

ANNA-CARIN FAGERLIND STÅHL

Arbete och psykisk hälsa. Viktigt vetande och vanliga myter

Studentlitteratur, Lund, 2021, 221 sidor

Eskil Wadensjö

Sverige har i likhet med många andra länder en åldrande befolkning. Fertiliteten är lägre än vad som behövs för att inte befolkningen ska minska och fler lever till en högre ålder. Det innebär att andelen som är i den ålder då de flesta arbetar minskar. Ett sätt att motverka utvecklingen mot att andelen i arbetskraften minskar är att höja pensionsåldern, vilket under det senaste decenniet också har gjorts i Sverige liksom i många andra länder. Tanken är att många därmed ska komma att arbeta fler år.

För många kan detta att arbeta ytterligare år vara något positivt, medan det för andra kan vara något negativt – många kan ha svårt att orka arbeta redan till den tidigare gällande pensionsåldern. Arbete kan också för inte så få ha negativa effekter för deras hälsa. Anna-Carin Fagerlind Ståhls bok *Arbete och psykisk hälsa. Viktigt vetande och vanliga myter*, tar upp de negativa effekter som arbete kan medföra för individers psykiska hälsa.

Arbetsmiljöfrågor och de negativa effekter som arbete kan ha för individer har uppmärksammats mycket länge. Tidigare var fokus mycket på arbetsolycksfall och olika arbetsjukdomar, men intresset har ökat för de negativa effekter arbete kan ha för psykisk hälsa. Denna förändring kan delvis ses som resultat av förändringar av näringslivets struktur som har gått från jordbruk via industri till tjänstesektorn samt från arbetaryrken till tjänstemannayrken. Det betyder inte att arbetsolycksfall slutat att hända. Det gör de, men de är relativt sett mindre vanligt förekommande nu. Det finns däremot ett ökat intresse för den psykosoci-ala arbetsmiljön och dess effekter för psykisk hälsa.

FÖRFATTARE

Eskil Wadensjö, Institutet för social forskning,
Stockholms universitet, eskil.wadensjo@sofi.su.se

Fagerlind Ståhls bok är en utmärkt översikt av den omfattande forskningen på området.

Starten i bokens forskningsöversikt är att arbete innebär såväl möjligheter i form av belöningar som risker för psykisk ohälsa. Boken ger en utmärkt översikt av teorin på området och hur den utvecklats under de senaste decennierna. Vilka krav ställer arbetet och vilka möjligheter till kontroll av arbetet har de anställda? Fokus i boken är på de risker som finns i arbetet. Stress i arbetsmiljön innebär risker för psykosociala problem som till exempel utbrändhet. En förklaring är att anställda inte har kontroll av sina arbetsinsatser. Krav från arbetsgivare måste mötas av att de som arbetar har kontroll över sitt arbete. De anställda måste ha ett beslutsutrymme och kraven behöver balanseras av belöning. Forskningen pekar på att brister i arbetsmiljön ofta får konsekvenser i form av psykisk ohälsa, en form av ohälsa som ofta är långvarig.

Fagerlind Ståhl har som huvudslutsats av sin genomgång av forskningen att problemen inte främst kan lösas av individerna själva och inte heller av åtgärder som rehabilitering från arbetsgivaren eller hälsovården (rehabilitering tar många gånger mycket lång tid) utan främst genom förändringar av arbetslivet. Genom sådana förändringar ska psykisk ohälsa kunna motverkas. Exempel på sådana åtgärder är kortare arbetstider och större trygghet i anställningen. Det finns enligt Fagerlind Ståhl en övertro på de möjligheter som rehabilitering ger.

Fagerlind Ståhl menar att det finns flera myter om arbetsmiljön. Den första myten är att arbete generellt är hälsofrämjande. Den andra myten är att höga krav är något positivt (enligt henne är höga krav i stort sett alltid en risk). Den tredje myten är att sjukskrivning på grund av psykisk ohälsa i regel har med personens privatliv att göra. Hon underbygger sin kritik av de tre myterna med en genomgång av resultat från forskningen på området.

Boken är ett mycket intressant bidrag med den noggranna genomgången av forskningen på området och med några förslag till hur det ska kunna gå att motverka psykisk ohälsa i arbetslivet. Det saknas dock en del bakgrundsdata som skulle kunna ge ett vidare underlag för diskussionen. Jag skulle gärna ha sett en översikt av utvecklingen av arbetsmarknaden i Sverige i några avseenden relaterat till diskussionen om psykisk ohälsa. Här ska nämnas fyra sådana områden.

1. Hur ser utvecklingen ut på arbetsmarknaden vad gäller sammansättningen efter näringsgrenar och yrken och relaterat denna utveckling hur har utvecklingen varit för psykisk ohälsa?
2. Hur ser utvecklingen ut vad gäller arbetstider? På flera ställen i boken påpekas att långa arbetsdagar kan bidra till psykisk ohälsa. Stämmer det att de som arbetar heltid oftare drabbas av psykisk ohälsa än de som arbetar deltid?

3. Hur ser utvecklingen ut vad gäller tillfälliga anställningar och för de som ofta betecknas som tillhörande ett prekariat? På flera ställen i boken påpekas att dessa grupper kan ha speciellt krävande arbetsmiljöer. Har andelen med tillfälliga anställningar och andelen som kan utgöra ett prekariat ökat?
4. Hur är utvecklingen vad gäller psykisk ohälsa för kvinnor och män, olika åldersgrupper samt för utlandsfödda och födda i Sverige? Finns det skillnader efter kön, ålder och födelseland?

På flera ställen i boken nämns att det förhållande att många numera inte har någon klar avgränsning mellan arbete och fritid (de tar arbetet med sig hem) kan leda till psykiska påfrestningar och till psykisk ohälsa och utbrändhet. Vi har nu haft en period där många arbetet hemma under pandemin. Vilka effekter har det haft för den psykiska hälsan? Pandemin kan ses som något som under de senaste decennierna inom samhällsvetenskaplig forskning brukar betecknas som ett naturligt experiment. Det finns nu möjlighet till forskning som kan ge nya insikter vad gäller arbetsmiljö.

Vad går det då att göra för att motverka att arbete leder till psykisk ohälsa. Det finns inte en enkel lösning, men det går troligen att hitta åtgärder som kan bidra.

1. I boken berörs många gånger frågan om arbetstid – att långa arbetsdagar kan leda till ohälsa. Det är en viktig fråga att diskutera hur långa arbetsdagarna ska vara. Det är bland annat en fråga om en avvägning mellan arbete (inkomster) och fritid.
2. En andra fråga är anställningsformer. Om tillfälliga arbeten oftare leder till ohälsa än tillsvidareanställningar, finns det argument för att se över reglerna för anställningstrygghet.
3. Är det så att vissa arbeten oftare leder till ohälsa för äldre än för yngre som arbetar inom ett yrke kan en lägre pensionsålder för de som har ett sådant yrke eller omskolning genom arbetsmarknadsutbildning till andra yrken vara lämpliga åtgärder.
4. Vissa arbeten och arbetsplatser har mer negativa hälsoeffekter än vad andra har. Det kan vara möjligt att påverka förekomsten av sådana arbeten genom att göra arbetsskadeförsäkringen till en primär försäkring. Det blir på så sätt dyrare för arbetsgivare att ha en dålig arbetsmiljö.
5. Viktigt är också att undersöka arbetsmiljön och dess effekter inte bara för anställda utan också för egenföretagare, som utgör en växande grupp på den svenska arbetsmarknaden.