

Sygemelding tærer på psyken

En sygemelding fra jobbet medfører for mange en følelse af afmagt, ensomhed og ubetydelighed. Og meget ofte depression. Socialrådgiver Susanne Kjær har specialiseret sig i arbejdet med sygemeldte og efterlyser langt bedre hjælp til de 130.000 danskere.

Dårlig ryg, gigt og ikke mindst den nye store folkesygdom stress hører til de lidelser, som sender et stigende antal danskere hjem fra arbejde med en sygemelding i hånden. De er for syge til at gå på arbejde – i hvert fald på fuld tid. Men de ser ikke syge ud. Derhjemme går de rundt om sig selv og føler sig ubrugelige, nytteløse og triste og rigtig mange får antidepressiv medicin:

- De mister den tætte kontakt til kolleger og rigtig mange isolerer sig fra de nære relationer til familie, venner og naboer. De går rundt med en tyngende uvished om, hvornår de kan vende tilbage – og om det overhovedet kan, forklarer Susanne Kjær. Hun har arbejdet som socialrådgiver i 12 år i det offentlige med sygemeldte. Men i 2006 blev hun selvstændig med firmaet KlarKurs, hvor hun laver undervisning, rådgivning og coaching for sygemeldte:

- Igennem mit arbejde i det offentlige mærkede jeg en stigende frustration over, at alt for mange ikke fik den hjælp, de havde brug for. Rigtig mange kan og vil meget gerne arbejde. Bare på nedsat tid eller med tilpassede arbejdsopgaver. Og det er da absurd, at de ikke får lov til det. Det er et enormt spild i en tid, hvor der mangler arbejdskraft.

Susanne Kjær forklarer, at vi mennesker har fem grundlæggende behov: anerkendelse, samhørighed, tryghed, variation og følelsen af at bidrage og gøre en forskel.

- Alle fem mister man, når man bliver sygemeldt. Det giver lavstatus på alle felter. Vi lægger en stor del af vores identitet i vores arbejde og det, vi laver. For nylig havde jeg en kvindelig klient, som ikke turde fortælle sin datter, at hun var blevet sygemeldt. Hun var bange for, hvad datteren ville tænke om hende. Når man mister sit arbejde og sit helbred er det et tab, som afføder krise og sorg. Og alt for mange får ikke bearbejdet krisen. Derfor bliver de ofre for deres sygdom. De får stressrelaterede symptomer, opleves måske som aggressive og ubeslutsomme. De bliver nedtrykte og trækker sig fra sociale relationer. Og mange får et øget forbrug af kaffe, alkohol og cigaretter

Susanne Kjær har blandt andet stiftet Café Sygemeldt, hvor sygemeldte mødes til foredrag, debat og hyggesnak:

- Det at være sammen med andre og blive mødt og accepteret giver energi og synergi, og det er så utrolig betydningsfuldt, mener Susanne Kjær, som efterlyser netværksdannende tiltag fra jobcentre og virksomheder:

- Det er simpelthen afgørende vigtigt, at tænke i netværksbaner. Det hjælper de sygemeldte til at vende langt hurtigere tilbage til arbejdsmarkedet. Og så kunne man opnå gode resultater ved at tænke i nye muligheder, f.eks. at udstede arbejde på recept, ligesom man gør det med motion. Så kan man virkelig nå langt.

SYG ELLER NORMAL

- I 2006 var 469.978 personer sygemeldte i Danmark. Sygemeldingen varede i gennemsnit 9.4 uger og gruppen udgør, omregnet til helhedspersoner, 3 % af arbejdsstyrken i Danmark - og altså flere end antallet af arbejdsløse.
- Sygefraværet koster hvert år det danske samfund næsten 64 milliarder kroner. Det er udgifter til det direkte sygefravær med 26 mia. kr., produktionstab med 32 mia. kr., sundhedsudgifter inkl. medicin 1.5 mia. kr. og arbejdsskader for 4.5 mia. kr. Ved at få nedbragt sygefraværet med 25 % vil der være store samfundsmæssige besparelser og muligheder for at øge arbejdsstyrken.
- I januar 2007 var der 50.564 sygemeldte der var omfattet af jobcentrenes opfølgningsindsats. Dvs. at de pågældende sygemeldte havde været sygemeldte i fra otte uger og helt op til tre år.
- Når man har været væk fra sin arbejdsplads i mere end to måneder er der stor risiko for, at man som sygemeldt ryger ud af arbejdsmarkedet/bliver afskediget. Efter et års sygemelding, er der en vis sandsynlighed for at ens forsørgelsesgrundlag ændres radikalt. Man risikerer at udbetalingen af sygedagpenge stopper. Man overgår til kontanthjælp eller i værste fald (helt) mister man hele sit indtægtsgrundlag, fordi man ikke opfylder betingelserne for at modtage kontanthjælp.
- Ud af 469.978 sygeforløb optog kun 53.729 arbejdet delvist. Det er svært for virksomhederne at ændre på arbejdsopgaverne for de sygemeldte. "Enten er man syg, eller også arbejder man normalt".

Læs mere på: www.klarkurs.dk



Susanne Kjær