

# Med NAV på laget

TEKST

Gitte Godø

PUBLISERT 5. juni 2009

---

Jeg må innrømme at jeg er skeptisk til å sende pasienten til NAV – jeg vet ikke helt om han er klar for aktivitet eller arbeid nå ... eller om han vil klare å bli sendt på en verna bedrift for å plukke skruer. Jeg tror ikke det vil gjøre situasjonen hans noe bedre – og dessuten ... arbeidslivet er vel nådeløst! Har han noe der å gjøre?

Sitatet over er helt reelt, men det er fire år gammelt. Heldigvis fikk jeg overbevist denne psykologen om at både arbeidsmarkedsbedriftene, NAV og arbeidsmarkedet hadde mer å tilby enn hva hans fordommer tilsa. At arbeid er bra for den psykiske helse, var vi helt enige om. Vi måtte bare etablere et godt samarbeid – pasienten, behandleren og jeg som veileder i NAV – så skulle vi nok få til en trygg tilbakeføring til arbeidslivet. Med en forsiktig tilnærming til arbeidslivet og tett oppfølging fra veileder hos NAV parallelt med behandling fra en psykolog som brukte utfordringene fra arbeidslivet i en terapeutisk sammenheng, fikk historien en lykkelig slutt – med arbeidspraksis som førte til fast stilling.

**«Det som bekymrer meg mest med kritikken mot NAV, er at ensidige skrekkbilder i media skremmer vekk brukere som virkelig har behov for våre tjenester»**

For vel et år siden forlot jeg NAV Sarpsborg for å gå over i stillingen som fylkeskoordinator for arbeid og psykisk helse i NAV Østfold. I denne stillingen har jeg muligheten til å løfte blikket noe, og være med på å utvikle gode arbeidsrettede tiltak som skreddersys den enkelte. Fungerer det? Ja – det gjør det! Jeg kan si mye om hva samfunnet sparer på å få brukerne i arbeid, og jeg kan vise til NAVs statistikker og tall som sier noe om mennesker i tiltak og mennesker i aktivitet. Men for meg er ikke dette så interessant. For meg er møtet med brukeren som sier at livet har fått ny mening, mye viktigere. Jeg får høre at det er deilig å ha noe å gjøre. At det er flott å ha rutiner i livet. Jeg møter brukere som gir meg en klem og sier at de er så glad de våget å ta NAV med på laget.

For NAV har mye å tilby. Vi har gode tiltak, og vi har dyktige veiledere. Selv om media er svært systemkritiske og setter søkelyset på alle de negative historiene, er det viktig å huske at NAV har nesten 2,8 millioner brukere. Flertallet er fornøyde – de kommer bare ikke til orde når tabloidavisene skal utforme en salgbar forside. Men brukerne vi i NAV snakker med, er rause med godord, og svært takknemlige for å ha bli tatt på alvor.

Det som bekymrer meg mest med mediekritikken mot NAV, er at ensidige skrekkbilder i media skremmer vekk brukere som virkelig har behov for våre tjenester. Jeg har møtt brukerorganisasjoner som forteller om medlemmer som ikke våger å møte opp på et NAV-kontor fordi de har lest og hørt så mye negativt om oss. Da har jo media bommet totalt. Systemkritikk er vel og bra – og høyst nødvendig – men svartmaling har aldri ført noe godt med seg.

Nasjonal strategiplan for arbeid og psykisk helse 2007–2012 er regjeringens strategi for hvordan helsetjenesten og NAV skal samarbeide for å få mennesker med psykiske lidelser til å bli værende i jobb, eller komme seg inn på arbeidsmarkedet. Tall fra Statistisk sentralbyrå viser at hver femte sykmelding skyldes en psykisk lidelse. Hver fjerde person som får innvilget uføretrygd, får dette på grunn av psykiske helseproblemer. Dette betyr at mange sitter hjemme hos seg selv med en arbeidskapasitet og ressurser som AS Norge virkelig har behov for.

I NAV Østfold har vi gjort oss noen erfaringer om hva slags tiltak som kan være gode for mennesker som sliter psykisk. Etter å ha møtt brukere som fortalte sine historier og som kom med forslag på hva slags tiltak de følte de hadde behov for, startet vi kurset «Det hele mennesket» i Sarpsborg i 2006. Gjennom kurset kunne deltakerne gradvis bygge seg opp. For brukere som ikke har vært i jobb på mange år, eller kanskje aldri har vært det, har vi erfart at det ikke nytter å tilby et tiltak der du skal møte mandag morgen klokken ni, nydusjet, mett og med matpakken under armen. Har man brukt mange år på å være syk – bruker man også mange år på å bli frisk.

Det å møte arbeidslivet kan være en kjempeutfordring for de fleste av oss – uansett hvor på skalaen vi er med den psykiske helsa vår. «Det hele mennesket» er et kurs der fokuset ligger på enkeltpersonen og veien mot arbeidslivet. Noen må trene på å greie å stå opp om morgenen, andre må trene på å våge å møte fjorten andre ukjente ansikter. Det er stor vekt på kost og ernæring – på trening og trivsel. Men aller viktigst er det å bygge selvtillit, som en må ha masse av for å kunne starte i jobb. Kurset går over 20 uker, med mulighet for 20 nye uker. De fleste som har vært igjennom kurset en gang, sier de har behov for en runde nummer to. Som en bruker sa til meg: «Nå har jeg brukt 20 uker på å trene på å komme meg på kurs, spise mat og våge å være i rom med fjorten andre. Nå skal jeg bruke de neste 20 ukene på å jobbe med meg selv!»

Over hele landet har man lignende historier fra NAVs satsing på arbeid og psykisk helse. Det er utviklet mange nye tiltak på brukerens premisser, alt fra teaterprosjekter til ettårig utdanning som Medarbeider med Brukererfaring. Studenter i en vanskelig studiesituasjon har fått tilbudet Studier med støtte. For de som står helt på nippet til å komme ut i jobb, men synes møtet med arbeidslivet blir en påkjenning, er Senter for

Jobbmestring opprettet flere steder i Norge. Alle under paraplyen «Vilje viser vei». Og da er det ikke brukerens vilje vi tenker på – men viljen til å trekke i samme retning hos helsetjeneste, NAV, arbeidsgivere og kollegaer. Dersom alle har en vilje til at vi skal lykkes, så har erfaringer vist at det som synes umulig, faktisk kan være mulig! Mange er kommet i jobb og forteller om en ny hverdag. Andre blir avklart til en varig uføretrygd. De forteller også om en ny hverdag – fordi de fikk prøve seg på en måte som var tilpasset dem, og fikk avslutte arbeidslivet på en verdig og god måte.

Vi har en jobb å gjøre i vår egen organisasjon når det gjelder å øke kunnskapen om hva psykisk helse og psykiske helseproblemer er. Fordommer som at mennesker med psykiske helseproblemer ikke har samme ressurser som friske, må bekjempes. Men ikke minst må vi gjøre en innsats for å få til et smidig og godt samarbeid med helsearbeidere. For vi vet at samarbeid mellom helsetjenesten og NAV nytter, vi vet at arbeid og aktivitet gjør godt for den psykiske helsa, og vi vet at vi har mye godt å tilby brukerne – dersom de våger å ta med NAV på laget. Vil du vite mer? Gå inn på

[www.nav.no/psykiskhelse](http://www.nav.no/psykiskhelse)

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 46, nummer 6, 2009, side 613-614*

**TEKST**

**Gitte Godø**