

Arbeid er god medisin mot utenforskap



Jon Fiske

psykologspesialist, avdelingsdirektør i NAV Øst-Viken

Det er god evidens for at arbeid i hovedsak er helsebringende. Derfor heier jeg på «helse gjennom arbeid» som hovedsatsningsområde.



Jon Fiske. Foto: Eivind Kaasin, Idébanken

Ingvild Myklebust stiller i siste nummer av Psykologtidsskriftet spørsmålet: Fører alt arbeid til god helse? Hun kritiserer Psykologforeningen for å ha «helse gjennom arbeid» som hovedsatsningsområde og hevder at foreningen risikerer å påføre arbeidsledige skyldfølelse. Videre skriver hun at mange inntekstgivende geskjefter (arbeid?) har en tvilsom verdi for menneskelig trivsel og helse, og at forebygging av uføretrygd kan sees som et økonomisk initiativ som skal bidra til samfunnets inntekstvekst.

Jeg mener at Myklebust i sitt innlegg gir et feilaktig bilde av hva som er de største samfunnsutfordringene i dag. Jeg er enig i at ikke alt arbeid fører til god helse. Mange opplever arbeidsbelastninger som bidrar til mistrivsel og uhelse. Hovedutfordringen er imidlertid at stadig flere blir stående varig utenfor arbeidslivet. Særlig urovekkende er økningen av unge uføre. I denne gruppen er det mange med psykiske utfordringer. Undersøkelser viser at mennesker med psykiske lidelser har mestring av skole og jobb som noen av sine høyeste mål.

Myklebust påpeker selv at økt økonomisk ulikhet fører til dårligere psykisk helse.

Myklebust påpeker selv at økt økonomisk ulikhet fører til dårligere psykisk helse. At unge mennesker opplever varig utenforskap fordi psykiske vansker står i veien for å gjennomføre utdanning og stenger veien til arbeidslivet, er jo nettopp det som skaper sosiale og økonomiske ulikheter. Det er derfor særlig viktig å hjelpe unge med psykiske vansker med å mestre skole og jobb.

Gjennom individuell jobbstøtte (IPS) samarbeider jobbspesialister og behandlere i behandlingsteam for å bidra til jobbmestring. Erfaring viser at mange personer med psykiske vansker opplever at økt jobbmestring gir en positiv helseeffekt. Dette viser hvordan integrert jobb- og helsemestring kan bidra til økt livsmestring, og hvor viktig det er å kunne delta i arbeidslivet på lik linje med andre.

Myklebust peker på at stadig flere arbeidstakere ikke får fast jobb, men må ta til takke med midlertidige kontrakter. Jeg er enig i at dette er en utfordring som over tid kan bidra til en belastende situasjon for dem det gjelder. I NAVs nye virksomhetsstrategi vektlegges arbeidsrettet oppfølging som bidrar til stabil og varig tilknytning til arbeidslivet. Skal vi lykkes med strategien, må NAV, kommunene, spesialisthelsetjenesten, fastleger og arbeidsgivere samarbeide.



Selv om ikke alt arbeid fører til god helse, er det evidens for at arbeid for det meste er helsebringende

Samordnede tjenester kan føre til et bedre tilbud til innbyggerne hvis skole, helsetjenester og arbeids-/velferdstjenester sammen bidrar til felles mål om jobb- og helsemestring, og ser sammenhengen mellom disse. Vi har heldigvis flere gode modeller for denne typen samhandling, eksempelvis IPS og FACT-team.

Selv om ikke alt arbeid fører til god helse, er det evidens for at arbeid for det meste er helsebringende. Mestring av skole og arbeid har positiv helseeffekt. Derfor bør mestring av skole og arbeid vektlegges som et mål i psykologisk behandling. Psykiske plager er en av hovedårsakene til at mennesker faller ut av skolen og ikke klarer seg i arbeidslivet. Behandling av psykiske vansker med fokus på skole- og jobbmestring bør derfor være et hovedsatsningsområde. Jeg heier derfor på at Psykologforeningen har «helse gjennom arbeid» som et hovedsatsningsområde.