

# Hörselskadade i arbetslivet

## EN UNDERSÖKNING MED STRESS-KONTROLLPERSPEKTIV

*Ansvar för att arbetslivet ska fungera för hörselskadade personer beror i hög grad på dem själva. Den hörselskadade måste själv handla sin omgivning i att uppmärksamma och förstå när problem pga hörselnedsättningen kan uppstå och hur de underlättas. Sådana insatser, liksom att använda arbetshjälpmiddel, läggs som en extrabörda på den hörselskadade. Till detta kommer allmänna psykosociala påfrestningar i yrkesrollen, som prestationskrav och sociala och yrkesmässiga krav.*

*I denna studie belyses de hörselskadades psykosociala arbetsmiljö. Intervjuer gjordes med ett trettiotal hörselskadade personer med förvärvsarbete. Projektet genomfördes vid Socialhögskolan i Lund.*

### BAKGRUND

De senaste decenniernas forskning om den psykosociala arbetsmiljön har visat på viktiga faktorer för en god psykosocial arbetsmiljö och hur t ex stress och kontroll samverkar eller motverkar varandra. Utifrån denna kunskap är det naturligt att väcka frågan hur människor, som på grund av handikapp eller kronisk sjukdom måste ställa särskilda krav för att uppnå ett tillfredsställande arbetsliv, upplever sina möjligheter till detta.

### SYFTE

I denna undersökning har hörselskadades situation i arbetslivet studerats. Ett syfte har varit att belysa den psykosociala arbetsmiljöns betydelse för att hantera följderna av hörselnedsättning. Vilka faktorer underlättar respektive försvårar för den hörselskadade att utföra sitt arbete på den kompetens- och prestationsnivå som han eller hon själv önskar och som förväntas av andra?

### METOD OCH URVAL

Undersökningen omfattar intervjuer med 33 hörselskadade med förvärvsarbete. En kvalitativ metod användes vid insamling och analys av data. Intervjuerna var tematiserade med

fokus på arbetslivet. I syfte att få en personlig inramning av arbetslivet berördes också relevanta delar av privatlivet, t ex hur arbetssituationen påverkar fritiden eller familjens inställning till hörselproblematiken. De intervjuade hade kontakt med hörselvården i Malmö, Lund eller Helsingborg. Alla intervjuade hade hörapparat och var i åldern 27–59 år. Stor spridning eftersträvades beträffande övriga variabler: hörselnedsättningens grad och typ, hur länge man hade varit hörselskadad, yrke, arbetsplats osv. Urvalet styrdes mot en spridning beträffande upplevda problem i arbetssituationen. Detta innebar att en del av de intervjuade var mitt inne i en arbetsplatsrehabilitering, andra hade en sådan bakom sig eller upplevde inte problem av den art att särskilda åtgärder var påkallade. Denna vida spridning av de intervjuades erfarenheter och hörselbakgrund, var en förutsättning för att från materialet kunna göra generella beskrivningar som kunde underlätta förståelsen av hörselskadades situation samtidigt som den enskildes unika upplevelse gavs möjlighet att framträda.

### PERSPEKTIVVAL

En avsikt var att betrakta arbetslivet som en helhet där arbetets villkor,

För innehållet svarar  
Ann-Christine Gullacksen  
Socialhögskolan,  
Lunds universitet,  
Box 23,  
221 00 Lund,  
telefon 046-10 93 96.

företsättningar och värde för individen står i centrum och där hörselnedsättningen utgör en del i denna helhet. För att undgå att hörselnedsättningen blir utgångspunkt för både probleminventering och för de förklaringar och motåtgärder man söker, har analysen här sin grund i ett arbetslivsperspektiv. Detta innebär att inte enbart se hinder och problem, t ex accept av hörselnedsättningen, misstolkningar, missad information, utanförskap, svårighet att följa med i diskussioner, som orsakade av hörselnedsättningen utan att även lyfta fram betydelsen av samspelet med omgivningen. Detta perspektiv ser hörselnedsättningens följder i själva yrkessituationen och pekar därvid på sammanhangets betydelse för problemens uppkomst. Exempel på sådana betydelsefulla faktorer är yrke- och prestationskrav, arbetsplatsklimatet, stress, förändringar i arbetet och krav på vidareutbildning.

## RESULTAT

### Skuggvärlden

Vid analysen av intervjuerna har en övergripande modell vuxit fram som ger en generell bild av de hörselskadades situation i arbetslivet. Det vardagliga och variabla ges en struktur, där hörselnedsättningen tydliggörs i en spegelbild av yrkeslivet, i en sk skuggvärld. I en sådan modell kan alla hörselskadade ta plats och inom dess ramar applicera sin egen personliga situation och upplevelse från arbetslivet.

Skuggvärlden är en beskrivning av det dubbelarbete som den hörselskadade gör för att kompensera hörselnedsättningens följder. Detta kan illustreras med en scen där det ordinarie arbetslivet med hela dess innehåll utspelas. För den hörselskadade finns dessutom en skuggvärld, något bakom scenen. Här sker kompenserande insatser för att kunna utföra arbetsuppgifterna utan brister orsakade av hörselnedsättningen. Insatsen i skuggvärlden kan i vana situationer vara

mycket liten, medan den kan öka om den hörselskadade befinner sig i ett sammanhang som ställer extra höga eller nya krav på hörselfunktionen. Dubbelarbetet kan ses som en servicefunktion till yrkesutövningen och består av strategier och extra insatser för att kompensera för hörselförlusten.

Den hörselskadade använder strategiskt handlande, inte bara för direkt hörselkompensation, t ex läppavläsning, lyssnarteknik och andra arbets hjälpmedel, utan även i stor utsträckning för att få kontroll över potentiella riskmoment som kan finnas i olika yrkessammanhang. Exempel på sådana strategier är att förbereda möten, efterkontrollera uppgifter och information, ha beredskap för oförutsedda händelser, dölja eventuell osäkerhet på grund av hörselnedsättningen och att välja lämplig tidpunkt för att informera om hörselnedsättningen. Den hörselskadade tar hänsyn till det yrkesmässiga sammanhanget när han eller hon väljer strategier, dvs hur hörselnedsättningen ska hanteras. Denna situationsbedömning omfattar en värdering av hindret i relation till övergripande krav (såsom yrkes- och prestationskrav) och är viktig dels för att uppfylla förväntningar på yrkeslivet, dels för att hushålla med de krafter man har till förfogande. Strategin kan vara noggrant genomtänkt. I nya situationer mobiliseras hela erfarenhetsbanken men för vana hinder är insatsen närmast automatisk.

Att använda hörselslinga som arbetshjälpmedel vid t ex konferenser, är ett sätt att underlätta hörandet, men denna strategi för med sig andra överväganden än de strikt hörselmässiga. De intervjuade med erfarenhet av hörselslinga i arbetet, upplevde trots vanan dessa situationer som påfrestande. Exempel på detta är osäkerhet om hur hjälpmedlet ska uppfattas av de andra liksom viktiga avgöranden beträffande om situationen "tål" att slingan används, t ex i möten med nya yrkeskontakter. Till detta kommer också praktiska

problem i samband med arbets hjälpmedlet som kan vara förberedelser, tekniska avbrott och fel och dylikt.

Mycket av detta dubbelarbete sker dolt för andra. Således är inte bara hörselnedsättningen dold, utan även många av de hinder som den hörselskadade måste hantera. Dubbelarbetet har också ett pris både i form av fysisk och psykisk energi (trötthet, osäkerhet, ökad tinnitus), en kostnad som kan upplevas som ytterligare pålagring till den egentliga arbetsprestationen.

Av intervjuerna framgår hur högt yrkesprestationen värderas. Många poängerar att man lägger ner extra kraft i sitt arbete för att vara säker på att hörselnedsättningen inte inverkar negativt. I dessa överkrav på sig själv ligger avsikten att förhindra att andra ska tro att prestation och kompetens försämras.

### Kritiska skeenden

Om hörselkraven och förmågan att kompensera dessa kommer i obalans kan kritiska skeenden uppstå. Tidigare välfungerande strategier räcker inte längre, dubbelarbetet tilltar och insatsernas kostnader ökar. Den hörselskadades allmänna välbefinnande och hälsa kan stå på spel. Kritiska skeenden kan definieras som perioder av starka stressupplevelser beroende på att tillvaron i arbetslivet kompliceras av hörselsvårigheterna.

I ett kritiskt skeende sätts de sista krafterna in för att upprätthålla önskad prestationsnivå. Detta medför att det inte finns energi kvar till så mycket annat, t ex att upprätthålla de sociala kontakterna på arbetsplatsen eller på fritiden. Hörselskadade berättar om hur fritiden används enbart till vila i avskildhet för att orka med nästa arbetspass. Det blir till sist en ond cirkel. Det viktigaste blir att "överleva" den aktuella situationen och behålla den sociala och yrkesmässiga fasaden. Krafterna räcker inte till förändring.

## Risikfaktorer

Hörselnedsättningen kan få olika följder beroende på den hörselskadades yrke. Dock finns en hel del allmängiltiga förhållanden i dagens arbetsliv som kan komma att påverkas. Som exempel kan nämnas att praktiskt taget alla arbetstagare ställs inför diskussioner, information och samtal i gruppsammanhang, kurser, beslutsfattande och att vara beredd på ändrade arbetsförhållanden. För de hörselskadade innebär detta ett dubbelarbete i många vardagliga yrkessituationer.

Att ha upplyst arbetskamraterna om vad hörselnedsättningen innebär kan underlätta, men räcker inte alltid då den hörselskadade i sin yrkesutövning möter personer som inte tillhör arbetsgruppen. Det kan vara patienter, kunder, elever osv. Ibland kan dessa kontakter vara kortvariga relationer, men trots det med stor betydelse för arbetets utförande. I dessa situationer är den hörselskadade oftast ensam om ansvaret för att hörselsituationen fungerar.

Genom att betrakta den hörselskadades situation utifrån den övergripande modellens (skuggvärldens) möjligheter, framträder riskfaktorer och riskmoment såväl som stödfaktorer som finns i samspelet mellan omgivningen och den enskilde individen. Exempel på faktorer och sammanhang i omgivningen som kan orsaka kritiska skeenden är: förändringar på arbetsplatsen t ex omorganisation, utmattning, där stressen av olika anledningar har ökat, dåligt socialt stöd, dåligt förberedd omplacering, hotad yrkesidentitet. Till detta kan också nämnas personliga faktorer som försämrad hörsel eller andra hälsoproblem samt svårighet att acceptera hörselnedsättningen.

## Acceptera hörselnedsättningen

Att peka på omgivningens och yrkes-sammanhangets betydelse får dock inte överskugga den hörselskadades centrala roll och ansvar i anpass-

ningsarbetet. Av avgörande betydelse för hur den totala anpassningen till handikappet lyckas är hur den hörselskadade själv erkänner och kan hantera hörselnedsättningen och dess följder. Även om den personliga bearbetningen av att vara hörselskadad, inte har stått i fokus, berörs den i de flesta intervjuer. En del var vid intervjutillfället inne i en bearbetningsperiod, medan andra såg tillbaka på sina upplevelser.

Då dessa berättelser analyseras framträder ett annat mönster än de fyra stadier i en krisbearbetning som beskrivs i kristeorin (chockfas, reaktionsfas, bearbetningsfas, nyorienteringsfas). Accepterandet av handikapp eller kronisk sjukdom som ger bestående livsförändringar, har ofta beskrivits som en långdragen och periodisk process. En sådan illustreras tydligt av de intervjuades berättelser. Den skulle kunna beskrivas som tre delprocesser, delvis beroende av varandra.

Den grundläggande processen är att erkänna att det existerar en hörselnedsättning och att kunna konfronteras med den medicinska/tekniska utredningen och behandlingen som t ex utprovning av hörapparat. Efterhand som hörselnedsättningens existens blir tydlig, vågar personen se fler och fler hinder som kan bli oundvikliga på grund av hörselnedsättningen. Successivt tränar personen olika sätt att hantera dessa och samlar på så sätt erfarenhet. När den hörselskadades kompetens att klara av hindren med tiden ökar, sker en positiv återkoppling till den inre jagupplevelsen som på så sätt stärker självförtroendet. De tre processerna omfattar således: erkänna hörselnedsättningen, identifiera hinder, hantera hinder. Den inre psykiska bearbetningen av hörsel-förlusten och handikappets möte med omgivningen samspejar.

## Yrkesinriktad rehabilitering

Av de intervjuade hade 16 personer erfarenhet av yrkesinriktad rehabilite-

ring. Åtta av dem var för tillfället helt eller delvis sjukskrivna eller hade sjukbidrag. Deras erfarenheter analyserades i relation till uppkomst och förlopp av kritiska skeenden. På så sätt kan faktorer som överbelastning, förlorad kontrollfunktion, utmattning på grund av ackumulerad stress, belysa rehabiliteringens svårigheter med hänsyn till samspelet individ-omgivning. Därigenom fokuseras andra orsaker till de hinder och problem som dyker upp än enbart de individuella.

Det framgår av intervjuerna att den hörselskadades tidiga signaler på att han eller hon har svårigheter, inte har fångats upp tillräckligt effektivt, varken av sjukvården eller av arbetsplatsen. Yngre hörselskadade tar egna initiativ genom att söka annat arbete eller yrke. De framhåller att de har många år kvar i yrkeslivet som ska fungera tillfredsställande. Flera av dem berättar om svårigheter att få råd och stöd i denna situation genom att de varken var arbetslösa eller sjukskrivna. De äldre i undersökningen letar framför allt alternativa arbetsuppgifter hos sin nuvarande arbetsgivare. De ser få eller inga möjligheter till tillfredsställande förändringar i arbetet. För en del ligger svårigheterna i att de har specialiserat sig inom sitt yrke och kommit en bit i karriären och utifrån detta ställer krav på en förändrad arbetssituation.

## SLUTSATS

Hörselnedsättningens karaktär av handikapp är beroende av samspelet mellan individen och omgivningen. Ansvaret för att samspelet ska fungera ligger till stor del på den hörselskadade. Det handlar primärt om hur den hörselskadade själv kan handleda sin omgivning i att uppmärksamma och förstå när problem kan uppstå och hur de underlättas. Sådana insatser, liksom att använda arbetshjälpmedel, är endast en del i dubbelarbetet som den hörselskadade ställs inför. Till detta måste läggas påfrestningar som upp-

står i yrkesrollen, t ex prestationskrav, sociala och yrkesmässiga förväntningar i arbetet. Upplevelser av sådana förhållanden är svåra att uttrycka för den som berörs och därför också svåra för omgivningen att upptäcka och förstå. Hörselnedsättning riskerar

att bli en stresskälla i sig och ytterligare en pålagring till annan stress i arbetslivet.

## **RAPPORTEN**

**Hörselskadade i arbetslivet. Ett stress/kontrollperspektiv (150 sidor)**

kan beställas från Lunds universitet,  
Socialhögskolan, Box 23, 221 00  
Lund, tel 046-10 93 90.  
Pris: 60 kronor + moms.