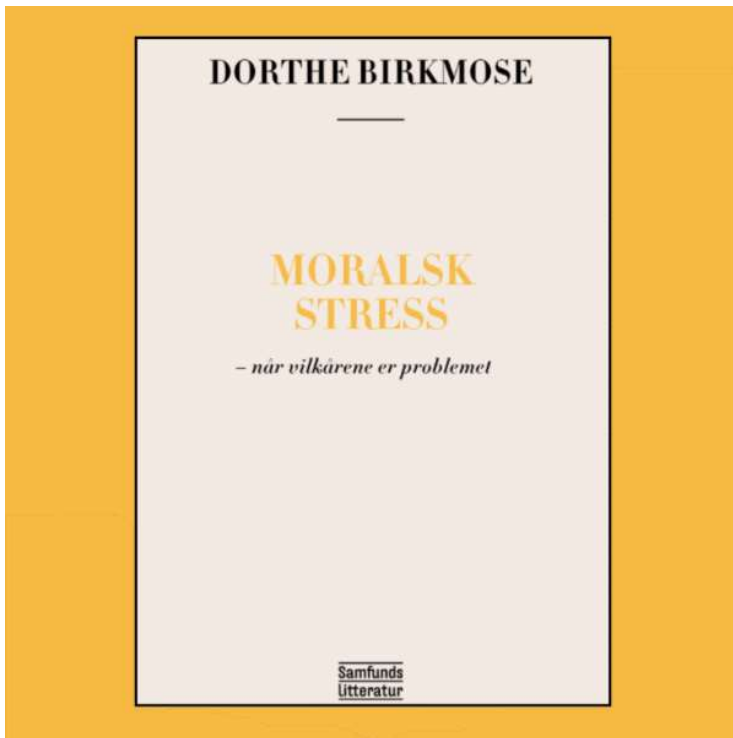


Moralsk stress – når vilkårene er problemet

23.11.2025



Moralsk stress – når vilkårene er problemet

Dorthe Birkmose

Samfundslitteratur, 2025

119 sider, 134 kr.

Af Gitte Mørch Henriksen, Lic. Marte Meo Supervisor

Dorthe Birkmose går lige til stålet i *Moralsk stress – når vilkårene er problemet*. Allerede i prologen stiller hun læseren to enkle yderst konkrete spørgsmål:

“Hvad er det bedste ved dit arbejde?”

“Hvad er det værste?”

Med de spørgsmål er bogens præmis sat. Dorthe Birkmose lægger ikke op til passiv refleksion, men til aktiv stillingtagen. Hun skriver, fordi noget er galt og fordi vi ikke længere kan lade være med at se det.

Dorthe Birkmose gennemgår en række vidnesbyrds, som de fleste omsorgsprofessionelle vil kunne nikke genkendende til. Det er mennesker, der på forskelligvis er slidte, ikke af arbejdet i sig selv, men af det, de forhindres i at gøre. Procedurer, krav og styringslogikker spænder ben for faglig forsvarlig omsorg, hver eneste dag. Hun afmonterer samtidig det velkendte “skyldspil”,

som mange af os godt kan komme til at ty til. Men hun erklærer befriende klart og fagligt velargumenteret:

"Der er ingen er fjender. Der er kun fælles problemer."

Midt i bogen vender hun tilbage til mestringsstrategier, kendt fra hendes tidligere bøger og podcasts. 'Quiet quitting', skyggearbejde, pseudoarbejde, medarbejder- og lederflugt, selvcensur, passiv resignation og forrået robusthed. Strategier, der giver kortvarig overlevelse, men aldrig løser vilkårene. Og netop her sætter Birkmose en central pointe ind:

"Der findes ingen individuelle løsninger på organisatoriske problemer. Organisatoriske problemer skal løses organisatorisk."

Dermed afmonteres hele idéen om, at robusthedskurser og individuelle mestringsstrategier er vejen frem. Bogen gør det nærmest umuligt at fortsætte med at individualisere et strukturelt problem. Herefter tager Dorthe Birkmose fat i læseren igen: Vi kan faktisk gøre noget. Men det skal gøres sammen og det starter med at kritisere de vilkår, der står i vejen for ordentligt velfærdsarbejde.

Her folder hun en række løsninger ud. Morten Münsters begreb *organisatorisk slack* bruges til at argumentere for, at planlægning bør ligge på maks. 70 % belastning. De sidste 30 % er forudsætningen for at kunne håndtere det uforudsete, der er grundvilkår i alt omsorgsarbejde.

I afsnittet om mikroøjeblikke vender Dorthe Birkmose tilbage til bogens første spørgsmål om *det bedste ved arbejdet*. For det bedste, for de fleste velfærdsprofessionelle, er netop disse små øjeblikke, hvor man mærker, at man gør en forskel. Det er dem, der giver arbejdet mening, også når vilkårene er svære.

Men mikroøjeblikke kræver ro, råderum og et tempo, der giver plads til resonans og mentalisering. Når hastigheden bliver for høj, forsvinder både øjeblikkene og oplevelsen af faglig mening.

Bogen slutter, som den begynder, med en opfordring, der ikke kan ignoreres. Birkmose kalder på en moralsk bevægelse, hvor vi retter ryggen, bruger vores stemmer og nægter at normalisere udpint velfærd.

"Udpint velfærd er ikke en naturlov i et rigt land. Vi ved bedre og vi kan gøre det bedre."

Moralsk stress – når vilkårene er problemet er en kort, let læselig og særdeles aktuel bog. Den er præcis formuleret, konsekvent i sin argumentation og svær at lægge fra sig uden at føle et ansvar for at handle.

Det er en bog, som alle velfærdsprofessionelle, ledere og politikere bør læse.
Og ikke bare læse, men handle på. For moralsk stress forsvinder først, når vi sammen ændrer
vilkårene!