

Psykologer må ivaretas bedre i offentlig psykisk helsevern

Som helsepersonell havner vi i klem mellom kravet om økt produktivitet og behovet for forsvarlig pasientbehandling. Systemet svikter både pasientene og de ansatte.

Maria Zheleva og Frida Zalissa Koanda (Foto: privat)

Kjære helseminister Jan Christian Vestre,

Over lengre tid har psykologstudenter, psykologer og psykologspesialister formidlet kritikk mot organisering og drift av offentlig psykisk helsevern. Vi stiller oss bak kritikken og mener psykologer må bli bedre ivaretatt.

Offentlig helsesektor utgjør en vesentlig andel av arbeidsplassene for studenter i praksis, psykologer og psykologspesialister. Rammene vi må forholde oss til, påvirker vår trivsel. Arner og Grepperud (2024) beskrev i *Psykologtidsskriftets* novemberutgave at krysspress, usikkerhet, manglende tillit og manglende involvering bidrar til spesialistflukt fra offentlig helsevesen til det private.

Vi mener arbeidsbelastningen i offentlig psykisk helsesektor må tas på alvor.

Effektiviseringens pris

I 2022 oppfordret en gruppe psykologstudenter daværende helseminister Ingvild Kjerkol til å innfri løftet om økte bevilgninger til offentlig psykisk helsevern (Nordland et al., 2022). De uttrykte bekymring over de uholdbare rammebetingelsene de møtte på ulike praksissteder, og kritiserte at arbeidsforholdene gjør det krevende å utøve psykologyrket på en faglig og etisk forsvarlig måte. Et konstant press om å behandle altfor mange pasienter så effektivt som mulig ble satt i sammenheng med risiko for utbrenthet og høyt sykefravær hos psykologer. Kjerkol forsikret i sitt svar psykologene om at helsemyndighetene «lytter til innspillene og at vi gjør det vi kan for å styrke vår felles helsetjeneste» (Kjerkol, 2022). Mot slutten av 2024 ser vi imidlertid lite positiv endring.

Tall fra Statistisk sentralbyrå (2024) viser at sykefraværet i helse- og omsorgstjenester var 8,6 % i andre kvartal 2024 – en økning fra 8,1 % i samme kvartal året før. Sykefraværet er høyere enn alle andre målte sektorer og indikerer hvor belastende arbeidsforholdene i helsevesenet har blitt. Selv om det ikke angis hvor mange psykologer fraværet gjelder, er statistikken relevant for hvordan arbeidsbelastningen i helsevesenet påvirker vår arbeidsevne og trivsel.

Uavhengig av arbeidsplass i spesialisthelsetjenesten er det etter vårt syn en tydelig uoverensstemmelse mellom det vi lærer om evidensbasert praksis, og systemets urimelige arbeidskrav. Som helsepersonell havner vi i klem mellom kravet om økt produktivitet og behovet for forsvarlig pasientbehandling. Dette setter psykologens faglige integritet på spill. Risikoen for å handle på en måte som strider imot våre etiske prinsipper, øker. Spenningen mellom effektiviseringstiltakene til New Public Management og psykologens profesjonelle rolle forsterkes.

Mangelfull opptrappingsplan

Sommeren 2023 kom den etterlengtede Opptrappingsplan for psykisk helse 2023–2033 (Meld. St. 23 (2022–2023)). Planen peker på kritikkverdige forhold som høye rapporteringskrav, detaljstyring og rekrutteringsutfordringer, og viser til tiltak som skal «bidra til bedre psykisk helse og livskvalitet i befolkningen, og at det finnes god og lett tilgjengelig hjelp for personer med psykiske helseutfordringer».

Psykologer utgjør også en del av befolkningen. Hvordan skal de håndtere arbeidshverdagen så mange har advart mot? Hvilke konkrete tiltak skal bedre deres arbeidshverdag og bidra til synlige endringer? Vi frykter at opptrappingsplanen er nok en seiglivet plan som ikke vil medføre reelle endringer verken for dem som gir eller mottar helsetjenestene.

En rekke helseministre har understreket hvor avgjørende psykologers kompetanse er for god pasientbehandling. Helsemyndighetene har formidlet ambisjoner om å utvikle helsetjenester av høy kvalitet, samtidig som de har beskrevet overordnede satsinger for å ivareta helsepersonell i psykisk helsevern.

I opptrappingsplanen for psykisk helse nevnes det noen tiltak som potensielt kan bidra til å forbedre arbeidsforholdene våre. Blant disse er reduksjon av rapporteringskravet, styrking av tverrfaglig samarbeid og økt vekt på faglig utvikling og kompetanseheving.

Likevel mangler planen etter vårt syn konkrete beskrivelser av hvordan tiltakene skal implementeres i praksis og løse problemene som er beskrevet. Vi savner tydelige retningslinjer som vil sørge for at psykologers behov ivaretas, slik at de kan fortsette å ta del i den nasjonale dugnaden for psykisk helsevern.

Kampen for faglig integritet

Som alle andre er også vi psykologer sårbare for fysiske og psykiske plager. Risikoen for å miste seg selv er reell. Vi tror mange blant oss tviler på egen yrkeskompetanse og stiller spørsmål ved hvor forsvarlig egen yrkesutøvelse er. Tvilen kan gå ut over faglig integritet og privatliv. Belastningene i arbeidshverdagen kan resultere i kronisk stress og utbrenthet, samt ha vesentlige konsekvenser for oss selv og våre forhold til familie og venner. Hverdagen kan føles tung og uoverkommelig.

Som psykologer er vi stolte av å være en del av den norske velferdsstatens mål om likeverd og velferd for alle i samfunnet. Vi vil bidra til fellesskapet med faglig ekspertise i det offentlige helsetjenestetilbudet. Men vi ønsker ikke å forsake vår faglige integritet og etiske prinsipper. Vi kjenner på en betydelig ambivalens mellom ønsket om å hjelpe og behovet for å bevare egen identitet. Vi står overfor et valg: Skal vi fortsette å bidra til fellesskapet eller trekke oss fra et system som stadig utfordrer våre verdier? Skal vi ofre våre verdier og behov i fellesskapets navn, bare for å være en del av denne nasjonale dugnaden for psykisk helsevern?

Når psykologer opplever seg tvunget til å ta faglige beslutninger som strider mot våre etiske prinsipper, for å kunne tilfredsstille systemets krav, går det på bekostning av forsvarlig pasientbehandling. Dette resulterer i en følelse av utilstrekkelighet som kan føre til en dyp eksistensiell fortvilelse. Når vi erfarer at pasientene våre ikke blir godt nok ivaretatt, blir vi som yrkesutøvere heller ikke tilstrekkelig ivaretatt. Systemet svikter både brukeren og sine ansatte.

Behov for handling

Kjære helseminister. I likhet med det andre psykologer har satt ord på tidligere, kjenner også vi på frustrasjon over organiseringen av offentlig psykisk helsevern. Vi undrer oss over hvorfor helsemyndighetene synes å overse vår fortvilelse når situasjonen er beskrevet over så mange år.

Vi krever at makthaverne lytter til oss når vi sier at vi trenger tydelige tiltak som ivaretar psykologers helse. Vi ønsker ikke å sitte stille i båten og vente på at noen starter vår egen #PsykologerMåLeve-kampanje på sosiale medier.

Merknad. Ingen oppgitte interessekonflikter

Referanser

- Arner, Y. & Grepperud, S. (2024). Spesialistflukt fra de offentlige helsetjenestene. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 61(11), 758–765. <https://psykologtidsskriftet.no/vitenskapelig-artikkel-originalartikkel/2024/11/spesialistflukt-fra-de-offentlige-helsetjenestene>
- Kjerkol, I. (2022). Kjære kommende psykologer, vi tar oppfordringen. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 59(6), 570. <https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2022/05/kjaere-kommende-psykologer-vi-tar-oppfordringen>
- Meld. St. 23 (2022–2023). Opptrappingsplan for psykisk helse (2023–2033). Helse- og omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-23-20222023/id2983623/>
- Nordland, J. B., Stensvold, E. A., Kildal, E. S-M., Larsen, A., Mallaug, L. F., Hjort, S., Riiser, K. F., Bergaust, M. W. M., Tunstad, P., Ivanova, R., Skjærseth, K., Røvik, F. M. G., Haakestad, G., Støver, I. E. A., Igesund, G. H. & Sæter, S. W. (2022). Vi har knapt begynt, men har behov for å rope varsko. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 59(5), 400–403. <https://psykologtidsskriftet.no/kronikk/2022/04/vi-har-knapt-begynt-men-har-behov-rope-varsko>
- Statistisk sentralbyrå (2024). *Sykefravær*. Hentet 17. november 2024 fra <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/arbeidsmiljo-sykefravaer-og-arbeidskonflikter/statistikk/sykefravaer>