

Stress under extrema förhållanden /

Gyllencreutz, Anna-Stina

bP 505/74



6P
505

KUNGL. BIBL.
1978-03-30
STOCKHOLM

M E D D E L A N D E

Nr 74

Mars 1978

STRESS UNDER EXTREMA FÖRHÅLLANDEN

ANNA-STINA GYLLENCREUTZ

Redigering:
Kurt Törnqvist

BEREDSKAPSNÄMNDEN FÖR PSYKOLOGISKT FÖRSVAR

LIBRARY
NO. 11
STOCKHOLM

MEDDELANDER

1974

STRESS UNDER EXTREMA FÖRHÅLLANDEN

1974

BRITISKA FÖRSVARSFORSKNINGSSTYRELSEN

1974

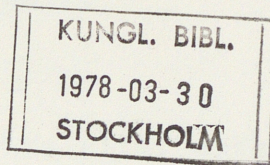
BEREDSKAPSNÄMNDEN
FÖR PSYKOLOGISKT FÖRSVAR

BIRGER JARLSGATAN 9, 4 TR
111 45 STOCKHOLM
TEL. VX 08 - 23 02 60

1978-03-29

Dnr 158

Forskningssekr
Kurt Törnqvist



Enligt sändlista

Meddelande nr 74. Stress under extrema förhållanden

Härmed översändes ovannämnda meddelande.

Kurt Törnqvist
Kurt Törnqvist

Sändlista:

- BN ledamöter och suppleanter
- BN kansli
- UC-personal enligt särskild sändlista
- CB-kanslier
- Länsstyrelsernas försvarsenheter
- Chefer för C-sektioner (CB + Lsty)
- Bibliotek m fl enl särskilda sändlistor

BEREDSKAPSNÄMNDEN
FÖR PSYKOLOGISKT FÖRSVAR
SINGEL HÄRSGATAN 4 & 7B
111 22 STOCKHOLM
TEL. 08 23 23 24

Förskningssekreter
Kurt Törnqvist

Dnr 158

1978-03-28

KUNGL. SÄK.
1978-03-28
STOCKHOLM

Enligt sändlista

Meddelande nr 74. Stress under extrema förhållanden
Härmed överlämnas ovannämnda meddelande.

Kurt Törnqvist
Kurt Törnqvist

Sändlista:

FM ledamöter och suppleanter
FM kansli
UC-personal enligt särskild sändlista
OC-kansliet
Läsningssektionens försvarenssektioner
Chefer för O-sektioner (OB + LBY)
Bibliotek m FI omi särskilda sändlistor

STRESS UNDER EXTREMA FÖRHÅLLANDEN

FÖRORD

Människans förmåga att bemästra eller duka under för fysiska
Fil kand Anna-Stina Gyllencreutz, bibliotekarie vid Chalmers
tekniska högskola i Göteborg, har gjort en genomgång av
ett stort antal arbeten om stress under extrema förhållan-
den och sammanfattat sina erfarenheter i en uppsats. Genom
vänligt tillmötesgående av författaren har Beredskapsnämnden
fått tillstånd att publicera den i detta meddelande. Av ut-
rymmesskäl och efter överenskommelse med författaren har
vi utelämnat den långa litteraturförteckningen. Vi tackar
Gyllencreutz för denna möjlighet att sprida information om
en företeelse som är mycket betydelsefull för det psyko-
logiska försvaret.

Uppsatsen har tillställts oss av kanslichef Nils Aurell,
Civilbefälhavarens kansli i Göteborg. Vi tackar honom för
hans påpassliga och intresserade initiativ.

Under krigshot och krig kan det knappast undgås att många
människor kommer att drabbas av stress. Under extrema om-
ständigheter kan denna bli mycket markant och i hög grad
påverka människornas beteenden. Det är då värdefullt för
de personer som är engagerade i det psykologiska försvaret
att känna till och förstå människors handlande i sådana
situationer. Det känns därför angeläget att förmedla
Gyllencreutz' sammanfattning till dem som är krigspla-
cerade i psykförsvaret.

Stockholm i mars 1978

Kurt Törnqvist

FÖRORD

För känd Anna-Stina Gyllenreutz, bibliotekarie vid Chalmers tekniska högskola i Göteborg, har gjort en genomgång av ett stort antal arbeten om stress under extrema förhållanden och sammanfattat sina erfarenheter i en uppsats. Genom vänligt tillmötesgående av författaren har Beredskapsnämnden fått tillstånd att publicera den i detta meddelande. Av utrymmesskäl och efter överenskommande med författaren har vi utelämnat den långa litteraturförteckningen. Vi tackar Gyllenreutz för denna möjlighet att sprida information om en företeelse som är mycket betydelsefull för det psykologiska försvaret.

Uppsatsen har tillställts oss av kanalchefen Nils Aurell, Civilbefähavarens kanal i Göteborg. Vi tackar honom för hans påpassliga och intresserade initiativ.

Under krigstid och krig kan det knappast undgå att många människor kommer att drabbas av stress. Under extrema omständigheter kan denna bli mycket märkbar och i hög grad påverka människornas beteenden. Det är då värdelut för de personer som är engagerade i det psykologiska försvaret att känna till och förstå människors handlande i sådana situationer. Det känns därför angeläget att förmedla Gyllenreutz' sammanfattning till dem som är krigsplanerare i psykologiska försvaret.

Stockholm i mars 1978

Kurt Törnqvist

STRESS UNDER EXTREMA FÖRHÅLLANDEN

Vad är stress?

Människans förmåga att bemästra eller duka under för fysiska eller psykiska påfrestningar har alltid intresserat medicinska auktorer allt sedan forntiden. Redan Hippokrates lärde om "vi medicatrix naturae", naturens inneboende läkekraft. Medicinska forskare har under århundraden just påpekat den tendens till läkande som omedelbart visar sig, när en skada eller sjukdom uppstår.

Claude Bernard, fransk fysiolog på 1860-talet lärde om levande varelsers förmåga att, trots förändringar i omgivningen, hålla den inre miljön "le milieu interieur" konstant. W B Cannon, Harvardfysiolog, kallar denna jämvikt för "homeostas".

Men den som analyserat, vad det är för faktorer som hjälper oss att uthärda påfrestningarna är Hans Selye från Kanada. Det är han som 1936 skapade ordet STRESS och GAS d v s det generella adaptationssyndromet = de gemensamma försvarskrafter, som anpassar varelser till trycket, spänningen = stressen och som hjälper dem att uppehålla livsviktiga funktioner.

Den faktor som utsätter oss för stress kallas STRESSOR, det kan vara en yttre skada, hetta, köld, buller, gnatig omgivning, rädsla ångest, skräck o s v. Detta GAS, generella adaptationssyndrom har en tredelad mekanism.

1. Alarmreaktionen, stressorns direkta verkan på kroppen.
2. Motståndsstadiet, det interna svaret som stimulerar vävnadsförsvaret.
3. Utmattningsstadiet, det interna svaret, som stimulerar till vävnadskapitulation.

Han påvisar hur stressorn får kroppen i försvarsställning. Det autonoma nervsystemet sätter igång impulser på binjure-

Vad är stress?

Människans förmåga att bemästra eller ådka under för fysiska eller psykiska påfrestningar har alltid intresserat medicinska auktorer allt sedan forntiden. Redan Hippokrates lärde om "vi medicatrix naturae", naturens innebörande läkande kraft. Medicinska forskare har under århundraden just påpekat den tendens till läkande som omedelbart visar sig när en skada eller sjukdom uppstår.

Claude Bernard, fransk fysiolod på 1860-talet lärde om levande värsers förmåga att, trots förändringar i omgivningen, hålla den inre miljön "le milieu interieur" konstant. W. B. Cannon, Harvardfysiolod, kallade denna jämvikt för "homeostas".

Men den som analyserat, vad det är för faktorer som hjälper oss att utvärda påfrestningarna är Hans Selye från Kanada. Det är han som 1936 skapade ordet STRESS och GAS d v s det generella adaptionsyndromet = de gemensamma försvarskräfter, som anpassar värsen till trycket, spänningen = stressen och som hjälper dem att uppbålla livsviktiga funktioner.

Den faktor som utlöser oss för stress kallas STRESSOR. Det kan vara en yttre skada, heta, köld, buller, gästig omgivning, råbala ångest, skräck o s v. Detta GAS, generella adaptionsyndrom har en tredelad mekanism.

1. Alarmreaktionen, stressornns direkta verkan på kroppen.
2. Motståndstadiet, det interna svaret som stimulerar vävnadsförsvaret.
3. Utmattningsstadiet, det interna svaret, som stimulerar till vävnadsreparation.

Han påvisar hur stressorn får kroppen i försvarsställning. Det autonoma nervsystemet sätter igång impulser på djupre-

märgen, som ökar produktionen av adrenalin, som i sin tur stimulerar hypofysen till hormonproduktion, främst då ACTH d v s cortison. Detta händer vare sig det är en fysisk eller psykisk skada. Motstånd och anpassning beror på en riktig balans mellan dessa tre faktorer. Om ej denna balans kommer till stånd, uppstår sjukdom, en kollaps. Om de endokrina körtlarnas försvar drivs till övermått och förbrukar den normala adaptionsenergin, uppstår allvarliga skador, vi får s k adaptionsjukdomar, t ex njurinflammation, magsår. högt blodtryck, struma, astma, ökad fetthalt i blodet o s v.

Under extrema förhållanden, krig, jordbävning, katastrofer är det främst stressorererna rädsla, skräck, fruktan och ångest, som då styr våra handlingar.

Rädsla

RÄDSLAN är en naturlig reaktion, som drabbar alla. Den fyller en funktion, den varnar och hjälper mot faran. Stress är inte bara nedbrytande, den höjer även prestationsförmågan. De flesta har väl erfarit hur adrenalinöverskottet fått oss till handlingar, som vi, utan rädsla, aldrig annars skulle ha kunnat utföra, t ex hoppa över en hög stätta inför hotet av en arg ko.

Under andra världskriget drevs många till hjältedåd, just på grund av sin rädsla. Von Greyerts berättar, hur han såg två fysiskt svaga flickor, som för att rädda en medmänniska från att krossas, lyfte undan en tung balk, som ej ens tyngdlyftare under normala förhållanden skulle kunnat vräka undan. Rädslan varar endast en kort stund. När faran är över, försvinner den. Den ökade inre spänningen yttrar sig i darrhänthet, svettning, blekhet, rodnad, hjärtklappning, urinträngning.

När man är rädd, får man kontaktbehov, vill prata för att känna trygghet, även den blyge blir meddelsam, det är levande varelsers hjordinstinkt som ger sig tillkänna. Under

mågan, som ökar produktionen av adrenalin, som i sin tur stimulerar hypofysen till hormongproduktion, främst då ACTH
 av cortisolen. Detta händer vare sig det är en fysisk eller psykisk skada. Motstånd och anpassning beror på en riktig balans mellan dessa tre faktorer. Om en av dem kommer till stånd, uppstår sjukdom, en kollaps. Om de endokrins körtlarnas föresvar driva till övermått och förbrukar den normala adaptionsenergin, uppstår allvarliga skador, vi får en adaptionsstörning, t ex njurinfekt, blodtryck, struma, astma, ökad fettsäkring, magår, högt blodtryck, struma, astma, ökad fettsäkring i blodet osv.

Under extrema förhållanden, krig, jordbävning, katastrofer är det främst stressorserna räddelse, skräck, fruktan och ångest, som då styr våra handlingar.

Räddelse

RÄDSELAN är en naturlig reaktion, som grabbar alla. Den fyller en funktion, den varnar och hjälper mot faran. Stress är inte bara nedbrytande, den höjer även prestationsförmågan. De flesta har väl erfarit hur adrenalinöverskottet låter oss till handlingar, som vi, utan räddelse, aldrig annars skulle ha kunnat utföra, t ex hoppa över en hög stätta inför hestet av en strykko.

Under andra världskriget drevs många till hjältebed, just på grund av sin räddelse. Von Greysers berättar, hur han såg två fysiskt svegna flickor, som för att rädda en medmänniska från ett korsas, lyfte undan en tung balk, som ej ene tyngdlyftare under normala förhållanden skulle kunnat lyfta undan. Räddelsen visar endast en kort stund. När faran är över, försvinner den. Den ökar inte spänningen ytterligare i händer, händer, svedning, blekhet, rodnad, hjärtslagning, urin-tryckning.

När man är rädd, får man kontaktbehov, vill prata för att känna trygghet, även den blöje blir meddelbar, det är levande varslars hjordinstinkt som ger sig tillkänna. Under

spanska inbördeskriget, andra världskriget och koreakriget fann man att civilbefolkningen uthärdade krigets fasor, var lufträderna och annat märkvärdigt bra. Människorna vände sig vid sin rädsla, de anpassade sig till förhållandena, särskilt de som endast noterade "fjärrmissar", detonader ett stycke ifrån sin uppehållsort.

När faran väl var över, kände de flesta en lättnad, en lyckokänsla att ha klarat sig. Rädslan inför bombanfallen minskade, även om lufträderna ökade i våldsamhet och otäckhet.

Hade man däremot utsatts för "närmiss", nästan träffats av en bomb, i början av kriget, hade rädslan en motsatt effekt. Minnet av denna första fasa låg då alltid bakom vid de följande anfallen och ökade rädslan. Även psykiskt stabila människor, som utsattes för upprepade skräckscener, miste sin förmåga att förstå graden av fara. Folk som lever i jordbävningzoner har visat likartade reaktioner. De har anpassat sig, de vet att de när som helst kan drabbas av katastrof.

Skräck

Rädslan stegras ibland till SKRÄCK. Skräcken framkallas av ett plötsligt, verkligt eller inbillat hot. Den förtar allt förnuft, kopplar ur många psykiska funktioner. Den drabbar liksom rädslan alla människor. S k "modiga" kan reagera häftigt för skräckchocken, under det att "fega" kan ta det hela lugnt.

Skräcken visar sig i två moment. Den första i apati, man blir "stel av fasa" och likgiltig för omgivningen. Denna fas varar någon sekund, sedan infinner sig flyktreaktionen. Man rusar besinningslöst bort från faran, blir omtöcknad och tappar minnet. Människor kan planlöst irra omkring i dagar utan att minnas vad som hänt. Många gånger avslutas skräckupplevelsen med ångestsymptom.

spanska inbördeskriget, andra världskriget och koreakriget
fann man att civilbefolkningen utvärderade krigets fasor,
luftkrärens och annat märkvärdigt bra. Människornas värde
sig vid sin råbala, de angavs sig till förhållandena,
särskilt de som endast noterade "ljärmissar", detonationer
ett stycke från sin uppehållsort.

När faran väl var över, kände de flesta en lättad, en
lyckokänsla att ha klarat sig. Rådalen inför bombanfallen
minskade, även om luftkrärens ökade i våldsämhet och orök-
het.

Hade man däremot utsett för "närmis", nästan trillats av
en bomb, i början av kriget, hade rådalen en motsatt effekt.
Minnet av denna företeelse fanns i sig då alltid bekom vid de följ-
ande anfallen och ökade rådalen. Även psykiskt stabila män-
niskor, som utsettes för upprepade skräckscener, miste sin
förmåga att förstå graden av fara. Folk som lever i jord-
bävningssoner har visst likartade reaktioner. De har an-
passat sig, de vet att de när som helst kan drabbas av kata-
strof.

Skräck

Rådalen stegras ibland till SKRÄCK. Skräcken framkallas av
ett plötsligt, verkligt eller inbillat hot. Den förstår allt
förnuft, kopplar ur många psykiska funktioner. Den drabbas
likom rådalen alla människor. S k "modiga" kan reagera
häftigt för skräckchocken, under det att "lyga" kan ta det
hela lugnt.

Skräcken visar sig i två moment. Den första i ögat, man
blir "stiel av fasa" och tillfälligt för omgivningen. Denna
fas varar någon sekund, sedan infinner sig flyktsreaktionen.
Man rusar bestämdast bort från faran, blir omgöknad
och tappas minnet. Människor kan planlös titta omkring i
dagar utan att minnas vad som hänt. Många gånger avslutas
skräckupplevelsen med ångestsymptom.

Skräcken har i sällskap den smittosamma PANIKEN, som blixtnsnabbt kan sprida sig i en folkförsamling. Under kriget var man mån att ta hand om en skräckchockad människa, för att denna inte skulle påverka sin omgivning till panik.

Fruktan

Krigets alla former går ut på att injaga FRUKTAN och bemästra den. Alexander den store offrade till Fruktans gudinna, romerska konsuler slog medaljer till hennes ära inför fältslag. Fältherrar har i alla tider förstått fruktans makt.

Till skillnad från rädsla och skräck är fruktan beroende av den psykiska status människan befinner sig i. Fruktan är ett tillstånd av väntan inför den fara som hotar i framtiden. Man begrundar den, man är tveksam hur man skall handla för att komma undan. Denna tvekan mellan utforskande och flykttendens skapar handlingsförlamning, ibland rent fysisk förlamning "benen viker sig".

Kroppens försvarsattityd kan också vändas till handling, till angrepp och raseri i stället för till flykt. Vi kan se hur djur som inte kan komma undan grips av raseri. För soldater blir detta angreppsraseri dödsförakt och skapar hjältedåd. Denna aktivitet till handling eller flykt för-tar känslan av fruktan.

I botten av fruktan ligger ÅNGESTEN, som blir svårare för den som i fredstid har en neurastenisk läggning. Ångesten är mycket plågsam och visar kroppsliga symtom. Liksom fruktan präglas den av ovisshet och inre spänning. Denna press kan ge smärtor, andnöd, hjärtklappning, magsår och gallstensanfall ger sig till känna, knäna darrar, benen känns förlamade, medvetandet kan också förlamas, man minns ej vad som hänt. Vid svåra ångestfall finns en risk för självmord. Dessa brukar dock minska i orostider.

Skräcken har i allmänhet den emittentens PANIKEN, som blifv-
snabbt kan sprida sig i en folkförsamling. Under kriget var
man mån att ta hand om en skräckchockad människas, för att
denna inte skulle påverka sin omgivning till panik.

Frukten

Krigets alla former går ut på att ingå FRUKTEN och be-
mästra den. Alexander den store offerade till Frukten gud-
inna, romerska konsulerna sig medaljer till hennes ära in-
för fältslaget. Fältherren har i alla tider försäkrat fruktens
makt.

Till skillnad från räbala och skräck är frukten beroende
av den psykiska status människan befinner sig i. Frukten
är ett tillstånd av väntan inför den fara som hotar i fram-
tiden. Man betrundrar den, man är tveksam hur man skall
handla för att komma undan. Denna tvekan mellan utförskande
och flykttendens skapar handlingstörning, ibland rent
flykt förlamning "benen viker sig".

Kroppens försvarsstyck kan också vändas till handling,
till angrepp och raseri i stället för till flykt. Vi kan
se hur djur som inte kan komma undan gripas av raseri. För
soldater blir detta angreppsraseri dödsföret och skapar
hjärtledad. Denna aktivitet till handling eller flykt för-
tar känslan av frukten.

I botten av frukten ligger ANGSTEN, som blir svårare för
den som i fridstid har en nervstämning läggning. Ängsten
är mycket plågsam och visar kroppsliga symptom. Liksom
frukten präglas den av ovisshet och inre spänning. Denna
press kan ge smärta, andnöd, hjärtskiplighet, matsår och
galtenensfall ger sig till känna, knäna darar, benen
känna förlamade, medvetandet kan också förlämas, man minns
ej vad som hänt. Vid svåra ängstenfall finns en risk för
självmord. Dessa biter dock minska i orostid.

Vid vidriga ohyggligheter kan en mättnadskänsla för ångest uppnås, en KÄNSLOFÖRLAMNING inträder. Människor som uppövat självbehärskning, kan tränga tillbaka ångesten, känslöförlamningen kommer i stället för fasa. Förnuftet får utrymme för handling samtidigt som man blir likgiltig för omgivningens lidande. Denna känslöförlamning är en skyddsmekanism mot känslöövermättnad. Denna brist på känsla försvinner när faran väl är över.

Även för en psykiskt stabil människa med en god harmonisk bakgrund finns en gräns, då hon bryts ner. Inte någon tål en längre tid utan sinnesintryck. Mörker, tystnad, isolering skapar snart ångest, irritation, oförmåga att orientera i tid och rum, brist på koncentration och hallucinationer. Efter isoleringstiden känner sig den utsatte slö, trött och förvirrad, har svårt att orientera sig i tiden och anpassa sig till den normala omgivningen. Redan 14 dagars isolering utan sinnesintryck visar skador på hjärnan och personlighetsförändringar.

Stress vid naturkatastrofer

Vid en naturkatastrof återhämtar sig de flesta snart. En tredjedel drabbas av s k katastrofsyndrom, d v s klagar över ångest, sömnsvårigheter och magbesvär. Även dessa symptom sjunker undan efter ett par veckor.

Däremot dukar individen under om hon utsätts för långvariga påfrestningar. Människor som genomlidit japanska och nazistiska fångläger, liksom människor som under lång tid upplevt svåra strapatser, hunger, köld, smuts och väta, visar tecken på irritabilitet, hyperkänslighet för ljud, brist på initiativ, koncentrations- och minnessvårigheter.

Efter fångenskapen får många svåra skuldkänslor, att ej ha handlat rätt under denna. Man får koncentrationslägerssyndromet, d v s en blandning av depression, ångest och psykosomatiska yttringar, ja rena personlighetsförändringar.

Vid vidriga omständigheter kan en värdnadskänsla för ångest uppstå, en KÄNSLOFÖRLAMNING inträder. Människor som uppväxt i självhärskning, kan tränga tillbaka ångesten, känslor för lamningen kommer i stället för loss. Förnuttet får utrymme för handling samtidigt som man blir likgiltig för omgivningen. Denna känslöförlamning är en skyddsmekanism mot känslöförlamning. Denna kris på känsla försvinner när faran väl är över.

Kven för en psykiskt stabil människa med en god harmonisk bakgrund finns en gräns, då hon dyker ner. Inte någon till en längre tid utan sinnessintryck. Mörker, tystnad, isolering skapar snart ångest, irritation, oförmåga att orientera sig och rum, brist på koncentration och hallucinationer. Efter isoleringsperioden känner sig den utsetta sig, trött och förvirrad, har svårt att orientera sig i tiden och anpassa sig till den normala omgivningen. Redan 14 dagars isolering utan sinnessintryck visar skador på hjärnan och personlighetsförändringar.

Stress vid naturkatastrofer

Vid en naturkatastrof återhämtar sig de flesta snart. En tredjedel drabbas av en katastrofsvindrom, 4 v 5 dagar över ångest, sömnavårigheter och magbesvär. Kven dessa symptom stannar under efter ett par veckor.

Däremot ökar individen under om hon utsetts för långvariga påfrestande. Människor som genomgått japanska och nazistiska fångläger, liksom människor som under lång tid upplevt svåra stresser, hunger, köld, smuts och väta, visar tecken på irriterhet, hyperkänslighet för ljud, brist på initiativ, koncentrations- och minnesavårigheter.

Efter fångenskapen får många svåra skuldskänslor, att ej ha handlat rätt under denna. Man får koncentrationsbesvär, drömet, 4 v 5 en blandning av depression, ångest och psykostatiska yttringar, ja rena personlighetsförändringar.

Även överlevande från Hiroshima och Nagasaki visar samma beteende. För dessa är det än svårare, då de isoleras av den befolkning, som ej drabbades av atombomberna. De behandlas som forna tiders spetälska.

Även om alla människor har ett "kritiskt varvtal", visar historien att hon märkvärdigt väl, utan svåra neuroser, uthärdar vidriga strapatser. Hon anpassar sig till dem, under förutsättning att hon blir insatt i förhållandena, att hon i god tid erhåller information och att hon om möjligt lär känna sitt eget psykes beteende.

1975

- Törnqvist, Kurt 66. Psykologisk stress i krig. Maj 1975. (7 s)
- Törnqvist, Kurt 67. Definitioner och mätning av försvars-
Aggefors, Kjell krig. Augusti 1975. (10 s)
- Törnqvist, Kurt 68. Vårens militära åtaganden. November 1975. (11 s)

1976

- Törnqvist, Kurt 69. Kynstareportereringen om Yom-Kippur-
kriget från Israel. Februari 1976. (15 s)
- Törnqvist, Kurt 70. Opinionsmätning i krig. Juni 1976. (16 s)
- Törnqvist, Kurt -- Framtidens psykologiska krigsföring. Oktober 1976. (19 s)

1977

- Törnqvist, Kurt 71. Sannsynligheternas funktioner i krig.
Kronwall, Kai April 1977. (39 s)
- Törnqvist, Kurt 72. Mänskliga behov och behovstill-
Fragesten, Lennart framskallande. Augusti 1977. (18 s)

1978

- Törnqvist, Kurt 73. Golvans utveckling i Japan. Januari
Fragesten, Lennart 1978. (14 s)

Även överlevande från Hiroshima och Nagasaki visar samma beteende. För dessa är det än svårare, då de isoleras av den befolkning, som ej drabbades av atombombarna. De behandlas som forna tiders spetsläska.

Även om alla människor har ett "kritiskt varvtal", visar historien att hon märkvärdigt väl, utan svåra nervoser, utövar vidriga strapatser. Hon anpassar sig till dem, under förutsättning att hon blir insatt i förhållandena, att hon i god tid erhåller information och att hon om möjligt får känna sitt eget psykes beteende.

BEREDSKAPSNÄMNDENS SENASTE MEDDELANDE

1974

- Törnqvist, Kurt 62. Massmedierna och polisen vid bankdramat på Norrmalmstorg. Februari 1974. (33 s)
- Törnqvist, Kurt 63. Almarna i Kungsträdgården. Mars 1974. (9 s)
- Törnqvist, Kurt 64. Kampen om radiolyssnarna. Augusti 1974. (9 s)
- Törnqvist, Kurt 65. Propaganda, psykologisk krigsföring och psykologiskt försvar. September 1974. (9 s)

1975

- Törnqvist, Kurt 66. Psykologisk stress i krig. Maj 1975. (7 s)
- Törnqvist, Kurt
Aggefors, Kjell 67. Definitioner och mätning av försvarsvilja, Augusti 1975. (10 s)
- Törnqvist, Kurt 68. USA:s militära åtaganden. November 1975. (21 s)

1976

- Törnqvist, Kurt 69. Nyhetsrapporteringen om Yom-Kippurkriget från Israel. Februari 1976. (16 s)
- Törnqvist, Kurt 70. Opinionsmätning i krig. Juni 1976. (16 s)
- Törnqvist, Kurt -- Framtidens psykologiska krigsföring. Oktober 1976. (19 s)

1977

- Törnqvist, Kurt
Kronvall, Kai 71. Massmediernas funktioner i krig. April 1977. (30 s)
- Törnqvist, Kurt
Pragsten, Lennart 72. Människors behov och behovstillfredsställelse. Augusti 1977. (16 s)

1978

- Törnqvist, Kurt
Pragsten, Lennart 73. Opinionsutveckling i Japan. Januari 1978. (4 s)

KUNGL. BIBL.
1978-03-30
STOCKHOLM

Pris 5 kr