

BARN OCH STRESS

”FÖRÄLDRAR kommer att utsätta sina barn för betydligt mindre stress så snart de inser att barnen inte är kapplöpningshästar tillsammans: En del är sköldpaddor”.

Författaren till boken *Stressade barn*, Mary Susan Miller, citerar stressforskaren Hans Selye och citatet skulle kunna gälla som motto för boken i dess helhet.

Alla rör vi oss generöst med uttrycket stress, men hur många kan ge en definition eller sammanfattande beskrivning på stress? Selye som myntat uttrycket, talar om stressymtom och stressfaktorer. Miller följer hans terminologi.

□ Stressfaktorer

Millers bok har tre huvudavdelningar. I första delen talas om stressfaktorer, som barn utsätts för från födelsen till och med tonåren. Stress är enligt Miller — citerat efter Selye — kroppens och psykets varierande reaktioner på stressfaktorer. Exempel på stressfaktorer är prov i skolan, ändringar i miljön, upplösning av familjen, dödsfall, överkrav. Men även positiva faktorer kan ge nog så svåra stressymtom, exempelvis förväntningar inför en födelsedag, inför en väntad utmärkelse i skolan, inför en fest o s v.

Stressymtom kan vara kroppsliga: Ökad hjärtverksamhet, svettning, muskelspänning, magplågor, huvudvärk m m. Symtomen kan också vara psykiska: Ängslan, oro, aggressivitet, beteendestörningar av vad slag som helst, t o m kriminalitet.

Denna del av boken anknyter särskilt till den klassiska indelningen av stressreaktioner: Attack, flykt, resignation. Denna inledning

stämmer rätt väl med Annells neurologiska reaktionsformer: Aggressions- och nonaggressionsreaktioner.

Miller menar — om jag förstått henne rätt — att praktiskt taget alla psykiska störningar och beteendevikelser beror på stressfaktorer i form av för höga eller felaktiga krav på barnet. En tung skuldbörda på föräldrarna!

Millers anklagelser mot föräldrarna mildras i någon mån av upplysningen att det i bakgrunden även kan finnas missade hjärnskador, t ex vid läs- och skrivsvårigheter, tidigare kallade ”ordblindhet”.

□ Konkreta råd

I bokens tredje del kommer så råd till föräldrar och lärare. Miller tar där indirekt tillbaka en del av vad hon tidigare i boken sagt: Hon talar nu om normer och fasthet men förefaller inte ha arbetat sig igenom påföljdsproblematiken, som är en springande punkt i all uppfostran.

I en så omfattande bok som den här föreliggande hade man gärna sett att det strafftänkande som fortfarande råder i de flesta länder tagits upp till en mer ingående analys. Storparten av Millers råd är dock kloka, användbara och lämpliga som diskussionsunderlag.

Boken *Stressade barn* är intressant genom anknytningen till Selyes stressforskning. Den kan också genom de talrika exemplen verka stimulerande i en studiecirkel, men i stort sett är det en svår bok genom alla oförklarade motsägelser och reservationer i den pedagogiska uppläggnings. Miller inleder åtskilliga kapitel i sin bok med gamla rim och ramsor, lustiga i

och för sig men knappast adekvata till innehållet i boken.

Den tidigare i G-P anmälda boken *Det hetsade barnet* av den kände barnpsykologen David Elkind behandlar likande problem som Millers *Stressade barn*. I valet mellan dessa båda böcker rekommenderar jag hellre Elkind än Millers bok.

Inga-Greta Agrell