

# Å melde fra er å ta ansvar

Når psykologkollegaer i psykisk helsevern gir beskjed om arbeidsforhold som går ut over både pasienttilbudet og faglig integritet, fortjener de å bli møtt med respekt og forståelse.

## TEKST

**Elisabeth Schanche**  
**Aslak Hjeltnes**

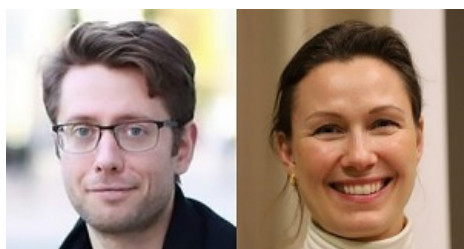
PUBLISERT 5. september 2023

## EMNER

rammevilkår

Spesialisthelsetjenesten

arbeidsbelastninger



Aslak Hjeltnes og Elisabeth Schanche. Foto: privat.

Det gjelder ikke minst fra oss som er universitetsansatte – som ikke selv står i en hektisk klinisk hverdag.

Vi trenger mer systematisk kunnskap om arbeidsforholdene og arbeidsbelastningene for norske psykologer i offentlig helsevesen. Som forskere vet vi samtidig at det er svært komplisert og tidkrevende å skaffe et presist datamateriale om tjenesteproduktivitet og reelle belastninger for helsepersonell. Det som er blitt tydelig, er at det produksjonstallet (1,6 konsultasjoner per dag) som har blitt estimert ut fra Helsedirektoratets rapport om kostnadsnivå i psykisk helsevern og rusbehandling, er et tall få klinikere kjenner seg igjen i. Dette misforholdet forteller oss noe viktig: Her trenger feltet flere undersøkelser for å få bedre kunnskap. I mellomtiden velger vi å ta bekymring fra de som arbeider i helsetjenestene, på alvor – ikke skyve bevisbyrden over på dem og konkludere med at problemet ikke finnes, før man har solide kvantitative data. Det er mye arbeid som gjenstår før vi har gode tall på dette.

## Fagfolk i skvis

Det finnes imidlertid flere holdepunkter som samlet sett gir grunnlag for å ta bekymringsmeldingene på alvor:

- Det er et økende antall henvisninger innenfor psykisk helsevern (Helsedirektoratet.no, 2021).
- I 2022 oppga Helse Sør-Øst en økning i antall henvisninger for barn og unge på mer enn 30 prosent (Helse Sør-Øst.no, 2022).
- Foretakstillitsvalgt for Psykologforeningen i Helse Bergen gikk nylig ut i Bergens Tidende med en bekymring om at psykologene i Helse Bergen «tynges av høyt trykk» (Westergaard, 2023). I 2021 sluttet 15,3 prosent av psykologene i Helse Bergen, noe som var høyere enn for andre yrkesgrupper. Tallene for 2022 er ikke klare enda, men ifølge foretakstillitsvalgt fortsetter denne trenden. Han beskriver at det er blitt en ond sirkel hvor det at så mange psykologer slutter i det offentlige, fører til et enda større press på dem som blir igjen.

## «Det sier seg selv at dette setter fagfolk i en skvis.»

I debatten i Psykologtidsskriftet og på sosiale medier har mange psykologer beskrevet en forventning om å stadig hjelpe flere og fordele seg tynnere. Dette har skjedd uten en større diskusjon om hvordan vi må endre forventningene til hva som er mulig å oppnå når pasientlisten blir lengre. Flere psykologer opplever en forventning om å gjøre mer arbeid med færre ressurser. Det sier seg selv at dette setter fagfolk i en skvis.

### Les tidligere innlegg i debatten.

Psykologene som nå melder fra om utilfredsstillende forhold i offentlig psykisk helsevern, beskriver ikke mennesker med psykiske lidelser som belastende. Det de beskriver som belastende, er å ikke kunne gi hver enkelt faglig god hjelp. De beskriver at arbeidsmengden og byråkratiske dokumentasjonskrav står i veien for å ivareta hver enkelt på en tilfredsstillende måte. Dette går for mange ut over både trivsel, opplevelse av mening og egen helse. Det fører også til at mange velger å slutte i offentlig psykisk helsevern.

Den internasjonale forskningen og offentlige diskusjonen viser at det ikke bare er norske psykologer som melder fra om denne utviklingen. Opplevelsen av å ha for mange pasienter på listen er forbundet med en redusert opplevelse av mestring og trivsel, kommer det også fram i internasjonal forskning på utbrenthet hos psykologer (McCormack et al., 2018). Når psykologer må bruke mer tid på administrativt arbeid eller dokumentasjonsarbeid, kan det føre til økt emosjonell utmattelse og mindre personlig mestring (McCormack et al., 2018)

### **Internasjonalt problem**

Diskusjonene om økende arbeidsbelastning, utbrenthet, frafall og rekrutteringsproblemer er del av en utvikling som også foregår internasjonalt. Det dokumenteres i flere internasjonale studier av utbrenthet blant yrkesgrupper som sykepleiere og leger (Gunja et al., 2022; Shen et al., 2022; Woo et al., 2020). Dette har

også blitt dekket av journalister og medier som advarer mot en større krise i det offentlige helsevesenet i flere land (Bunting, 2020; Eriksen, 2023; Ziady, 2023).

Det er høye forventninger til psykologprofesjonen i Norge. Det er noe vi også selv har bidratt til. Kanskje trenger vi å ta et oppgjør med forventningene om hva som er mulig å få til innenfor begrensede rammer. For det er grenser for hva vi kan oppnå, særlig når pasienter har sammensatte livsvansker og høyt symptomtrykk, og vi har et begrenset antall timer å hjelpe dem på. Vi er opptatt av disse problemstillingene fordi vi ønsker at utdanningen skal forberede studentene best mulig på det som venter dem innenfor det offentlige psykiske helsevernet.

Studentene vi møter ved profesjonsstudiet i Bergen, er faglig dyktige, engasjerte og hardtarbeidende. Vi kjenner oss ikke igjen i påstanden fra UiB-kollega Helge Holgersen om «en ny generasjon psykologer som har møtt for lite motstand i livet» og er mindre skikket for arbeidslivet. Det er en påstand som mangler saklig og empirisk begrunnelse.

### **Systematisk kunnskap**

Vi erkjenner at det er behov for mer systematisk kunnskap om faktisk aktivitet i psykisk helsevern, og om de opplevde belastningene til arbeidstakerne. Vi trenger også mer kunnskap om hva det er med organiseringen av helsetjenestene innenfor psykisk helsevern som bidrar til økt belastning. Men all ny kunnskap må begynne et sted. Yngre psykologers utvalg har bidratt til å rette søkelys mot viktige spørsmål som vil prege utviklingen i fagfeltet fremover. De har tatt et samfunnsansvar ved å melde fra. At noen gir klar beskjed om at måtene vi praktiserer på i dag, ikke er bærekraftige, gjør at vi sammen kan tenke rundt både kortsiktige og langsiktige løsninger.

***Merknad:*** Ingen oppgitte interessekonflikter.

#### **TEKST**

**Elisabeth Schanche**, professor i klinisk psykologi, UiB

**Aslak Hjeltnes**, professor i klinisk psykologi, UiB

+ Vis referanser

Bunting, M. (2020).

. Granta Books.

Eriksen, K. F. (2023, 12. januar). Stresset og utbrente - allmennleger i ti land svarer det samme.

. <https://www.dagensmedisin.no/primaerhelsetjeneste/stresset-og-utbrente-allmennleger-i-ti-land-svarer-det-samme/154895>

Gunja, M. Z., Gummas, E. D., Williams, I. I. R. D., Doty, M. M., Shah, A. & Fields, K. (2022). Stressed out and Burned out: The Global Primary Care Crisis - Findings from the 2022 International Health Policy Survey of Primary Care Physicians.

Helse Sør-Øst.no (2022, 22. september).

<https://www.helse-sorost.no/nyheter/radslag-for-styrket-innsats-innen-psykisk-helsevern/>

Helsedirektoratet.no (2021).

<https://www.helsedirektoratet.no/nyheter/ventetider-og-aktivitet-i-spesialisthelsetenesta-2022>

- McCormack, H. M., MacIntyre, T. E., O'Shea, D., Herring, M. P. & Campbell, M. J. (2018). The prevalence and cause (s) of burnout among applied psychologists: A systematic review. *Journal of Clinical Psychology*, 74(1), 1897. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01897>
- Prosser, D., Johnson, S., Kuipers, E., Szmukler, G., Bebbington, P. & Thornicroft, G. (1997). Perceived sources of work stress and satisfaction among hospital and community mental health staff, and their relation to mental health, burnout and job satisfaction. *Journal of Psychosomatic Research*, 43(1), 51-59. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(97\)00086-X](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(97)00086-X)
- Regjeringa.no. (2022). Helse- og omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/ekspertutvalg-skal-greie-ut-sterkare-tematisk-organisering-i-psykisk-helsevern/id2945778/>
- Rupert, P. A. & Morgan, D. J. (2005). Work Setting and Burnout Among Professional Psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(5), 544-550. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.5.544>
- Shen, X., Xu, H., Feng, J., Ye, J., Lu, Z. & Gan, Y. (2022). The global prevalence of burnout among general practitioners: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 78(5), 943-950. <https://doi.org/10.1093/fampra/cmab180>
- Ziady, H. (2023, 6. februar). Britain's NHS was once idolized. Now its worst-ever crisis is fueling a boom in private health care. *CNN*. <https://edition.cnn.com/2023/02/06/business/nhs-strikes-private-healthcare-uk/index.html>
- Westergaard, K. (2023, 6. august). Psykologene tynges av høyt trykk: – Jeg har vært bekymret for sykefraværet. *BT*. <https://www.bt.no/helse/i/WRBO8G/psykologene-tynges-av-hoeyt-trykk-jeg-h...>
- Woo, T., Ho, R., Tang, A. & Tam, W. (2020). Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 76(1), 9-20. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.12.015>