dets egen fornuft - i lighed med Pedersen. Med det mener jeg at Nietzsches teori lægger op til at det magtesløse individ vil have svært ved at befri sig selv fra ressentimentet, da denne følelse vil kræve et vist overskud af magt at overkomme rationelt, jævnfør den tidligere beskrivelse af forskellen på det stærke og svage menneske måde at håndtere ressentimentfølelser på. Pedersen har et lignende perspektiv. Hun afgrænser sit fornuftsbegreb ud fra Ole Fogh Kierkebys brug af Aristoteles' begreb for praktisk fornuft, *fronesis*, og lægger i hendes udlægning vægt på fornuft som: “[...]evnen til at kunne fælde en rimelig dom over sig selv og andre. Fornuft tolker hun således som en følelsesmæssig, praktisk formåen, der er basis for vores dømmekraft.” (Ibid., p. 46). Hun mener i forlængelse heraf at vores evne til at gøre brug af fornuften er svækket når vi er stressede: “Vores samlede dømmekraft og evne til at tænke fornuftigt er altså svækket, når vi er stressede, fordi vi uden varsel risike-

rer at blive oversvømmet af intense følelser som konsekvens af selv mindre påvirkninger.” (Ibid., pp. 42f.). Her vil jeg vende tilbage til min tidligere pointering af risikoen for at et individ, der som reaktion på en værdikonflikt med en såkaldt stemmehandling, altså ikke får udladning for det begyndende ressentiment gennem et opgør med moralen, men sammen med andre finder en udlevelse af viljen til magt i skabelsen af en moralsk vurdering som en reaktionær handling. Dette perspektiv ser jeg også som muligt her. Hvis vi netop antager at vores evne til at benytte os af vores fornuft vil svækkes i løbet af udviklingen af et gradvist stærkere ressentiment, så vil det også være en gradvist sværere opgave rationelt at overvinde ressentimentets tyngelse af samvittigheden som tiltagende vil begrænse sublimeringen af impulser til en konstruktiv handling i forlængelse af værdikonflikten. I en allerede magtesløs position vil det, især hvis typen af værdikonflikt er et generelt problem på arbejdspladsen, være nærtliggende, for de medarbejdere der i forvejen oplever sig som afmægtige, at opbygge et moralsk modbillede, der ved at omvende værdierne mellem dem selv og den herskende moral, vil tjene som måde at opleve en forøgelse af magt. Det vil bare ikke være en hverken rationel eller gavnlig måde at udleve viljen til magt; hverken for de ressentimentfulde medarbejdere eller for organisationen, da der skabes potentiale for nye værdikonflikter, hvoraf nogle medarbejdere vil kunne håndtere det og andre vil blive stressede. Jeg mener man igen kan tænke tilbage på eksemplet med Anders, og se hans chefs reaktion som udtryk for en moral der bunder i en magtesløshed hos hende. Hvad moralen indebærer er svært at sige ud fra så kort et eksempel, men der lader til at være en vis nedværdigelse af Anders' famlende og forsigtige indgang til sin arbejdsfunktion og en ophøjelse af en 'tough' attitude, hvor man skal hærdes, hvilket også gør en hård omgangstone til en positiv ting – en værditilskrivelse hun selv lader til at nyde godt af.

Men jeg vil mene at der er mange måder en værdikonflikt kan udspille sig på, og det behøver hverken at være en situation man bevidst reagerer på; jeg vil mene at der kan være en langstrakt forandring, eventuelt i sociale relationer, som skaber en pågående konflikt der langsomt kan undergrave individets selvovervindelse og skabe en magtesløshed, hvilket jeg vil forklare hvordan kan ske i næste afsnit.

5.3 Lindringen af magtesløsheden

Ifølge Pedersen træffer vi irrationelle valg når vores fornuft er svækket, og hun eksemplificerer det med en historie om en medarbejder der siger nej til en længe ventet øjenoperation til sit barn, fordi hun føler at de ikke kan undvære hende på arbejdet:

Hendes børn savner hende. Det ved hun godt. Men arbejdet hober sig op, og det eneste, der hjælper, er at arbejde.[...] Sekretæren gør Stine opmærksom på at der så vil gå yderligere tre måneder, før der er en ny tid, hvortil Stine svarer: “Jamen, så må der gå tre måneder, for de kan ikke undvære mig på arbejdet.” Da Stine lægger røret på, føler hun, at hun har gjort sin pligt. (Pedersen, 2016, p. 43).

En sådan reaktion som Pedersen kalder ekstrem loyalitet overfor sin arbejdsplads, kan vi i et moralperspektiv se som udtryk for en generel effekt af at forsøge at efterleve en moral som kan udgøre en værdikonflikt med individets impulser (om at tage sig af sit barn eksempelvis), der langsomt har opbygget en magtesløshed; en moral der fanger én i ressentimentet, men samtidig tilbyder en 'lindring' for lidelsen i tilstanden. Den lindring er hvad Nietzsche kalder *Den mekaniske virksomhed*, som dækker over “arbejdets velsignelse” eller simpelthen at holde sig beskæftiget og aflede tankerne. Nietzsche beskriver hvordan menneskets begrænsede bevidsthed ofte fyldes ud med arbejde og diverse aktiviteter, som leder opmærksomheden væk fra kilden til ubehaget, og i det hele taget væk fra individets opmærksomhed på sig selv. Derfor ser Nietzsche også den mekaniske virksomhed som et middel, der ofte 'ordineres' af præsterne som jo var bannerførere for den kristne moral (Nietzsche, 1993, pp. 147f.). Et andet middel mod “depressive tilstande” er det Nietzsche kalder *den lille glæde*, som svar på de magtsløses higen efter magt:

Med sin »næstekærlighed« forordner den asketiske præst i grunden en pirring af den stærkeste og mest livsbekræftende drift, om end i den forsigtigste dosering – nemlig af viljen til magt. Lykken ved at føle bare »den mindste overlegenhed«, der opstår ved at gøre godt, gavne, hjælpe, udmærke[...] (Ibid., p. 148).

Denne beskrivelse af den lille glæde, er for mig at se en ganske god beskrivelse af de underliggende grunde til det, nogen ville kalde perfektionisme eller at overpræstere - et træk ved stressramte i starten af deres karriere især (Jørgensen, 2018; Herløv & Heiredal, 2019), og som ofte ikke står stærkt i deres selvfølelse gennem deres nye erhverv og dermed nemt kan få en oplevelse af magtesløshed. Pedersen fremhæver også dette fænomen gennem henvisning til hendes første interview med en erfaren leder der selv føler sig magtesløs overfor de mange stressrelaterede sygdomsmeldinger:

“De gør for meget ud af det, de skal [...]. De tager unødvendigt stort ansvar for andre folks liv og har svært ved at lægge det fra sig, når de går hjem,”[...] Det underer Peter, at så mange medarbejdere har det, han kalder et “sygeligt behov for at overpræstere og aldrig nogensinde at blive fanget uforberedt eller blive nummer to.” (Pedersen, 2013, pp. 28f.).

Denne tendens til at overpræstere, eller påtage sig unødvendigt stort ansvar, ofte imod lederens og coachens anbefalinger, beretter Pedersen, er en gåde for mange ledere fordi det netop virker så irrationelt (Pedersen, 2013, pp. 29f.). Ud fra et moral-perspektiv kan man svare den kære leder, at det sandsynligvis heller ikke er et rationelt valg fra medarbejderens side, men at de har en selvudfølelsesdrift der, på grund af en moral som er present på arbejdspladsen, i samfundet eller medarbejderens familie, problematiserer en rationel selvovervindelse. I stedet kan vores forsøg på at leve op til moralens fordring fører til en inderliggørelse af bestemte impulser, som opbygger et ressentiment og en lidelse grundet deres magtesløshed, som de forsøger at kompensere for gennem bandt andet hvad Nietzsche kalder den mekaniske virksomhed og den lille glæde, hvilket i sidste ende kan føre til sygemelding med stress. Og, i lighed med Pedersen, lader det ikke til at medarbejderen nødvendigvis selv kan ændre sine sublimeringsprocesser i stressudviklingen eller vilkårene herfor. Så hvordan forhindrer man en værdikonflikts udvikling til stress?

5.4 Anerkendelsens risici og fornuftens udfordringer

Jeg har nu forsøgt at vise hvordan Pedersens udlægning af skam som bundende i mangel på anerkendelse, kan tolkes gennem Nietzsches begreber, og hvordan man kan se både stressens og værdikonflikters udvikling som influeret af en magtesløshed og ressentimentfølelse. Da Sørensen ikke som sådan giver et løsningsforslag, vil jeg nu kigge på Pedersens bud på hvordan man kan forebygge stressnedbrud med hendes nye anerkendelsesbegreb, og hvorvidt det overhovedet kan give mening i en nietzscheansk kontekst.

Når Pedersen skriver at vores rationalitet svækkes, og vores samvittighed ikke kan håndtere de forskelligrettede krav der præsenteres udefra og indefra individet selv, fremhæver hun accept som det vi har brug for fra vores samvittighed for at undgå stressnedbruddet:

[...]samvittigheden som den instans inden i os, der accepterer og godkender ikke blot selve forandringen, men også *konsekvensen* af forandringen, f.eks. de indskrænkninger i en opgaveudførelse, der kan følge med en sparerunde. Nogle når ved egen kraft til accept af det, som forandringen indebærer. Andre er, som vi kan se i eksemplet nedenfor, afhængige af at få hjælp til at acceptere situationen fra deres leder[...]. (Pedersen, 2016, p. 91).

Ifølge Pedersen er denne accept svær at opnå når anerkendelsesmulighederne ændres, og hun mener at vi simpelthen har brug for et nyt anerkendelsesbegreb til at løse stressproblematikken, og få syn blik for at anerkendelse ikke i enhver fortand garanterer en gavnlig effekt for modtagerens samvit-

tighed. Hun mener vi er afhængige af andres anerkendelse for at kunne bekræfte de ting vi selv tror er sande eller rigtige, og vores samvittighed har brug for et anerkendende nik udefra for at kunne give sig selv lov til at slappe af som jeg læser hendes udlægning (Pedersen, 2016, pp. 115f.). Gennem bogen argumenterer hun for sit nye anerkendelsesbegreb, og hun sammenligner det bl.a. med anerkendende ledelse (Appreciative Inquiry) som ledelsesværktøj på arbejdspladser. Hendes sammenligning bærer præg af at hendes relationelle anerkendelsesbegreb, lægger mere vægt på forbindelsen mellem leder og medarbejder, og, til forskel fra anerkendende ledelse, stilles der større krav til lederen om, at forstå medarbejderens reaktion som skam, og ikke som en belastning der kan overkommes ved at tænke mere positivt eller fjerne arbejdsopgaver. I forlængelse heraf giver Pedersen også selv den anvisning til ledere, at de i tilfælde af medarbejdere der udvikler stress bør forstå, at det mere er et spørgsmål om manglende anerkendelsesmuligheder, og at dette fører til skam – som så fører til urealistiske forventninger til sig selv, hvilket igen begrænser mulighederne for at modtage anerkendelse. Dermed mener Pedersen at lederens rolle overfor medarbejderen bør være at agere “vikar for samvittigheden” hos medarbejderen, der jo netop ikke opererer rationelt i den stressede situation (Ibid., pp. 133, 172). Men hvis man ser udviklingen af stress som rodfæstet i en overbelastning af menneskets samvittighed, udtrykt med Nietzsche som ressentiment, så vil jeg mene at det er risikabelt at henvise en leder i en organisation, til at skulle agere vikar for den pågældende medarbejders samvittighed, da det kan ses som en intensivering af en udefrakommende morals fordringer til en bestemt sublimeringsproces – også selvom det er velment, og måske kan virke med at nedbringe stressen, ligesom præsten kan nedbringe den skyldfølelse de selv er med til at lægge grunden til med den kristne moral. Hvis man ikke er bevidst om hvilken værdikonflikt stressudviklingen er en reaktion på, så mener jeg at det er farligt som leder at gå ind og vikariere for medarbejderens samvittighed. Dette syn på samvittighedens behov for vikariering fremstår nærmest som en omvendning af Nietzsches fokus på den ydre morals trussel mod individets selvovervindelse. Pedersen og Nietzsche ser altså begge en værdi i samvittigheden, men når individet mistrives, vil Pedersen mene at det oftest er samvittigheden der er ude af trit med omgivelserne('s moral):

Mit budskab er, at vi må værne om vores samvittighed. Vi skal lytte til den, men vi skal undgå, at den får sit eget liv, fordi afstanden mellem det, vi kan forpligte os til, og det, vi får mulighed for at gøre, bliver for stor. Vores samvittighed er en af de vigtigste ingredienser i en sund dømmekraft, og det kan ende meget galt, hvis vi ender med at ignorere den. Når den indre dommer, samvittigheden, er så vigtig for os, er det helt afgørende, at den dømmes retfærdigt og realistisk. Det er en stor trussel for os, når den dømmes efter standarder, der er

indre, og som ikke spejler realiteterne. (Ibid., p. 106).

For Nietzsche derimod, tolker jeg at det mindst ligeså meget vil være et spørgsmål om at individets, allerede mere eller mindre moraliserede, samvittighed reagerer på en forandring. En forandring der kan øge magtesløsheden, da moralens værdier tilsiger individet en bestemt sublimeringsproces der kan stride imod individets egen fornuft. Ud fra Nietzsches begreb om selvovervindelse vil det dog også kunne give mening at understøtte medarbejderens rationalitet, på en så vidt mulig værdineutral måde. Pedersen påpeger selv - forholdsvist ukritisk overfor konsekvensen for hendes eget forslag - at der ofte i forskellige kommunikationsværktøjer ikke tages nok højde for, at vi på arbejdspladser er underlagt en "magt-asymmetri", hvor det kan være svært at se hvordan de krav der stilles faktisk indvirker på medarbejderne:

En leder eller en virksomhed kan stille krav på måder, der ser tilforladelige ud og virker rimelige. Når man kigger bag om dem, kan der være tale om urimelige krav og i værste fald ondsksfulde handlinger. Dette er f.eks. tilfældet, når en person forsøger at håndtere sin egen skamfølelse ved at undertrykke og dominere andre.[...] Livet er ikke, som det bør være. Vi kan ikke alt, hvad vi vil, hvis bare vi kæmper for det eller tror nok på det. Nogle gang tror vi endda på det forkerte. (Pedersen, 2016, p. 257f.).

Med tanke på Nietzsches billede af den kristene præst som en dominerende instans der kan sætte retningen for ressentimentets moralske begrænsninger og samtidig optræde som den lindrende omsorgsfigur, som forstår at individet vil: "[...] hige efter *at bedøve sig mod smerte ved hjælp af en affekt.*" (Nietzsche, 1993, p. 139), så er dette netop risikoen ved at 'løse problemet' med en bestemt moral, og bestemte individer der etableres som erstattende vikarer for medarbejderens samvittighed. Ud fra Nietzsches påpejning af rationalitetens rolle i udladningen af viljen til magt, vil jeg mene at der i stedet er brug for at agere den støttende ven der hjælper fornuften tilbage til en position der muliggør selvovervindelsens styrkelse af individets selvudfoldelse gennem viljen til magt. Kort sagt vil jeg med Nietzsche mene at lederen ikke nødvendigvis ved hvad der er bedst for medarbejderen, bare fordi medarbejderen er den stressede af de to parter. En sådan tilgang vil muligvis fordre en for terapeutisk indgang til stressproblematikken, til at Pedersen vil kunne acceptere det som et gyldigt og realistisk bud, men for nu arbejder jeg også primært mod en teoretisk udvidelse af vores forståelse af stress, mere end mod en udvikling af et ledelsesværktøj. Det er netop værd at bide mærke i at Pedersen i hendes forskningsprojekt ikke satte sig for at undersøge hvordan vi kan forebygge stress generelt, da hun ser forekomsten heraf som en selvfølge, og at det i højere grad er en terapeutisk op-

gave at bekæmpe stress hos individet som sådan. Hun fokuserer i stedet på hvordan vi kan undgå stressrelaterede sygdomme på arbejdspladserne (Pedersen, 2016, pp. 14, 27f., 51). Derfor er det måske forståeligt nok at hun lægger vægt på hvad man kan gøre når reaktionsmønstre aktiveres og skamfølelserne opstår, og ikke på de betingelser der er medvirkende til at de opstår eller kan forebygges i første omgang. Jeg mener dog at Pedersen nærmer sig et syn på stress der fremstiller mennesket som en organisme der kan tilpasses langt de fleste omstændigheder, hvis vi finder ud af hvordan vi udefra hjælper det dertil; hun åbner selvfølgelig for en ny detalje ved at inkorporere samvittigheden i organismen, så at sige. Hun tager bare ikke den fulde konsekvens og behandler samvittigheden som en instans i mennesket, der har et bestemt værdifundament som både er definerende for personen, men som samtidig rummer potentialet til at overvinde sine impulser, såfremt fornuften ikke underkues af en moral der fordrer en fornægtelse af individets potentielt positive impulser. Jeg vil dog mene at der er positive aspekter i Pedersens påpegning af samvittigheden som et konflikt punkt i relationen mellem individet og dets omgivelser. Men der er et fravær af fokus på omgivelsernes moral, som vil manifestere sig som mere eller mindre konkrete værdier, der kan være problematiske for individer at sublimere deres impulser konstruktivt ud fra under i forbindelse med en given forandring der finder sted; der mangler altså fokus på *hvad* det er ved en given forandring der gør den svær at sublimere sine impulser ud fra. På den måde kan man sige at lederens ageren samvittighed, kan være en gavnlig øvelse, der muligvis vil kunne afsløre en skadelig moral i miljøet, så længe denne udøves som en kritisk hypotetisk øvelse, og ikke som en faktisk fordring til medarbejderen. Kort sagt: Man kan ikke altid forcere en selvovervindelse gennem forandringer, især ikke hvis man ikke er bevidst om hvilken moral der rammesætter forandringen; man risikerer nemlig at skabe negative sublimeringsprocesser der leder til magtesløs ressentimentopbyggelse som kan blive en stressor for individet, og indgå i en yderligere moraliseren af arbejdspladsen. I sådan et tilfælde må man først vide hvad det er ved den givne forandring der har skabt magtesløsheden. Hvor Pedersen vil se det som ændrede eller tabte anerkendelsesmuligheder, vil jeg mene at det i lige så høj grad vil kunne formuleres som tabt mulighed for selvudfoldelse, men at der samtidig kan være en mulighed for at forandringen ikke fører til en opbyggelse af ressentiment hvis man finder en måde hvorpå medarbejderen kan få et konstruktivt og sundt forhold til den herskende moral. At et sådant forhold vil kunne eksistere, vil Nietzsche formentlig have forkastet, men jeg vil argumentere for at dette kan være tilfældet lidt senere i en diskussion af Nietzsches menneskesyn ud fra Simone de Beauvoirs eksistentialistiske etik.

Men for at afrunde behandlingen af anerkendelse som løsning, så er der i det hele taget fra

en nietzscheansk vinkel et problem med at se anerkendelse som en vej til individets selvovervindelse og selvudfoldelse, på den måde det udtrykkes i både Sørensens og Pedersens udlægning af de selvforstærkende effekter ved i resignation eller skam at afskære sig fra anerkendelsesmuligheder. Den nyligt afdøde filosofiprofessor Robert R. Williams har i sin bog *Tragedy, Recognition, and the Death of God: Studies in Hegel and Nietzsche* udlagt og kommenteret på Gilles Deleuzes kritik af Hegels anerkendelsesteori ud fra Nietzsches filosofi. Williams pointerer at man umiddelbart fra et Nietzscheansk synspunkt kan ses anerkendelsen som underkuende i den forstand at herren i Hegels herre/træl-dialektik selv ender som træl i sin afhængighed af trællens anerkendelse (Williams, 2012, p. 1). Hvor individet ud fra Hegels anerkendelsesbegreb oplever en 'selvovervindelse' og en selvbevidstheds tilblivelse ved at inkorporere den andens perspektiv i ens eget, argumenterede Deleuze for at det vil være en sejr for slavens moral at en anden er afhængig af dennes anerkendelse; en situation som Nietzsche vil se 'det fornemme menneske' som værende hævet over. På den måde ser Deleuze Hegel som fortaler for "the ideology of *ressentiment*", og ser anerkendelse som udtryk for underdanighed og trældom (Williams, 2012, pp. 4, 6f., 13).

På trods af at ovenstående er en noget firkantet måde at tolke anerkendelsens effekt på individet, vil jeg ud fra min læsning af Nietzsche mene at anerkendelse er et begreb man bør være skeptisk overfor som en plastisk løsning til alle mulige problemer. Det er også en del af Pedersens kritik af Axel Honneths anerkendelsesbegreb, at det er for naivt, men jeg vil mene at hendes metode i at give anerkendelsen form som moralsk vikariering, er et risikabelt skridt at tage i retningen af at løse en stressproblematik. Selvom det er voldsomt at se anerkendelse som et ligefrem *ressentimentskabende* fænomen, så vil jeg mene at en 'ordinering' af moralsk vikariat kan ende i en legitimering af en ny måde at indlejre individet i værdier der strider imod dets rationalitet. Omvendt vil jeg også mene at Nietzsches teori har mangler der gør den problematisk af forstå en stressproblematik ud fra, og det vil behandle i næste del af opgaven.

5.5 Delkonklusion

Jeg har indtil videre argumenteret for at stress er et dynamisk begreb, som vi har en biologisk indkredsning af hvad betyder for vores organisme; at vi har flere bud på hvordan vi skal forklare dette fænomen som netop, ja, et fænomen der opleves af et subjekt og ikke en organisme; at disse bud stadig efterlader plads til nye perspektiver; at vi har oplevet en ny stressforståelse spire frem, og at vi ud fra argumenter om stressudviklingens udgangspunkt i skamfølelser og oplevelsen af retfærdighed med fordel kan udvide vores forståelsesramme, og se moral og værdier i et individs miljø som

et medvirkende element i stressudviklingen fra et mere kritisk perspektiv.

Med udgangspunkt i Sørensens og Pedersens hhv. kvantitativt og kvalitativt funderede konceptualiseringer af stressudviklingen, mener jeg med Nietzsches problematisering af moralen, at have etableret grundlaget for en udvidelse af vores stressforståelse, på en måde der giver et bredere og mere moralkritisk teoretisk grundlag at forholde sig til, i vores indretning af vores sociale institutioner. Når det er sagt, så er det stadig en grov sammenstilling og analyse af teoretiske positioner, og jeg mener ikke at Nietzsches filosofi kan levere tilstrækkeligt med nuancering af moralens plads i stressudviklingen til at kunne sige at vi nu har et udkast til hvordan vi bør agere for at mindske en negativ moralsk påvirkning på stressudviklingen på arbejdspladser og i hverdagen generelt. Kort sagt så lader Pedersen til at se stress som udspringende af en konflikt mellem ydre krav og individets følelser, og Sørensen udlægger det som en konflikt mellem nogle ydre rammer der umuliggør udlevelsen af en indre moral i korrespondance med feltets moral. Fra et nietzscheansk moral-perspektiv vil jeg mene, at man også kan se en sådan relation mellem individet og dets omgivelser i et mere kritisk naturalistisk perspektiv, som en konflikt mellem en ydre moral og individets indre rationalitet eller dets 'natur'. En konflikt hvis forebyggelse, eller løsning, ud fra Nietzsche vil problematiseres af tre faktorer, der efter min mening ikke berøres tilstrækkeligt og som jeg vil formuleres således:

- 1) Individets socialitet som et positivt potentiale.
- 2) Betingelserne for individets handlerum i forandringen.
- 3) Placeringen af ansvar indenfor og udenfor individet.

Med Nietzsche har jeg altså undersøgt et aspekt af hvordan stress kan være betinget af moral, men moralen forbliver her en katalysator for en indre process mellem rationalitet og impulser. På den måde mener jeg at mangle en beskrivelse af individets interaktion med moralen og dens manifestation i handlinger og holdning hos andre mennesker. Muligheden for at indrage disse perspektiver, og dermed at kunne give en skitse til et løsningsforslag vil jeg nu diskutere med inddragelse af Simone de Beauvoir.

Kapitel 6 – Etisk forebyggelse af moralsk stress?

Som ovenfor nævnt mener jeg at Nietzsches filosofi efterlader individet en smule fastlåst i forhold til at agere i en given forandring, hvor forholdet til sine medmennesker hovedsagligt indbefatter en

antagonistisk kamp om magt. Jeg mener derfor det er nødvendigt at problematisere Nietzsches individualisme og det handlerum (eller mangel på samme) som hans teori giver individet, samt muligheden for at placere ansvar for forekomsten af de stressende værdikonflikter i en arbejdspladstekst.

Så hvordan kan vi udvide forståelsen af individets socialitet, handlerum og ansvar uden samtidig at modsige Nietzsches værditeori og ødelægge validiteten af undersøgelsen indtil videre? Her mener jeg at Simone de Beauvoirs værk *Ethics of Ambiguity* udgør et godt supplement til en kritisk forståelse af moralitet. Hun inddrager i højere grad individet som socialt og eksistentielt ansvarligt væsen, i en kritiske udlægning af samspelet mellem moral og frihed, som bærer præg af efterkrigstidens skepsis overfor tyranniets mange facetter i kulturen. I dette kapitel vil jeg kort introducere de Beauvoirs eksistentiale position og hvordan hun giver et udkast til en eksistentiale etik. Derudover vil jeg vurdere de Beauvoirs teoretiske overlap med Nietzsches værditeori, hovedsagligt i forhold til spørgsmålet om deres syn på menneskets mulighed for selvrealisering, hvilket vil indebære en kontrastering af Nietzsches individualisme med de Beauvoirs intersubjektive frihedsbegreb. Til slut vil jeg vurdere muligheden for at placere ansvar eller give handlingsanvisninger ud fra denne teoretiske kobling af Nietzsches værditeori og de Beauvoirs eksistentiale etik.

6.1 En vilje til magt eller frihed?

I *Ethics of Ambiguity* giver de Beauvoir hendes bud på hvordan vi ud fra eksistentialismen kan udlede en etik for mennesket med udgangspunkt i dets frihed. Grundlaget for hendes menneskesyn bygger på begrebet *tvetydighed*, som hun indledende beskriver ud fra et citat af Montaigne: ““The continuous work of our life,” says Montaigne, “is to build death.”” (de Beauvoir, 2018, p. 5). Hun bruger citatet til at eksemplificere, at mennesket er bevidst om aspekter af vores eksistens som andre væsener blot gennemgår. Hun mener derfor at mennesket har evnen til at befri sig selv fra denne naturlige tilstand, uden dog at kunne undslippe den:

He is still a part of this world of which he is a consciousness. He asserts himself as a pure internality against which no external power can take hold, and he also experiences himself as a thing crushed by the dark weight of other things.[...] This privilege, which he alone possesses, of being a sovereign and unique subject amidst a universe of objects, is what he shares with all his fellow-men. In turn an object for others, he is nothing more than an individual in the collectivity on which he depends. (Ibid., p. 5f.).

Udover at uddybe hendes forståelse af menneskets tvetydighed, så viser citatet her også en grundlæggende kontrast til Nietzsches forståelse af menneskets frihed: Intersubjektiviteten. Hun tillægger mennesket to forskellige indsigter, nemlig bevidstheden om sin magt over objekter i verden, og den magtfulde uafhængighed det giver; men også oplevelsen af selv at være et objekt blandt andre objekter, og den magtesløse afhængighed det medfører. Hvor Nietzsche formentlig ville mene at sådan en beskrivelse er udtryk for to mennesketyper - hvoraf det handler om at placere sig selv i den første kategori og opnå størst selvudfoldelse - så mener jeg at de Beauvoirs pointe er at menneskets eksistens indeholder begge aspekter, og at det handler om at erkende dette faktum for at kunne realisere sin frihed.

Hun påpeger dog at det ikke er nogen nem sag at forholde sig til denne tvetydighed i vores eksistens, og at dem der dog accepterer dualismen har en tendens til at fokusere på den ene af siderne og etablere hierarkier og reduktioner i vores syn på mennesket. I formuleringen af værdier og etikker har vi oftest lagt vægt på mennesket som ren internalitet eller eksternalitet, for at eliminere tvetydigheden: “[...]by escaping from the sensible world or by being engulfed in it, by yielding to eternity or enclosing oneself in the pure moment.” (de Beauvoir, 2018 p. 7). Hun mener at vi må drage konsekvensen af disse utilstrækkelige forsøg på at undslippe tvetydigheden: “Let us try to assume our fundamental ambiguity. It is in the knowledge of of the genuine conditions of our life that we must draw our strength to live and our reason for acting.” (Ibid., p. 8). Til at konfrontere konsekvenserne af vores tvetydighed tager de Beauvoir udgangspunkt i Jean-Paul Sartres værk *Væren og intet*, hvor mennesket beskrives som defineret ved dets negativitet; at mennesket er en væren *der skaber sig selv* som en mangel på væren *for at kunne frembringe* væren. Dette lidt kryptiske udsagn mener jeg, lidt simplificeret, kan tolkes som et udtryk for at mennesket simpelthen må distancere sig, til de ting vi definerer vores eksistens og tilværelse ud fra, i den forstand at vi for at vi på et givent tidspunkt kan blive X, på et tidligere tidspunkt måde være ikke-X: “This end, which man proposes to himself by making himself lack of being, is, in effect, realized by him.” (Ibid., pp. 10f.). Når de Beauvoir skriver om væren generelt, så tolker jeg det som det der fremtræder for mennesket som muligt at forholde sig til; at positionere sig i forhold til både bogstavligt og billedligt; og at evaluere værdien af for den enkelte. Når hun derudover skriver om mennesket, at det er et væsen der må gøre sig til en mangel på væren for at åbenbare væren, så forstår jeg det netop som et udtryk for den logik, der ligger i at vi som både sansende og reflekterende væsener (hvilket også ligger til grund for vores tvetydighed) nødvendigvis må forstå at definere os negativt i forhold til de ting i verden vi ikke er, men som derigennem pludselig kan være for os.

Menneskets eksistens er dermed ikke givet på forhånd, da vi er i stand til at distancere os fra vores natur og fra vores væren og dermed åbenbare den i vores frie valg – hvilket er nødvendigt for at forholde sig moralsk til sig selv og andre: “One does not offer an ethics to a God. It is impossible to propose any to man if one defines him as nature, as something given.” (de Beauvoir, 2018, p. 9). Dermed indebærer selve denne bevidstgørelse for de Beauvoir en bevægelse i mennesket, der tvinger os til at forholde os til vores potentielle frihed. For selvom vores frihed er et faktum ved vores tvetydighed, så er det op til os selv at realisere denne frihed og skabe vores egen væren i verden:

[...] his passion is not inflicted upon him from without. He chooses it.[...] It must therefore be understood that the passion to which man has acquiesced finds no external justification. No outside appeal, no objective necessity permits of its being called useful. It *has* no reason to will itself. But this does not mean that it can not justify itself, that it can not *give itself* reasons for being that it does not *have*. (Ibid., p. 10f.).

Her tydeliggør de Beauvoir altså, at vi ikke kan undskylde vores måde at være i verden på, med instanser udenfor os. Dette ansvar for at retfærdiggøre vores egen væren indebærer for de Beauvoir, lig Nietzsche, et ansvar for ikke at definere os selv ud fra absolutte værdier udenfor os selv:

The first implication of such an attitude is that the genuine man will not agree to recognize any foreign absolute. When a man projects into an ideal heaven that impossible synthesis of the for-itself and the in-itself that is called God, it is because he wishes the regard of this existing Being to change his existence into being; but if he agrees not to be in order to exist genuinely, he will understand that it is not a matter of being right in the eyes of God, but of being right in his own eyes. (Ibid., p. 13).

Her nævner de Beauvoir gud som en absolut instans mennesker kan søge deres frihed gennem, men jeg mener at vi i dag også, med rod i de tidligere eksempler på nutidige moraliteter, kan se andre instanser i vores verden og vore sprog, som lader til at kunne antage absolut værdi i moralske spørgsmål. Men jeg mener også at vi med fordel kan bøje begrebet en smule mere; jeg vil vove at påstå at Pedersens eksempel på medarbejderen der sagde nej til en operation til sit barn, fordi hun ikke mente at hun kunne undværes på arbejdet, kan ses som udtryk for en tilskrivning af noget nær absolut værdi, i et hverdagsperspektiv, til ens job(funktion) som den instans eller det objekt man definerer sig ud fra og (fejlagtigt) søger at realisere sin væren gennem. For de Beauvoir er problemet bare, at det kan man kun selv, og at underkaste sig en ekstern instans eller objekt vil ikke lede til ens frihed, selvom man kan tro på det.

Hvor Nietzsche ud fra hans naturalistiske perspektiv formentlig ville sige at mennesket dermed bør forkaste alt der ikke er udtryk for dets egen partikulære natur og vilje til magt, mener de Beauvoir ikke at manglen på absolutter, som vi kan henføre vores værdier til, gør det ligegyldigt hvilke værdier vi etablerer i et eksistentiaalistisk perspektiv. Her går hun imod Nietzsches mere anarkistiske individ, som kun står til ansvar for sin individuelle natur og sin egen rationalitet. Når Dostojevskij i *Brødrene Karamazov* spørger om alt er tilladt hvis gud er død, så mener de Beauvoir at det gælder modsat:

To re-establish man at the heart of his destiny is, they claim, to repudiate all ethics. However, far from God's absence authorizing all license, the contrary is the case, because man is abandoned on the earth, because his acts are definitive, absolute engagements. He bears the responsibility for a world which is not the work of a strange power, but of himself, where his defeats are inscribed, and his victories as well.[...] It is up to man to make it important to be a man, and he alone can feel his success or failure. And if it is again said that nothing forces him to try to justify his being in this way, then one is playing upon the notion of freedom in a dishonest way. (de Beauvoir, 2018, pp. 14f.).

Derudover er det altså ifølge de Beauvoir nødvendigt for realiseringen af menneskets frihed, at individet forholder sig til andre menneskers frihed. Hun argumenterer for intersubjektivitetens nødvendighed gennem hendes beskrivelse af, at friheden nødvendigvis må ville sig selv uendeligt. Derfor må man forlade sig på andres frihed, for at kunne ville sin egen frihedsudfoldelse efter vores eget livs ophør, hvilket igen fremhæver hendes udlægning af eksistentiaalismen, som en filosofi der betoner menneskers gensidige afhængighed i realiseringen af vores frihed. Hun henviser her til Nietzsche som en teoretiker der behandler eksistentiaalismen som en solipsisme, og dermed også ophøjer den rene vilje til magt uden blikket for andre individer. Et sådant perspektiv vil netop indebære et menneskesyn præget af dominans ud fra individets selvvalgte værdier. Ud fra de Beauvoir kan mennesket altså kun retfærdiggøre sin egen eksistens med udgangspunkt i andres eksistens: "One can reveal the world only on a basis revealed by other men. No project can be defined except by its interference with other projects. To make being "be" is to communicate with others by means of being." (Ibid., p. 76f.). Man kunne indvende at Nietzsches idéelle menneske netop ikke udfolder sin magt som en dominerende underkuelse af andre, da det er et tegn på svaghed at føle behov for at påføre lidelse som måde at hævde sin magt på (Kaufmann, 2013, pp. 194-196). Men jeg vil mene at et direkte hensyn til andre for ham vil være udtryk for en flok-mentalitet (og moralitet), som i sidste ende vil skade individets mulighed for at øge sin magt og mulighed for selvudfoldelse. På den an-

den side er dominans og lidelse noget Nietzsche accepterer som 'bivirkninger' af den stærkes selvudfoldelse. Det mener jeg er en uacceptabel præmis at arbejde socialfilosofisk ud fra, men jeg mener samtidig at det er muligt at forstå en stor del af Nietzsches værditeori inden for rammerne af de Beauvoirs intersubjektive frihedsbegreb i stedet for Nietzsches individualistiske magtbegreb.

Jeg mener netop at det er nødvendigt at lægge mere vægt på frihedsbegrebet, når jeg undersøger den måde moral ikke bare kan siges have indflydelse på stressudviklingen gennem en hæmning af selvovervindelsen - hvilket Nietzsche fremlægger som et rent individuelt anliggende - men også hvordan moral også kan siges at være et kollektivt anliggende, når det hæmmer menneskers mulighed for at realisere deres frihed. For jeg er enig i de Beauvoirs beskrivelsen af Nietzsches udlægning af individets eksistens som havende solipsistiske træk, som hun pointerer strider imod vores generelle måde at forholde os til- og reagere på andres handlinger overfor os: Hun fremhæver netop at vi ikke ville kunne blive indignerede eller beundre, hvis vi ikke antog en form for frihed hos andre mennesker: "In order for men to become indignant or to admire, they must be conscious of their own freedom and the freedom of others. Thus, everything occurs within each man and in the collective tactics as if men were free." (de Beauvoir, 2018, p. 21). Selv om Nietzsche selvfølgelig ikke mener at det stærke menneske oplever ressentiment på samme måde som det svage, i så fald kun kort før det udlades, så erkender han dog dermed, at selv den stærke kan se andre som havende frihed. Jeg ser Nietzsches komplette frigørelse fra moralen som tilnærmelsesvist lig en solipsisme og, hvis ønskværdigt for nogen overhovedet, i hvert fald som en for høj potens af individuel magtfuldhed til at være ønskværdigt i en social kontekst som på en arbejdsplads. Ifølge de Beauvoir vil en frihedsforståelse der komplet forkaster menneskets forholden sig moralsk, lede til ufrihed. Det bliver nemlig med de Beauvoir tydeligt at det er et moralsk spørgsmål hvordan man forholder sig til sin frihed:

To will oneself moral and to will oneself free are one and the same decision.[...] To will oneself free is to effect the transition from nature to morality by establishing a genuine freedom on the original upsurge of our existence. (de Beauvoir, 2018, pp. 24f.).

Denne originale vækst i vores eksistens hun påpeger i citatet, tolker jeg som hvert enkelt øjeblik vi træffer et valg, og dermed har potentialet til at forholde os moralsk og til at ville sin frihed, som for hende konvergerer. At lægge vægt på ethvert valg man træffer kan virke for spontant til at kunne være andet end et kontingent tilfælde af vores dagligdag. Men som de Beauvoir udlægger det, så ligger der selv i hver spontant bevægelse mod et objekt en mulighed og et ansvar for positivt at an-

tage eksistensen af det objekt man retter sig imod, på trods af at det ikke er givet for os (da det er en væren vi må gøre os selv til mangel på) – hvilket er et valg vi konstant står overfor og må forholde os til, og som er hvad der over tid udgør vores eksistens. Ifølge de Beauvoir er det også derfor et lille barn ikke kan forholde sig til moral før det har en forståelse af sig selv i fortiden og fremtiden (de Beauvoir, 2018, p. 25-27). Jeg mener dermed at de Beauvoirs moralbegreb er sammenligneligt med Nietzsches positive naturalistiske brug af moralbegrebet. Hvor Nietzsche beskriver det positive moraske individ som en forholden sig til sig selv som muliggør den størst mulige grad af selvudførelse, så arbejder de Beauvoir med et næsten tilsvarende åbent moralbegreb, der netop også betoner sammenhængen mellem det virkeligt moraske og individets frihed gennem en konstruktiv distance til begrænsende moraliteter. Men, hun medtager det intersubjektive perspektiv, hvilket ikke vil være foreneligt med Nietzsches frihedsforståelse, selvom jeg mener deres moralbegreber er forenelige i forhold til den kritiske indstilling til eksterne værdier. de Beauvoir forklarer dog hvorfor Nietzsches 'frigjorte' menneske ikke nødvendigvis er så frit igen.

Det er netop både muligt at ville sin frihed ved at antage væren som beskrevet ovenfor, men det er ligeså muligt at undgå at ville sin frihed, og dermed sin moral: “But one can choose not to will himself free. In laziness, heedlessness, capriciousness, cowardice, impatience, one contets the meaning of the project at the very moment that one defines it.” (Ibid., p. 25). Det er altså nødvendigt for at realisere vores frihed, at vi ikke undertrykker den spontanitet som vi i udgangspunktet møder verden med, selvom det kan være angstprovokerende:

To avoid the anguish of this permanent choice, one may attempt to flee into the object itself, to engulf one's own presence in it. In the servitude of the serious, the original spontaneity strives to deny itself. It strives in vain, and meanwhile it then fails to fulfill itself as moral freedom. (Ibid., p. 26).

Men hvilke konsekvenser har dette perspektiv på vores friheds intersubjektive karakter for den stressforståelse jeg er ved at udvikle? Det betyder at individet der oplever en forandring på sin arbejdsplads, som opleves som en værdikonflikt ikke, som ud fra Nietzsches perspektiv, bør se sig i opposition til sine medmennesker, på trods af at de kan være med til at gøre det sværere at forholde sig til moralen der bliver present i kontekst af forandringen. Samtidig vil det, lig et nietzscheansk perspektiv, være nødvendigt ikke at se bestemte instanser og værdier som absolutte og uoverskridelige. Det er en indsigt man må have for øje selv om det kan være en del af kulturen at henvise til sådanne absolutter i diskursen eller som repræsenteret blandt medarbejdere, ledere og kunder –

eksempelvis gennem referencer til forskellige økonomiske og politiske målsætninger. Men hvordan kan medarbejderen så forholde sig, for at ville sin frihed og undgå forekomsten af værdikonflikter?

6.2 Individets handlerum i værdikonflikten

Vi antager altså nu, i forlængelse af den tidligere etablerede stressforståelse, at individet grundlæggende befinder sig i en tvetydig eksistens som kræver en bestemt måde at forholde sig til sin frihed på, i et samspil med andre mennesker for at kunne realisere denne frihed og dermed også agere moralsk, og det vil være undergravende for vedkommendes frihed at søge denne i en absolut instans. Hvordan kan individet så forholde sig til denne eksistentielle situation for at undgå en deroute mod en ressentimenttilstand der kan føre til stress?

Når de Beauvoir siger at mennesket er defineret ved sin negativitet og at moralitet må opnås gennem en distancering til sig selv, så er det en angstfyldt indsigt, da der er stor risiko for ikke at nå en moralsk tilstand, og man vil nemt kunne 'lyve' for sig selv og undslippe denne 'opgave' med at distancere sig fra sin egen væren – dermed åbenbarer man bare heller ikke sin væren gennem en moralsk forholde sig til sig selv, og dermed fejler man også i at realisere sin frihed fuldt (de Beauvoir, 2018, p. 35). Men det er ikke bare et spørgsmål om man enten undviger sin frihed eller opnår den. Der er mange måder mennesker vil forsøge (eller ikke) at åbenbare deres væren og realisere deres frihed. Lidt på samme måde som man ud fra Nietzsches magtbegreb et magthierarki fra barbaren til asketen, så arbejder de Beauvoir også med et hierarki. Hvor Nietzsche skelner mellem niveauerne ud fra individets magtoplevelse gennem selvkontrol, så skelner de Beauvoir ud fra individets overvindelse af sin angst og evne til at hævde sig selv i den ideelle distance til sin egen væren og udleve sin frihed. Der vil nemlig både være mennesker der undgår at distancere sig til sin væren, forsøger at overvinde distancen ved at hævde sin værens permanens gennem en anden væren, eller negere sig selv som væren, hvilket er et par af måderne de Beauvoir fremhæver (Ibid., p. 34f.). Men ifølge de Beauvoir, så er det netop fordi vi kan fejle og lide nederlag at vi også kan vinde vores frihed: “And it is precisely because an evil will is here possible that the words “to will oneself free” have a meaning.” (Ibid., p. 34). de Beauvoir giver en håndfuld eksempler på arketyper der forholder sig til deres frihed på typiske destruktive eller amoralske måder, som i praksis vil være tilstande vi kan skifte imellem uden større sammenhæng (Ibid., p. 35). Jeg vil fokusere på to af dem, *den seriøse person* og *eventyreren*, hvor den seriøse eftersigende skulle anses for den mest udbredte og tættest på Nietzsches 'normale' magtniveau, og eventyreren mener jeg kommer tættest Nietzsches beskrivelse af det stærke eller fornemme menneske, og, som de Beauvoir pointerer, fejlagtigt kan

fremstå som det frie moralske menneske.

Den seriøse person vil være kendetegnet ved at underkaste sin frihed en fremmed instans, om det så er indenfor en religion, filosofi, videnskab, eller en helt fjerde bevægelse eller institution: "He loses himself in the object in order to annihilate his subjectivity." (de Beauvoir, 2018, p. 49). Han undslipper at konfrontere sin væren for at opnå frihed ved at underkaste sig værdier som skulle forestille at være ubetingede, og han forestiller sig at hans optagelse af disse værdier permanent giver ham (og hans liv) værdi. Som hos Nietzsches svage menneske søges der en flok som kan give den følelse af værdi individet ikke selv formår at give sig selv gennem realiseringen af sin frihed. På den måde går den seriøse person ikke så meget op i beskaffenheden eller arten af objektet, men mere i muligheden for at fortabe sig i det (Ibid., pp. 49f.). Det vil også være risikabelt at have den seriøse person i en højere stilling på en arbejdsplads, da vedkommende hurtigt kan blive en tyrann:

Dishonestly ignoring the subjectivity of his choice, he pretends that the unconditioned value of the object is being asserted through him; and by the same token he also ignores the value of the subjectivity and the freedom of others, to such an extent that, sacrificing them to the thing, he persuades himself that what he sacrifices is nothing. (de Beauvoir, 2018, p. 53).

Her er det altså tydeligt at de Beauvoir ser en risiko, som hun også påpeger at Nietzsche gjorde, for mennesket i dets overgivelse til en instans der reelt begrænser individets frihed; de lægger dog vægt på forskellige aspekter af denne risiko. Hvor Nietzsche i høj grad ser selve socialiteten omkring en bevægelse og dens værdier som værende det skadelige og som udgør en risiko for individet, fokuserer de Beauvoir i højere grad på at det farlige er individets egen tendens til at træffe valg der har karakter af den seriøse person; socialiteten, flokken, er netop i sig selv ikke destruktiv for hende, det afhænger af hvilke valg det leder individet til at træffe, så individet kan sagtens have et sundt forhold til flokken så at sige. For Nietzsche lader det til at de mennesker der i udgangspunktet er svagere stillet end andre, mere naturligt vil forfalde til at følge en moral som kan give det en magtfølelse, men hos de Beauvoir vil jeg mene at der er mere åbenhed overfor individet til at kunne realisere sin frihed som en række aktive, og svære, valg. Det skal dog siges at de Beauvoir anerkender at vi altid er betinget af vores historie, og at vi som personer ikke altid er lige godt stillede for at realisere vores frihed (Ibid., p. 43). På denne måde fremhæver hun også både de tidligere amerikanske slaver og datidens kvinder som manglende et 'instrumentet' til at kunne realisere deres frihed:

[...] be it in thought or by astonishment or anger, which permits them to attack the civiliza-

tion which oppressed them.[...] But once there appears a possibility of liberation, it is resignation of freedom not to exploit the possibility, a resignation which implies dishonesty and which is a positive fault. (de Beauvoir, 2018, p. 41).

Hvor de Beauvoir og Nietzsche vil kunne overlappe en del i deres vægrelse ved den attitude vi med de Beauvoirs begreber kan kalde seriøs, og som kan medvirke i skabelsen af moraliteter der for Nietzsche vil udgøre en trussel mod menneskets selvudfoldelse, så bliver kontrasterne mellem deres menneskesyn tydeligere når vi kigger på de Beauvoirs beskrivelse af den arketype hun kalder eventyreren.

Eventyreren vil ligne et frit menneske, da han ikke vil fortabe sig i en moral eller bevægelse, men insistere på at kaste sig ind i verden, og søge sin frihed uafhængigt af verdens seriøsitet. Han vil være kendetegnet ved en reflektiv skepsis, men derigennem også glæden ved at aktivere sig selv og beskæftige sig med ting selvom han ikke nødvendigvis tror på deres absolutte status, og på den måde opleve sin tvetydighed som et positivt, muliggørende aspekt af livet (de Beauvoir, 2018, p. 63f.). Denne karakteristik minder i høj grad om Nietzsches beskrivelse af det stærke menneske, og de Beauvoir bemærker da også at eventyreren ikke har meget til overs for andre mennesker, slet ikke dem der ikke deler hans selvtilstrækkelighed (Ibid., pp. 66f.). Ud fra de Beauvoirs beskrivelse af eventyrerens frihed som grundlagt i en hensynsløshed, vil han dog ikke have indset sin friheds betingelse i andre mennesker:

The man we call an adventurer, on the contrary, is one who remains indifferent to the content, that is, to the human meaning of his action, who thinks he can assert his own existence without taking into account that of others. (Ibid., p. 65).

Dette vil betyde at eventyreren ofte implicit vil kunne have den seriøses forholden sig til sin frihed i et objekt, som dog vil være et strengt personligt mål som ikke indebærer en socialitet med andre, hvorfor han ofte vil ende med at fortabe sig i dette objekt (Ibid., pp. 63f., 66f.). Beskrivelsen af eventyreren stemmer igen godt overens med Nietzsches individualistiske stærke menneske, for hvem selvudfoldelsen er et strengt individuelt projekt, og ikke har skrupler med at påføre andre mennesker lidelse som uintenderet sideeffekt af dets udfoldelse. de Beauvoir viser her at denne attitude, på trods af at være i en distance til sin egen væren og ikke lade sig underkaste en moral, stadig vil risikere at fortabe sig i et objekt og dermed ikke realisere sin frihed i den nødvendige indragelse af andre menneskers projekter i sit eget projekt, fordi mennesket for at frigøre sig nødvendigvis må ville sin frihed gennem en væren der må være andres frihed.

Med denne beskrivelse er det altså tydeligt at vi ud fra Nietzsche ikke finder en holdbar løsning på individets problem i en given værdikonflikt. Da selv Nietzsches ideelle måde at forholde sig på, vil indebære en risiko for fortabelse i et objekt der kan udgøre en absolut værdi. Men med de Beauvoir kan vi dog sige at individet har muligheden for at forøge sit handlerum i en værdikonflikt, og, som jeg tolker det, nærme sig selvovervindelsen, ved blandt andet at undgå de problematiske og risikable indstillinger som de Beauvoir fremhæver. Med handlerum mener jeg her mulighederne individet har for at få udladning for sin vilje til magt, gennem en rationel selvovervindelse, og altså ud fra de Beauvoir også muligheden for at have et konstruktivt forhold til den sociale sammenhæng det befinder sig i på trods af influerende moral; man kan også sige at begrebet betegner de betingelser medarbejderen har for at forholde sig rationelt til forandringer på arbejdspladsen og ikke opleve en moralsk fordring der kan skabe en magtesløshed og føre til en stressende ressentimentfølelse. Det mener jeg de Beauvoir giver en forklaring af, eller måske mere hvordan vi ikke skal forsøge at skabe sådanne betingelser. Det vi kan sige er netop at det både vil være risikabelt at indtage en seriøs position til en instans som løsning på værdikonflikten, men samtidig vil det heller ikke være gavnligt på langt sigt at indtage en for distanceret position til andre menneskers frihed. Men med hendes pointering af den individuelle friheds intersubjektive betingelse, så vil jeg mene at medarbejderens omgivelser også kan medvirke til at skabe et handlerum, eller hvad man måske kan kalde *et moralsk frirum*, hvor det er muligt at undgå at en forandring bliver til en værdikonflikt. Dette mener jeg bør kunne skabes hvis man er opmærksom på den eller de moraliteter der er på spil på en arbejdsplads, eller hvorvidt bestemte forandringer har, eller får, et moralsk udtryk som skaber en oplevelse af magtesløshed, der vil risikere at skabe ressentiment hos medarbejderne, og dermed lægger op til flere værdikonflikter. Jeg vil nu kigge på hvordan det ud fra Nietzsche og de Beauvoir er muligt at placere ansvar for etableringen af en medarbejders handlerum eller en arbejdsplads' moralske frirum.

6.3 Ansvar indenfor og udenfor individet

For at kunne tale om ansvar i forhold til en medarbejders stressudvikling i en værdikonflikt med en given moral, vil jeg først kigge på hvordan man kan forstå individet som generelt ansvarligt for sin egen eksistens ud fra Nietzsche og de Beauvoir. Derefter kigge på hvorvidt man overhovedet kan placere ansvar udenfor individet, ud fra disse to teorier der på hver sin måde er forholdsvist individualistisk orienterede.

Ud fra *Moralens oprindelse* er mit indtryk at ansvarlighed mest af alt er et begreb der hos

Nietzsche betegner en undertrykkende frasing af magt hos individet, og som han mener er en unaturlig tæmning af mennesket for at civilisere det under moralens åg. Han opererer dog med en beskrivelse af selvet som potentielt moralsk i positiv forstand, og dermed må man kunne tolke at individet kan leve op til sine egne normative krav. Ser man på den stressede medarbejder, som befinder sig i en værdikonflikt hvor der fordres en bestemt adfærd eller holdning fra den dominerende moral, så mener jeg godt man fra et nietzscheansk perspektiv vil kunne sige at individet er ansvarligt i en begrænset forstand. Individet er ansvarligt for at øge sin magt og realisere sig selv, men det er ikke ansvarligt i den forstand at det har svigtet en bestemmelse af dets natur, hvis det ikke når denne realisering, da Nietzsche nærmest deterministisk skelner mellem stærke og svage mennesker. Som han skriver, kan man ikke forvente af den stærke at han skal være svag, eller af den svage at han skal være stærk (Nietzsche, 1993, p. 47). Så dermed vil man kunne sige at individet bør tage stilling til sit liv, men at det ikke nødvendigvis kan nå til et hvilken som helst niveau af selvudfoldelse. Dermed vil individet i forhold til at agere i en værdikonflikt ikke nødvendigvis kunne forbedre sine vilkår for at overvinde sig selv og øge sin magt gennem konstruktiv handlen, men kun gøre et forsøg herpå, der vil være stærkt influeret af individets natur og psykologiske konstituering.

Hos de Beauvoir er der tydeligvis tale om at individet er ansvarligt for at åbenbare sin egen væren, og realisere sin frihed. I et eksistentielt perspektiv sker dette dog gennem en bestemt distance til hvad end man må have af projekter og værdier, da vi i en værdikonflikt kan risikere at forfalde til en skadelig seriøsitet, hvis vi enten forsøger at løse konflikten ved at hengive os til den konfronterende moral fuldstændigt, eller en anden moralsk instans som modsvar. I det hele taget udlægger hun det eksistentielle ansvar hos selvet i en moralsk situation i forlængelse af Kierkegaards beskrivelser af Abraham i *Frygt og Bæven*: “[...]what distinguishes the tyrant from the man of good will is that the first rests in the certainty of his aims, whereas the second keeps asking himself[...].” (de Beauvoir, 2018, p. 144). Moralitet består simpelthen i den smertefulde tilstand af at blive ved at spørge, og ikke stille sig tilfreds permanent. Men hvad har individet ansvar for at spørge om? Her giver de Beauvoir hendes bud på en generelt eksistentielistisk etik:

Thus we can set up point number one: the good of an individual or a group of individuals requires that it be taken as an absolute end of our own action; but we are not authorized to decide upon this end *a priori*. The fact is that no behavior is ever authorized to begin with, and one of the concrete consequences of existentialist ethics is the rejection of all the previous justifications which might be drawn from the civilization, the age and the culture; it is the rejection of every principle of authority. (Ibid., pp. 153f.).

Med en lidt kantiansk klang, kan man altså sige at man skal behandle den anden som frihed, så målet med ens handling også bliver dennes frihed, men derfor må man hver gang tage stilling på ny til hvordan dette gøres: “[...]in using this conducting wire one will have to incur the risk, in each case, of inventing an original solution.” (de Beauvoir, 2018, p. 153f.). Dette gøres ikke nemmere af at vi i vores handlinger må ville dem som uendelige, hvilket jo også var grunden til at vi må tænke vores handlinger i forhold til andre mennesker: “A freedom can not will itself without willing itself as an indefinite movement. It must absolutely reject the constraints which arrest its drive toward itself.” (Ibid., p. 31).

Her kan man pointere at Nietzsche har et lignende perspektiv på de enkelte valg vi træffer og vores vilje til at ville vores handlinger uendeligt. Nietzsche bruger begrebet *evig gentagelse* (ewigen Wiederkehr) om hans idé om verdens cirkulære gentagelse, og dermed som udtryk for hvad individet bør forholde sig til i sin livsførelse. Han eksemplificerer denne idé med, at der vil være stor forskel på hvordan et stærkt, og et svagt ressentimentfyldt menneske vil forholde sig til at skulle genopleve deres liv igen og igen i al uendelighed. Ifølge Kaufmann vil det stærke menneske som lever i en konstant selvovervindelse og realisering af sig selv, være lykkelig over udsigterne til en sådan gentagelse. I modsætning hertil vil det svage ressentimentfulde menneske ængstes ved en sådan udsigt (Kaufmann, 2013, p. 322-325.). Dermed mener jeg at både de Beauvoir og Nietzsche stiller individet til ansvar for dets egen eksistens, begge ud fra et tidsperspektiv, som dog lægger vægt på forskellige aspekter heraf. Hvor Nietzsche fokuserer på den psykologiske effekt af udsigten til handlingens gentagelse, så fremhæver de Beauvoir handlingens mulighed for at indgå i en socialitet der i form af muligheden for situationens forlængelse gennem andre menneskers vilje, muliggør ens egen frihed.

For medarbejderen betyder dette i første omgang at vedkommendes reaktion på forestillingen om en given arbejdssituations gentagelse, vil kunne være en indikator på hvorvidt individets position er rammesat af en moral der strider imod vedkommendes selvovervindelse. Fra eksistentialismens perspektiv bør denne øvelse udvides med en overvejelse af hvorvidt ens ageren i situationen forholder sig de implicerede menneskers frihed, for kun derigennem vil man kunne rette sig mod realiseringen af sin egen frihed og ikke risikere at forfalde til seriøsitet eller fortabelse i et objekt der kan retfærdiggøre en adfærd, der måske vil være psykologisk forløsende, men som ikke vil være moralsk og dermed frigørende for medarbejderen.

Når vi nu har kigget på hvordan man kan se individet i et ansvarforhold til sig selv, vil jeg afsluttende kigge på hvorvidt man kan tale om et ansvarsforhold til andre; altså om andre menne-

sker vil kunne tilskrives et ansvar for de værdikonflikter der kan opstå på en arbejdsplads og være en stressfaktor for den enkelte medarbejder.

Når jeg tidligere omtalte hvordan moral som socialt fænomen kan medvirke til at begrænse individets selvovervindelse, så vil det være nærtliggende at se individet hos Nietzsche som ansvarligt for ikke intentionelt at forsøge at underlægge andre individer en moral, som har et andet endemål end en individuel selvudfoldelse. Men selve idéen om at være ansvarlig overfor andre mennesker, vil jeg mene for Nietzsche er for meget af en begrænsning af individet, da sådan en udadrettet egentlig ansvarlighed netop er hvad han mener vil udgøre en unaturlig underkastelse for individet. Han accepterer som tidligere nævnt andres lidelse som et uomgængeligt forhold i verden, hvor der vil være forskel på styrkeforholdene mellem mennesker. De Beauvoir accepterer dog ikke en sådan begrænsning af andres frihed for individets egen magtfuldheds skyld, om det foregår intentionelt eller ej. Ligesom vi selv må medtage andre menneskers frihed i vores overvejelser af de valg vi træffer, så er vi netop i vores tvetydighed også underlagt andre menneskers vilje:

As we have seen, my freedom, in order to fulfill itself, requires that it emerge into an open future: it is other men who open the future to me, it is they who, setting up the world of tomorrow, define my future; but if, instead of allowing me to participate in this constructive movement, they oblige me to consume my transcendence in vain, if they keep me below the level which they have conquered and on the basis of which new conquests will be achieved, then they are cutting me off from the future, they are changing me into a thing. (De Beauvoir, 2018, p. 88f.).

En grundlæggende forskel på de Beauvoirs og Nietzsches forståelse af det frie selvudfoldende individ er, at hvor Nietzsche også formentlig vil mene at individet må forsøge at gøre sig fri af en position hvor det begrænses - om det så vil kunne lykkes eller ej - så vil de Beauvoir formentlig sige at vi ikke kun bør gøre os fri af vores friheds begrænsninger for vores egen skyld, men også for vores medmenneskers friheds skyld (de Beauvoir, 2018, p. 76f.). Problemet i en sådan frigørelse opstår dog når begrænsningen ikke optræder i form af en neutral tilfældighed i verden, men som et andet menneske:

A freedom can not will itself without willing itself as an indefinite movement. It must absolutely reject the constraints which arrest its drive toward itself. This rejection takes on a positive aspect when the constraint is natural. One rejects the illness by curing it But it again assumes the negative aspect of revolt when the oppressor is a human freedom. (De Beau

voir, 2018, p. 31).

Dette perspektiv på frigørelsens potentielle udtryk som oprør mod en andens frihed, betegner meget godt det aspekt ved vores eksistens som de Beauvoir kalder *handlingens antinomier*. Dette udtryk betegner hvad hun mener er de tilsyneladende kontradiktioner der vil opstå i handlingen overfor et andet menneske: "Thus one finds himself in the presence of the paradox that no action can be generated for man without its being immediately generated against men." (de Beauvoir, 2018, p. 107). Hermed bliver det altså sværere at afgøre hvornår man handler i hvis interesse, og hvis frihed man fremmer, når man skal træffe valg i en situation der opleves som undertrykkelse af ens egen eller en andens frihed. På en arbejdsplads kunne en sådan situation eksemplificeres med endnu et uddrag fra Pedersen:

Morten er afdelingsleder og har tilbudt sin medarbejder Lars en mellemliderstilling, som indebærer nogle helt nye arbejdsopgaver. Der opstår hurtigt problemer, da Lars har svært ved at bevare overblikket. Morten husker: "Han gav ikke slip på sine gamle opgaver, men søgte tryghed ved at gå tilbage til ekspertrollen." Morten forsøger at coache Lars til at lade være med at falde tilbage til detaljerne, men det er forgæves. Lars stiller så store krav til sig selv, at han ikke kan være troværdig over for sig selv, bemærker Morten. Til sidst bliver Lars sygemeldt. Morten bebrejder sig selv for ikke at have været god nok til at gribe ind og hjælpe Lars til at være tryk i det nye, men erkender samtidig, at det var nærmest umuligt at trænge igennem til ham. Jeg synes, jeg var meget firkantet. Men det prellede af som vand på en gås," siger han og ærgrer sig. "Nu fokuserer jeg på, hvordan medarbejderne tager det til sig. Æder de det indad, eller æder de det uda, dvs. rager de det til sig og spiller nogle bolde videre? Eller sidder de og giver sig selv skamfølelse?!" (Pedersen, 2016, pp. 120f.).

Her er det svært at vide hvordan Lars faktisk har opfattet situationen, men det kunne tyde på at der har været en art værdikonflikt til stede i Lars' skifte af jobfunktion, men at han ikke har overvundet sig selv og handlet på denne konflikt, men i stedet forsøgt at leve op til forfremmelsens fordring, selv om han måske har haft en bedre mulighed for at udleve sin vilje til magt i hans oprindelige stilling. Her kan en chef der forsøger at coache en medarbejder mod en bestemt væren på arbejdspladsen, groft sagt, tolkes som en art undertrykkelse af medarbejderens frihed, selvom det selvfølgelig ikke bevidst har været ment sådan må vi antage.

de Beauvoir fremhæver netop også at den undertrykkende part vil forhindre begrænsningen af sin egen frihed som, på uærlig vis, udfoldes gennem undertrykkelsen, uden blikket for den an-

dens frihed – og som jeg tolker det, muligvis også ubevidst. Det vil den undertrykkende part ifølge de Beauvoir typisk gøre ved at maskere sin undertrykkelse som en naturlig kendsgerning ved tingenes tilstand: “[...] since, after all, one cannot revolt against nature.” (de Beauvoir, 2018, p. 89). Ud fra denne tese vil man sådan set også kunne se Nietzsches udlægning af menneskets natur og ulighedens nødvendighed, som en mulig måde at maskere undertrykkelse på; og på trods af at det langt hen ad vejen var en mistolkning af hans filosofi, så var det til dels også præcis hvad nazisterne gjorde med hans værker i første halvdel af 1900-tallet. Ifølge de Beauvoir er det også denne mulighed for at maskere en undertrykkelse som et naturligt forhold, der kan gøre at folk ikke kender til deres egen tilstand, før de får et 'instrument' at erkende denne unødvendigt begrænsede tilstand igennem:

There are cases where the slave does not know his servitude and where it is necessary to bring the seed of his liberation to him from the outside: his submission is not enough to justify the tyranny which is imposed upon him. The slave is submissive when one has succeeded in mystifying him in such a way that his situation does not seem to him to be imposed by men, but to immediately given by nature, by the gods, by the powers against whom revolt has no meaning[...] (de Beauvoir, 2018, p. 91).

de Beauvoirs billede på slaven mener jeg kan tolkes som udtryk for en tilstand der kan minde om Nietzsches beskrivelse af det svage menneske som heller ikke kan indse sin egen situation. Men hvor Nietzsche så det som værende udelukkende individets egen sag at hæve sig over denne tilstand, hvis overhovedet muligt, så kan vi ud fra min tolkning se de Beauvoirs argument om at vi har et ansvar for at frigøre vores medmennesker, som en stærkere udlægning af hvordan vi også selv i sidste ende opnår frihed ved at frigøre andre. Derfor ser jeg det som et afgørende element i en moralsk stressforståelse at vi medtænker hvordan en stressudvikling kan være udtryk for medarbejderens begrænsede frihed, hvilket potentielt kan være resultat af en mere eller mindre maskeret morals undertrykkelse af individet og dets impulser. Denne beskrivelse er selvfølgelig sat en del på spidsen i forhold til hvordan man vil opfatte en værdikonflikts opløb til en stressudvikling på en normal arbejdsplads, men med henvisning til de Beauvoir, vil jeg ikke mene at vi bør tage for let på måden mennesker konfronteres med moraliteter på: “Ignorance and error are facts as inescapable as prison walls.” (Ibid., p. 41).

Med de Beauvoir kan vi nu sige at individet kan have et vist handlerum i forhold til at positionere sig stærkt i værdikonflikter, hvor en given moral vil fordre frihedsbegrænsende adfærd, men at dette ansvar også rækker ud over individet, da ethvert individs frihed er intersubjektivt betinget af

dets medmenneskers frihed. Derfor vil medarbejdere på en arbejdsplads kunne siges at være gensidigt ansvarlige for at skabe et moralsk frirum og ikke at forfalde til den seriøse attitude, hvor individet forkaster sin frihed i en tro på en moralsk instans, hvilket kan at lede til andre menneskers undertrykkelse gennem øgede moralske spændinger og værdikonflikter. Det er dog vigtigt at pointere at man ud fra en sådan forståelse af stress som jeg har udlagt, ikke vil kunne give en fast teknik og fremgangsmåde til forebyggelse af- eller vej ud af værdikonflikten ud fra eksistentialismen; ifølge de Beauvoir vil man i det hele taget ikke kunne give en sådan vurdering uden for den konkrete situation:

To ask such a question is also to fall into a naive abstraction. We don't ask the physicist, "Which hypotheses are true? Nor the artist, "By what procedures does one produce a work whose beauty is guaranteed?" Ethics does not furnish recipes any more than do science and art. One can merely propose methods. (de Beauvoir, 2018, p. 145).

På den måde mener jeg også at min undersøgelse kan ses som oplæg til en metode til at forstå aspekter af stressudviklingen som ellers ikke ville ses. Hvis man endelig skulle kalde en sådan, fortrinsvist individorienteret, metode noget i relation til den gængse terminologi på stressområdet, så kunne man sige at det var en slags copingstrategi, men en *ustrategisk copingstrategi*. Den beskrivelse mener jeg kunne være passende idet, den som sådan ikke indebærer en egentlig strategi der vil have én bestemt virkning; det er en fremgangsmåde til at åbenbare aspekter af ens arbejdsliv og relationer på ens arbejdsplads, som kan præsentere valg for det enkelte individ, som kan føre til en større grad af selvovertagelse og dermed selvudfoldelse og frihed, men hvor at det vil indebære nogle muligvis radikale valg for at realisere denne frihed.

Men hvordan vil man kunne se denne stressforståelse som ikke kun et spørgsmål om dynamikker på arbejdspladsen, men som oplæg til en generel stressforståelse? Det har jeg ikke plads til at udfolde her, men i syvende og sidste kapitel vil jeg kort give et bud på hvordan man ville kunne arbejde videre med det moralske perspektiv på stress som jeg indtil nu har antydnet, og dermed styrke et moralsk stressparadigme.

Kapitel 7 – Perspektiver til en generalisering af moral-perspektivet

Når jeg indtil nu har behandlet stressfænomenet har det været i en arbejdspladskontekst, da jeg har taget udgangspunkt i Sørensen og Pedersens behandlinger ud fra deres empiri, som har været orienteret mod stress på arbejdspladsen. I min analyse af deres konceptualiseringer har jeg forsøgt at

fremhæve perspektiver der antyder at moral, i en mere kritisk nietzscheansk forstand, kan spille en rolle i den måde de har beskrevet grundlaget for en stressudvikling. Siden jeg valgte at tage udgangspunkt i to ph.d.-afhandlinger, som allerede beskæftiger sig med stress som et fænomen der kan opstå i relation til vores moralske selvforhold som medarbejdere på en arbejdsplads, så vil min behandling ikke være nok til at kunne vise en generel sammenhæng mellem moralitet og stress. For at imødekomme en generalisering af den stressforståelse jeg har præsenteret, mener jeg at det ville være oplagt også at tage udgangspunkt i andre miljøer og rammer, som stress kan opstå i. Det ville give en bedre forståelse for, hvordan flere faktorer i menneskets liv kan spille en rolle i dets måde at forholde sig til sin frihed og udleve sin vilje til magt, og dermed hvilke andre moralske elementer der kan medvirke til at skabe en magtesløshed som stressfaktor. Der lader netop til at være god grund til at fokusere på stress udenfor arbejdspladsens, hvis man kigger til den nationale sundhedsprofil fra 2017: "Der ses en større andel med et højt stressniveau blandt arbejdsløse (47,0 %), førtidspensionister (55,6 %) og andre uden for arbejdsmarkedet (54,6 %) end blandt beskæftigede (19,4 %)." (Jensen et al., 2018, p. 27). Rasmus Willig (2016) har allerede påpeget hvordan man kan se bestemte professioners oplevelse af kritisable forhold som indikator for samfundets institutionelle tilstand, og jeg tænker man ville kunne lave en lignende kobling, i forhold til at se på forskellige gruppers stressniveauer som indikator for samfundets eller bestemte sektorer's moralske tilstand. En kobling der også kan ses antydnet af Nietzsche, når han skriver om udviklingen af skyldbevidsthed som følelsen af en gæld til forfædrene, hvilket jeg mener åbner et perspektiv på de kollektive faktorer for dårlig samvittighed (Nietzsche, 1993, p. 94f.).

Jeg mener derudover at det vil være gavnligt for den spirende forskningsretning indenfor moralsk stress, at undersøge moralens mere generelle indvirkning i stressudviklingen i flere forskellige livssituationer, for at skabe afklaring omkring tesen om at moralsk stress er en særlig slags stress qua de særlige situationer forskere har undersøgt fænomenet i. Hvis vi vender tilbage til ordets metaforiske oprindelse i ingeniørvidenskaben, så mener jeg at stress som en belastning af mennesket må være en mere eller mindre ens tilstand at ende i uafhængig af hvilke stressorer der fører til reaktionen. Men vores forståelse af stressorerne, vil netop være afgørende for hvem og hvor mange stressen forekommer hos. Derfor mener jeg det er vigtigt at forsætte med at udvide vores forståelser af fænomenet. På den måde tror jeg at en moralsk forståelse af stress kan være med til at flytte fokus fra at håndtere det vi nu kan se som menneskets moralske reaktioner, til at håndtere det som menneskets moralitet reagerer på.

Konklusion

Mit udgangspunkt for opgaven har været at undersøge stress som et fænomen der kan forstås i relation til menneskets forhold til- og skabelse af moral. Det har jeg gjort ud fra min konstatering af muligheden for en øget generaliserbarhed og et dybere kritisk blik på moral indenfor den nye forskningsretning omkring moralsk stress. Efter at have gennemgået udviklingen af stressbegrebet, fremhævede jeg en mængde beskrivelser af stress i vores samtid, både fra myndighedernes side og fra det medicinske felt, for at etablere en forståelse af det bredt anvendte men svært definerbare fænomen. Jeg problematiserede mulighederne for at håndtere stress ud fra vores generelle biologiske forståelse alene, hvorfor blandt andet ny forskning indenfor andre måder at forstå stress på er ønskværdigt. Sådanne analyser er for nyligt foretaget af Pelle Sørensen og Pernille Pedersen som begge har arbejdet med stress i relation til hvad man kan se som menneskets moralske selvforhold, hvorfor deres konceptualiseringer blev mit udgangspunkt at arbejde videre ud fra. Jeg mener nemlig det er oplagt at udvide deres forståelser med et mere generelt perspektiv til at belyse stress som et fænomen der både er en process i mennesket, men som også har rod i forhold udenfor individet i form af forskellige moraliteter; i dette tilfælde på arbejdspladsen. Den mulighed for udvidelse har jeg forsøgt at imødekomme, og kan dermed besvare min problemformulering der lyder:

- Hvordan kan begrebet moral udvide vores forståelse af stress?
 - Hvilke konsekvenser kan vi drage om vores måde at organisere et fællesskab som en arbejdsplads ud fra et stress-begreb der i højere grad inddrager et begreb om moralitet?
 - Hvordan kan man placere ansvar for stress ud fra et moral-perspektiv?

Ved at inddrage Friedrich Nietzsches kritiske udlægning af moralens tilblivelse og indvirkning på mennesket, har jeg fremhævet hvordan hans begreber om blandt andet selvovervindelse, ressentiment og moral kan bruges til at beskrive menneskets relation til forskellige moraliteter som potentielt stressende gennem en øgelse af magtesløshed. Ud fra hans begreber har jeg analyseret Sørensens brug af det sociologiske begreb retfærdiggørelsesregimer i hans forklaring af stress. Derudfra har jeg kunnet sige at retfærdiggørelsesregimer kan forstås som udtryk for moraliteter, som kan indgå i stressende værdikonflikter, men at vi ud fra Nietzsches teori også kan forstå hvordan andre moraliteter kan opstå indenfor et miljø som Sørensen udelukkende afgrænser med regimebegrebet. Jeg har ligeledes benyttet Nietzsches begreber til at analysere Pedersens udlægning af skam som grundlaget

for stressudviklingen hos individet, og har derudfra kunnet sige at skam kan ses som et udtryk for eksistensens af værdikonflikter mellem en medarbejder og en given moral der er tilstede på arbejdspladsen eller som repræsenteres i en forandring på arbejdspladsen. I forlængelse heraf har jeg argumenteret for at anerkendelse er en risikabel løsning på stressproblematikker set fra et moral-perspektiv.

Jeg har dog ment at Nietzsches teori har bestemte mangler eller svagheder i forhold til at benytte hans teori socialfilosofisk, eksempelvis et for individualistisk fokus og en forholdsvist deterministisk afgrænsning af individets muligheder for at påvirke sin magtesløshed. For at kontrastere det nietzscheanske begrebsapparat og bygge videre på den stressforståelse det har vist sig at åbne for, har jeg inddraget Simone de Beauvoir og hendes bud på en eksistentiel etik. Derudfra har jeg kunnet argumentere for at individet har både mulighed og ansvar for at frigøre sig fra dominerende moraliteter ved at forholde sig distanceret til sin væren og afvise absolutte instanser i dets miljø som kan anspore til en potentielt skadelig seriøsitet. Et andet vigtigt punkt i de Beauvoirs eksistentialisme er den intersubjektive betingelse for den individuelle frihed, hvorfor jeg argumenterer for at der på en arbejdsplads ideelt må eksistere et generelt ansvar for at inddrage hinandens frihed i hver given forandring. En tentativ måde at håndtere et individuelt ansvar kunne være at benytte en stressforståelse lig den her skitserede, som udgangspunkt for hvad jeg kaldte en ustrategisk copingstrategi, til at afdække moraliteter der udgør tilstedeværende eller potentielle værdikonflikter i ens arbejdsliv. Håndtering af det kollektive ansvar kunne tage udgangspunkt i at arbejde med skabelsen af et moralsk frirum for medarbejdere at handle i, i forbindelse med forandringer, for at mindske og forebygge værdikonflikter. Jeg har slutteligt påpeget at denne undersøgelse af sammenhængen mellem stress og menneskets anlæg for at skabe og påvirkes af moral har potentiale til at kunne fundes i en brede mere generaliserbar undersøgelse, som også kunne indeholde perspektiver til at tænke samfundsmæssig moral ind i spørgsmål om befolkningssundhed.

Jeg vil dermed konkludere at et moral-perspektiv på stress kan bidrage med et blik for at moral og værdier på arbejdspladsen kan udgøre stressorer for medarbejderen gennem værdikonflikter, som kan forårsages af forskellige slags forandringer i medarbejderens arbejdsliv. Afhængig af medarbejderens magtposition og evne til at forholde sig frit til miljøets værdier, vil vedkommende kunne forebygge oplevelsen af værdikonflikter; i tilfælde hvor en forebyggelse ikke er mulig vil sådanne konflikter mellem medarbejderen og bestemte moralske fordringer kunne lede til ressentiment, som kan skabe fortrængning af impulser og længerevarende dårlige samvittighed, med stress til følge, men potentielt kan en kollektiv ressentimentfølelse også bidrage til skabelse eller styrkelse

af moral på arbejdspladsen og øget risici for værdikonflikter. Herudfra kan man drage konsekvenser for den individuelle måde at forholde sig til organisationen eller sit arbejdsliv i det hele taget, som bør tage udgangspunkt i en bestemt distancering til værdier og instanser der skaber arbejdspladsens moralitet, men samtidig et bestemt blik for og nærhed til de andre medarbejders frihed. Et kollektivt ansvar kan placeres for at forsøge at skabe en højere grad af moralsk frirum i forbindelse med forandringer på arbejdspladsen for at forebygge værdikonflikter.

Litteratur

- Alfort, S. (2016). Manden, der opfandt stress, var betalt af tobaksindustrien. Skal vi tale om stress på en ny måde?. *Zetland*. Lokaliseret: 4/5/2020 på:
 - <https://www.zetland.dk/historie/sO9D5Dzx-aeW04Gvq-97e91>
- Anderson, R. L. (2017). Friedrich Nietzsche i Edward N. Zalta (red.) *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Lokaliseret: 19/5/2020 på:
 - <https://plato.stanford.edu/entries/nietzsche/#CritReliMora>
- Arminjon, M. (2016). Birth of the Allostatic Model: From Cannon's Biocracy to Critical Physiology. *Journal of the History of Biology* vol. 49: 397–423.
- Beck, J. (2016) 'Americanitis': The Disease of Living Too Fast. *The Atlantic*. Lokaliseret: 4/5/2020 på:
 - <https://www.theatlantic.com/health/archive/2016/03/the-history-of-neurasthenia-or-americanitis-health-happiness-and-culture/473253/>
- Becker, D. (2013) *One nation under stress*. Oxford University Press.
- Bjerregaard, M. (2020). *Dansk skuespiller i modvind efter kontroversiel video: Råber efter mand i høje hæle og lyserødt tøj*. Lokaliseret: 30/5/2020 på:
 - <https://www.dr.dk/nyheder/kultur/dansk-skuespiller-i-modvind-efter-kontroversiel-video-raaber-efter-mand-i-hoeje-haele>
- Boutrup, R. J., Jørgensen, M. M., Gregersen, N., Frost, L., Aagaard, H., Djernis, D., van der Velden, A. M., & Dahlgaard, J. (2019) Psykologiske, neurologiske og cellulære virkningsmekanismer ved mindfulnessstræning. *Ugeskrift for Læger* 2019; 181.
- Cooper, C. & Dewe, P. J. (2004) *Stress – a brief history*. Blackwell Publishing Ltd.
- de Beauvoir, S. (2018). *The Ethics of Ambiguity*. Open Road Integrated Media, Inc.
- DeTienn, K. B., Agle, B. R., Phillips, J. C., Ingerson, M. (2012). The Impact of Moral Stress Compared to Other Stressors on Employee Fatigue, Job Satisfaction, and Turnover: An Empirical Investigation. *Journal of Business Ethics* 110:377–391. Springer Science+Business Media B.V.
- Gould, N. (2019). *WHO adds burnout to ICD11*. Lokaliseret d. 7/5/2020, på:
 - <https://www.healio.com/psychiatry/practice-management/news/online/%7B0308f73d-7977-4efe-88c9-3b9fa2243ac2%7D/who-adds-burnout-to-icd-11>
- Henriksen, M. (2019) *Danskhed er et eksistensvilkår*. Lokaliseret: 30/5/2020 på:
 - <https://www.berlingske.dk/laesere/danskhed-er-et-eksistensvilkaar>

- Herløv, P. & Heiredal, S. (2019). *Louise var nyuddannet og sagde aldrig nej: Så trak hun stikket og gav sig selv en timeout*. Lokaliseret: 14/5/2020 på:
 - <https://www.dr.dk/mitliv/louise-var-nyuddannet-og-sagde-aldrig-nej-saa-trak-hun-stikket-og-gav-sig-selv-en-timeout>
- Isaksen, T. (2016). *Biologisk Stress*. Søborg: Arbejdsmiljøcentret.
- Jensen, H. A. R., Davidsen, M., Ekholm, O. & Christensen, A. I. (2018). *Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil I 2017*. Sundhedsstyrelsen.
- Jørgensen, M. K. (2018). Nyansatte rammes af stress: - Jeg vidste ikke, hvor jeg var, eller hvad jeg hed. Lokaliseret:
 - <https://nyheder.tv2.dk/samfund/2018-08-20-nyansatte-rammes-af-stress-jeg-vidste-ikke-hvor-jeg-var-eller-hvad-jeg-hed>
- Kaufmann, W. (2013). *Nietzsche – philosopher, psychologist, antichrist*. Princeton University Press.
- Leiter, B. (2020) Nietzsche's Moral and Political Philosophy i Edward N. Zalta (red.) *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Lokaliseret: 19/5/2020 på:
 - <https://plato.stanford.edu/entries/nietzsche-moral-political/>
- Lützn, K., Cronquist, A., Magnusson, A. & Andersson, L. (2003). Moral stress: Synthesis of a concept. *Nursing Ethics*, 10(3): 312-322.
- Nielsen, N. R. & Kristensen, T. S. (2007). *Stress i Danmark – Hvad ved vi?*. København: Sundhedsstyrelsen.
- Nietzsche, F. (1993). *Moralens oprindelse*. Frederiksberg: DET lille FORLAG.
- Pedersen, P. S. (2016). *Slip stress ud af skammekrogen*. Kristeligt Dagblads Forlag.
- Prætorius, N. U. (2007). *Stress – det moderne traume*. Dansk Psykologisk Forlag.
- Reynolds, S. J., Bradley, P. O. & Rubenstein, A. L. (2012). Moral Stress: Considering the Nature and Effects of Managerial Moral Uncertainty. *Journal of Business Ethics* 106: 491–502.
- Rotvig, D. H., Bauer, J. Ø., Eller, N. H. & Jørgensen, M. B. (2019) Arbejdsrelateret stress. *Ugeskrift for Læger* 2019; 181.
- Sundhedsstyrelsen (2020). *Stress*. Lokaliseret: 1/5/2020 på:
 - <https://www.sst.dk/da/viden/mental-sundhed/stress>

- Sørensen, P. K. (2015). *Moralsk Stress*. Roskilde Universitet: Institut for Samfund og Globalisering.
- Sørensen, T. (2017) drift i *Den Store Danske*: Lokaliseret: d. 29/5/2020 på:
 - <https://denstoredanske.lex.dk/drift>
- Wandall, S. (10/32017). *Hvad er stress egentlig?*. Lokaliseret: 1/5/2020 på:
 - <http://www.stressforeningen.dk/blog/hvad-er-stress-egentlig/>
- Williams, R. R. (2012). Hegel and Nietzsche: Recognition and Master/Slave kapitel i *Tragedy, Recognition, and the Death of God: Studies in Hegel and Nietzsche* (forfatter: Robert R. Williams). Oxford University Press.
- Willig, R. (2016). *Afvæbnet kritik*. Hans Reitzels Forlag.
- Wocial, L. D. & Weaver, M.T. (2013) Development and psychometric testing of a new tool for detecting moral distress: the Moral Distress Thermometer. *Journal of Advanced Nursing* 69 (1): 167–174.