

Gäst hos vetenskapen. Stressforskarens liv i tillämpad teori

Recenserad bok: Gäst hos vetenskapen. Stressforskarens liv i tillämpad teori

Författare: Töres Theorell

Förlag: Carlssons, 2019

Det är en spännande läsning att ta del av denna yrkessjälvbiografi, som egentligen är tre stora berättelser i en bok. En berättelse är beskrivningen av utvecklingen av det vetenskapliga arbete som Töres Theorell framgångsrikt bedrivit. Den andra är utvecklingen av forskningen och det akademiska systemet under de 50 år som författaren beskriver. Den tredje är den självbiografiska berättelsen och de mer personliga reflektioner som läsaren delges i bokens 17 kapitel. Det är en mäktig upplevelse att på detta sätt få vara medresenär i Töres resa genom livet. Boken ger många råd till unga forskningsintresserade från en erfaren professor med ett framgångsrikt yrkesliv.

Bokens titel understryker en ödmjukhet inför vetenskapen, vilket formats av hans uppväxt i ett hem där fadern var Nobelpristagare i fysiologi och medicin. Biomedicinsk grundforskning var en riktig vetenskap. I boken beskriver han känslan av att inte vara en ”riktig” forskare. Den bilden stämmer dåligt med Theorells akademiska meriter: professor sedan 1982, föreståndare för Institutet för Psykosocial Medicin under 11 år, handledare för 45 doktorander fram till disputation, författare till flera böcker och 761 vetenskapliga arbete med 41 397 citeringar enligt Research Gate (1.10.2021), vilket är 40% fler än vad som fanns när inledningen till boken skrev. Men ett h-index på nära 100 hjälper föga mot upplevelse av att vara gäst hos vetenskapen, men får den akademiska avundsjukan att blomstra hos många akademiker.

I några kapitel redovisar författaren utvecklingen av sin forskning, som startade när han arbetade på medicinkliniken på Serafimerlasarettet i Stockholm. Läsandet av den banbrytande boken om psykosomatisk medicin med titeln ”Stress and Disease” i kombination med kliniskt arbete gav impulser till avhandlingsarbetet om livshändelser och insjuknande i hjärtinfarkt. Patienter intervjuades och biokemiska analyser gjordes. Efter disputation blev det för Töres en postdoc-period hos den amerikanske opponenter. Livshändelseforskningen bidrog till att slå ett slag för att läkarna skulle visa patienterna medmänskligt intresse. Theorell flyttade till Socialmedicinkliniken, Huddinge sjukhus 1978 där han undervisade, forskade och arbetade kliniskt. I samma veva träffade han Robert Karasek och de inledde ett mångårigt samarbete, som kröntes med boken ”Healthy Work. Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life ” (1990, nu med hela 7805 citeringar). I boken ”Gäst hos vetenskapen”

beskriver författaren sin forskning inom en rad olika område: arbetsmiljö- och samhällsstudier, hur kulturupplevelser påverkar hälsan, sambanden mellan musik och hälsa samt en alternativ syn på ledarskapsutveckling. Ett kapitel ägnas åt känslornas roll inom psykosomatiken. Det är en spännande läsning och visar hur ett mångvetenskapligt angreppssätt ger viktiga kunskaper.

Den andre berättelsen beskriver hur villkoren för forskarutbildning och forskning förändrats. Ett intressant avsnitt behandlar handledning av doktorander. Här nämns några förhållande som kan påverkat resultatet negativt: rädsla och protektionism, brister i nödvändiga forskaregenskaper och för högt ställda ambitioner. Pressen på extern finansiering och publicering har ökat, vilket lett till ökad risk för forskningsfusk. Den destruktiva nedläggningen av arbetslivsinstitutet och minskningen av medel till arbetslivsforskning som den borgerliga regeringen genomförde omnämns. Revirkampen mellan olika forskningsmetoder och synsätt beskrivs i ett kapitel. Andra än enbart läkare får numera plats i forskningen. Stressforskningen är transdisciplinär, även om författaren inte använder detta begrepp. Den är interdisciplinär, praktiktäna och sker ofta i samarbete med externa parter. Boken redovisar också författarens goda forskningssed: publicering av resultat som går mot vad man själv trott och hans utveckling av forskningsetiska övervägande från naiva experiment på sig själv och studenter till relevanta och etiskt välgrundade stora undersökningar också i internationell samverkan.

Den tredje berättelsen växer fram i bokens olika kapitel. Författaren gör reflektioner kring hur forskningsämnen väljs, personer som betytt mycket för hans forskning, och hur det är att leva i forskarvärlden. Vi får höra om hur första äktenskapet tog skada av det intensiva forskningsarbetet. För att "överleva" i forskarvärlden måste man arbeta hårt, arbetsveckor på 60 timmar nämns. Det fanns mycket stimulerande och lustfyllt, men han berättar också att problem med anställda påverkade honom psykiskt särskilt om det leder till icke-kommunikation. Föreläsningarna har varit en viktig del, utmanande med läkarstudenter men en helt annan upplevelse med intresserade på utannonserade föreläsningar. Hans strategi att klara av den stora arbetsbördan och alla påfrestningarna har varit att satsa på musik, vilket också hans fader gjorde.

Det sista kapitlet tar upp den viktiga frågan om all denna forskning haft betydelse. Hans forskning har haft stort genomslag inom vetenskap. Lite olika kontakter med media beskrivs. Kärnan i hans socialmedicinska och psykosomatiska forskning berör viktiga frågor. När människor inte har kontroll över sin tillvaro kan detta påverka deras hälsoutveckling negativt. Även om genetiska faktorer inverkar på en del av skillnader i människors egenskaper och hälsa kan de inte bortförklara sambanden mellan dålig arbetsmiljö och hälsa. Dålig psykosocial livsmiljö kan ge försämringar såväl i upplevd som objektiv hälsa och livslängd.

Hans slutsats är att vi måste kämpa mot ett orättvist samhälle. Det räcker inte med bara individriktade åtgärder och ”vår verksamhet får inte slira på sanningen”.

Jag delar inte författarens osäkerhet om han gjort någon verklig nytta utöver att producera många texter. Men än återstår det mycket att göra när det gäller att förverkliga forskningens nytta för samhället i stort. Boken är en personlig, ovanlig skildring inifrån forskarvärlden. Boken rekommenderas alla som är intresserade av forskningens möjligheter och vedermödor. För en socialmedicinare och folkhälsovetare ger den mycket att förundras över och inspireras av. En bok som man med glädje sträckläser.

*Charli Eriksson
professor emeritus i folkhälsovetenskap,
gästforskare vid Institutionen för folkhälsovetenskap,
Stockholm universitet.*