



GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

# ARBETS(O)FÖRMÅGA VID DEPRESSIONS- OCH ÅNGESTSJUKDOM

- Ur teoretiskt, individens och chefens perspektiv

MONICA BERTILSSON, MED DR, LEG ARBETSTERAPEUT  
ENHETEN FÖR SOCIALMEDICIN OCH EPIDEMIOLOGI



New Ways – mental health at work



## New Ways – mental health at work

Ett forskningsprogram inriktat mot att öka kunskapen om hur man kan identifiera, behandla och stödja personer med depressions- och ångestsjukdom så att de kan behålla sin förmåga att arbeta och minska behovet av sjukskrivning.



# Varför återremitteras patienter från AMI?”

1991



# Varför återremitteras patienter från AMI?"

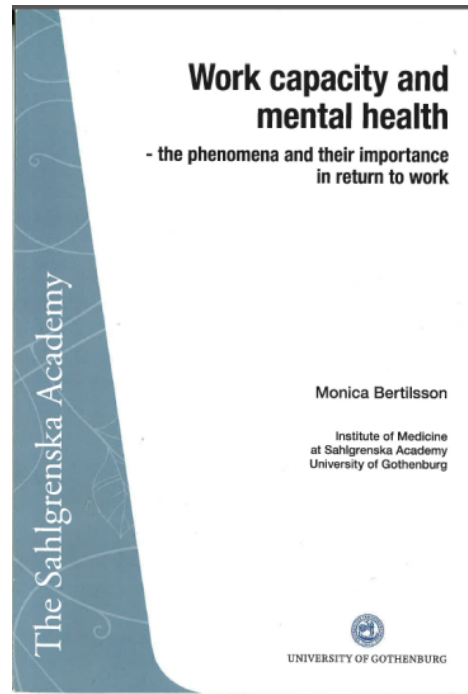


1991



- medicinsk behandling
- samtalsbehandling
- rehabilitering inför återgång i arbetsliv





2013

Svenska Läkarsällskapets pris för  
bästa avhandling i Försäkringsmedicin



Monica Bertilsson, med dr, leg. arbetsterapeut, Göteborgs Universitet



# Varför kunskap om arbetsförmåga?

- förstå betydelsen av arbetsförmåga jämte diagnostik, symptom, funktion och behandling (OECD 2011)
- kunskap om hur olika psykiska sjukdomar påverkar arbetsförmåga (OECD 2011, ISF 2014)
- chefer behöver stöd att förstå hur ”arbetsförmåga” påverkas (räcker inte med symptom eller funktion) (Lemieux 2011, Seing 2012)
- rättssäker bedömning av rätten till sjukpenning (ISF 2014)





# Arbetsförmågepusset – läkares bedömning av arbetsförmåga vid depressions- / ångestsjukdom

Hur är din  
arbetsförmåga?

Intervjustudie  
med 24 läkare



???????





# Arbetsförmågepusset – läkares bedömning av arbetsförmåga vid depressions-/ ångessjukdom



*”Jag försöker få dom [patienter] att verbalisera och det är den svåraste delen för patienten, eftersom dom har uppfattat, att dom inte klarar av jobbet, men det är väldigt svårt för dom att beskriva på vilket sätt ”*



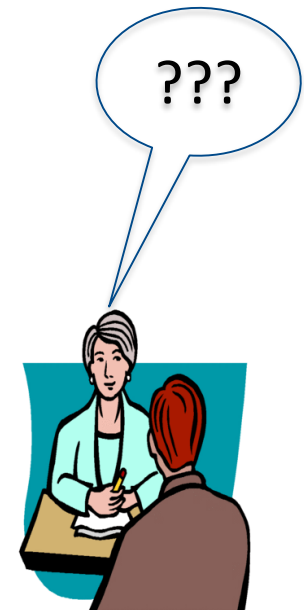


# Vad kan vårdpersonal om arbetsförmåga?

- Vårdpersonal har svårt att förstå arbetsförmåga

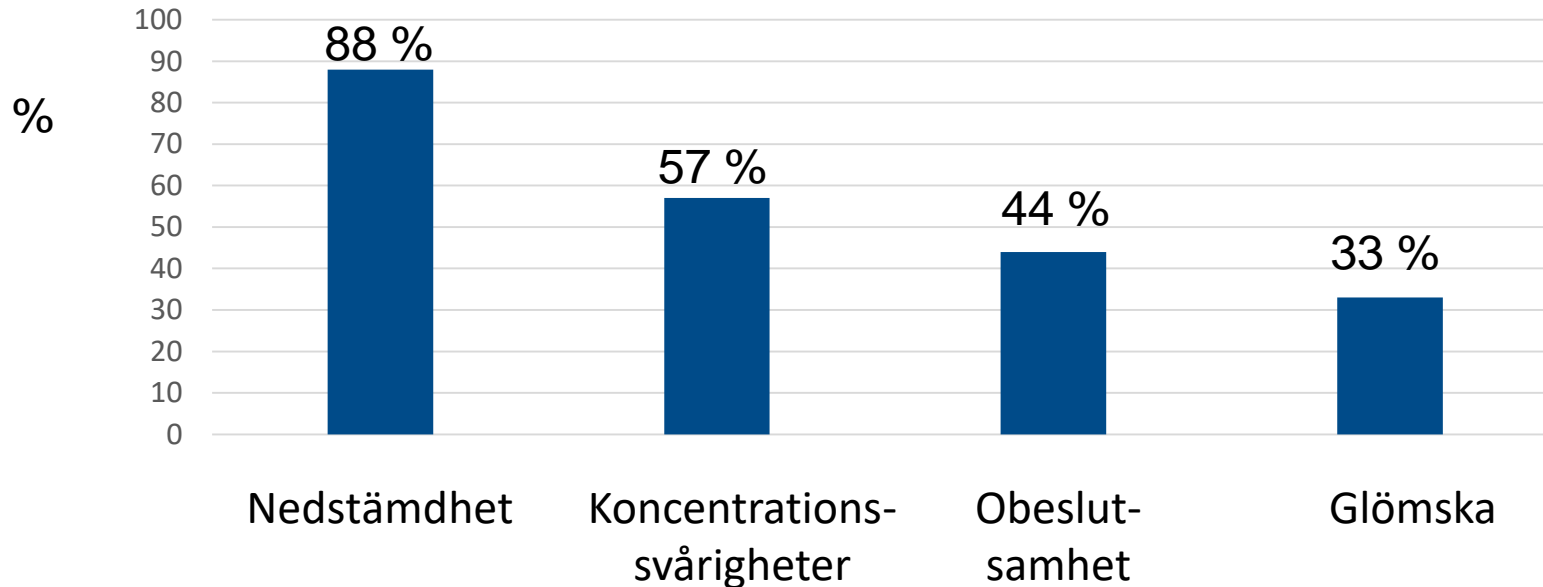
Läkare:

- Svårt att bedöma arbetsförmåga
- Svårare med arbetsförmåga hos patienter med psykisk sjukdom jämfört annan sjukdom





# Vad vet man om depression på arbetsplatser?





## Vad kan chefer om arbetsförmåga?

Tidigare studier med chefer:

- **svårigheter att förstå nedsatt arbetsförmåga**
- **svårigheter att anpassa arbetet**
- psykiska hälsoproblem anses mer problematiska





Vad innebär förmåga att  
arbeta vid depression och  
ångest?



Diskutera!





## Innehåll:

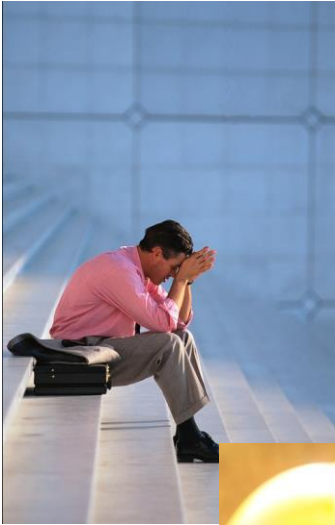
- Teoretiska perspektiv:
  - Arbetsförmåga – vad är det?
  - Arbetsförmåga inom forskningen
- Individens perspektiv:
  - Arbets(o)förmåga vid depression och ångest
- Chefens perspektiv:
  - Chefers erfarenhet av medarbetares arbetsförmåga





GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

NEW WAYS  
SOCIAL MEDICIN OCH EPIDEMIOLOGI  
SAHLGRENSKA AKADEMIN



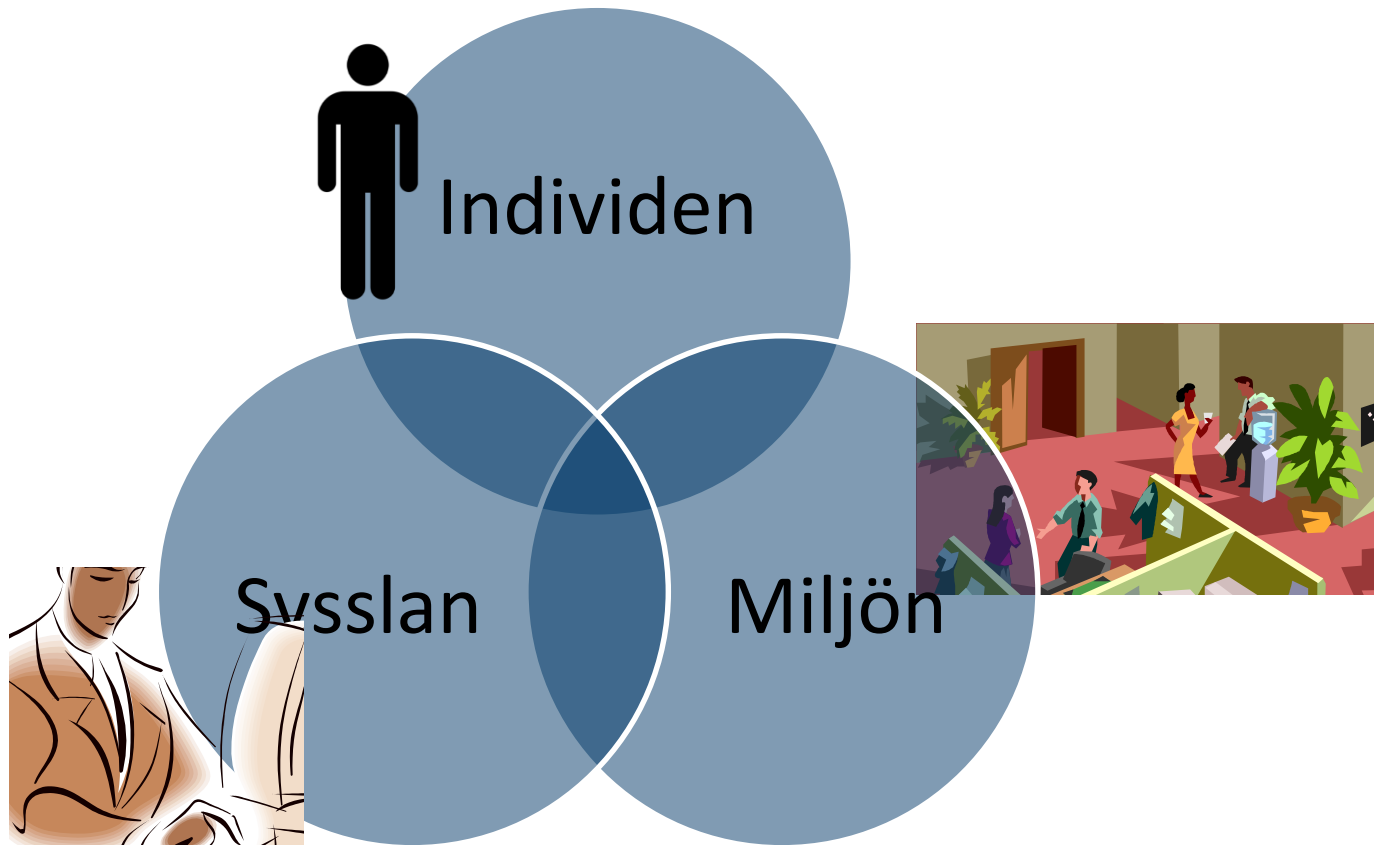
# Hur ska vi förstå arbetsförmåga?



Monica Bertilsson, med dr, leg. arbetsterapeut, Göteborgs Universitet

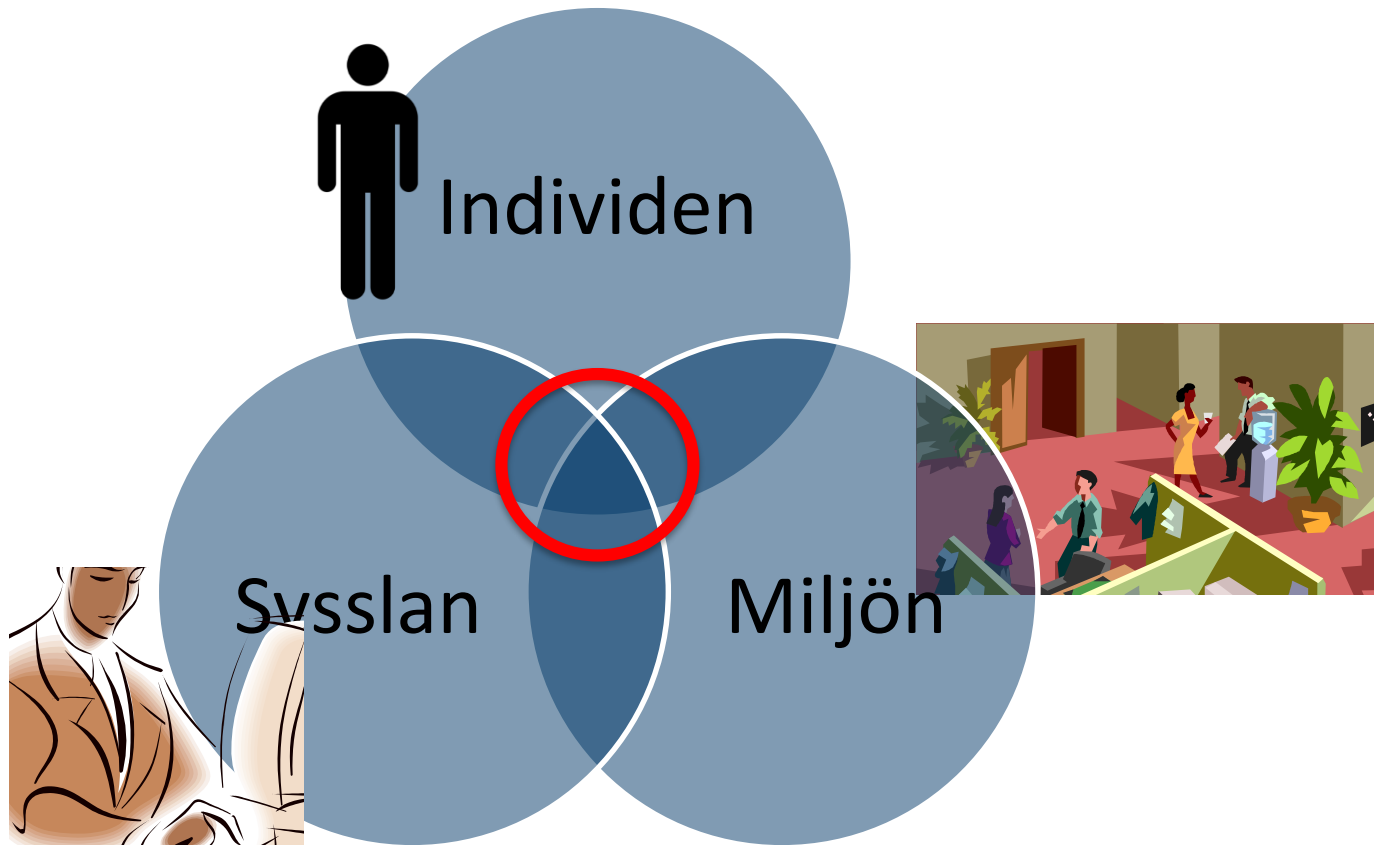


# Hur ska vi förstå arbetsförmåga?



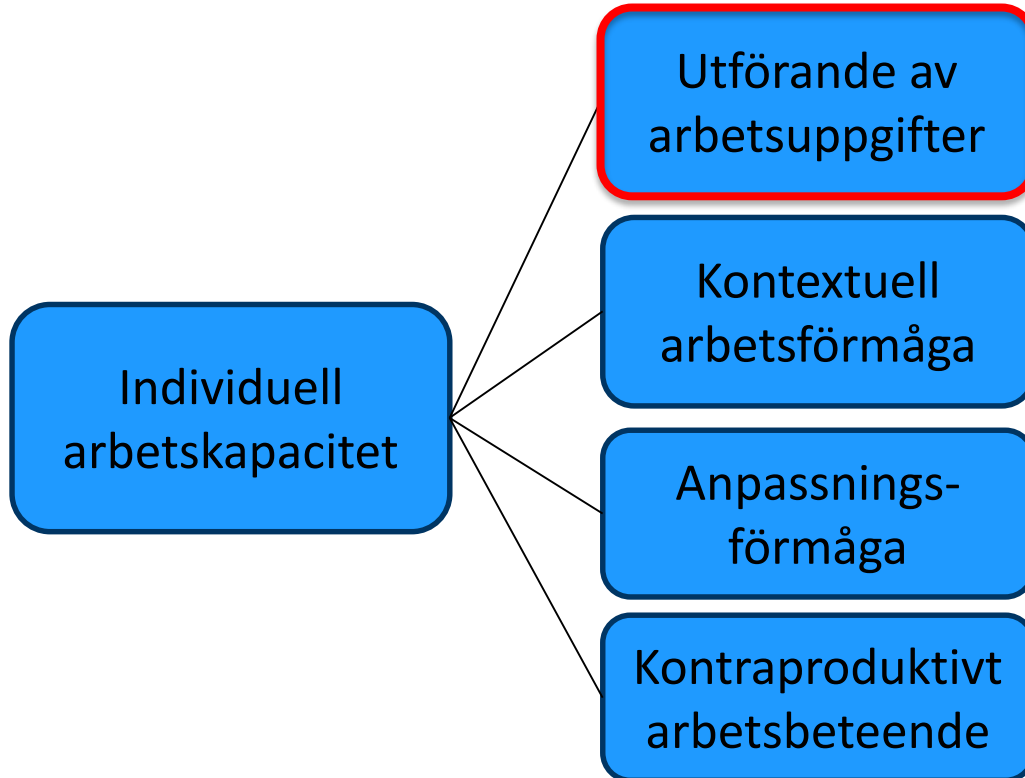
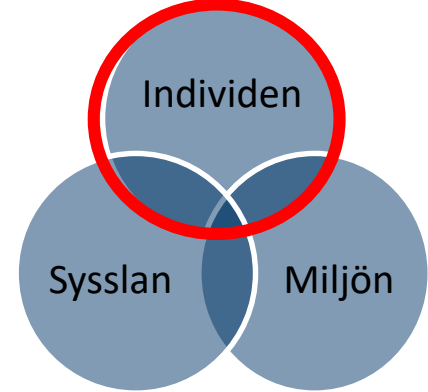


# Hur ska vi förstå arbetsförmåga?





# Arbetsförmåga som individuell arbetskapacitet

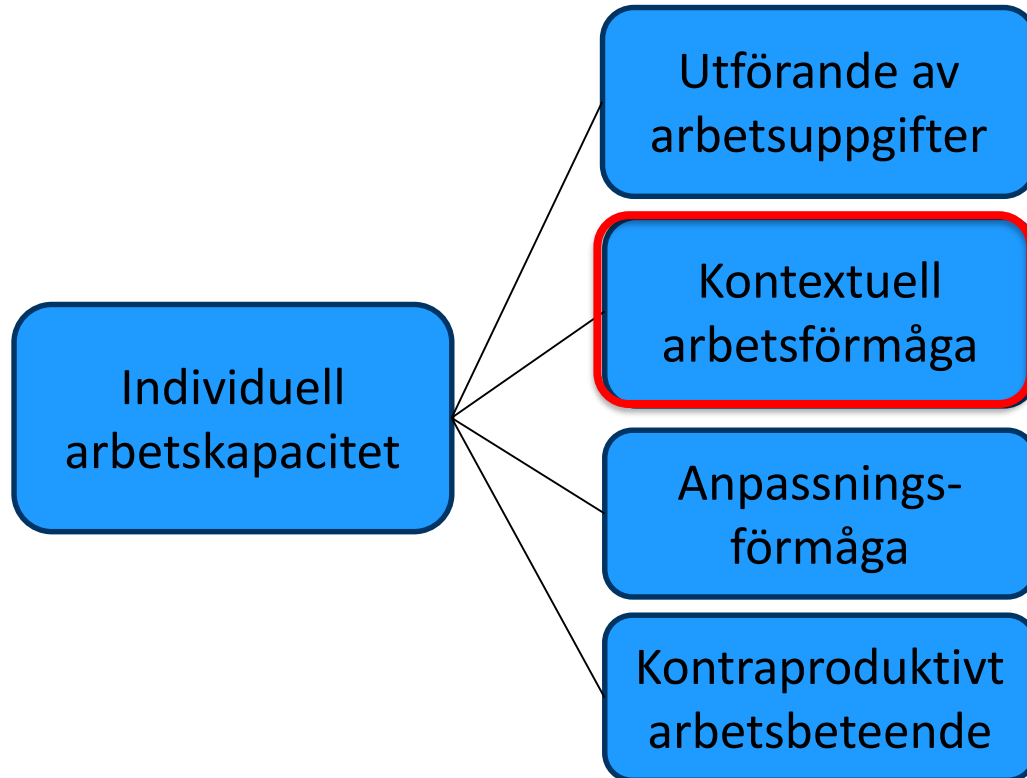
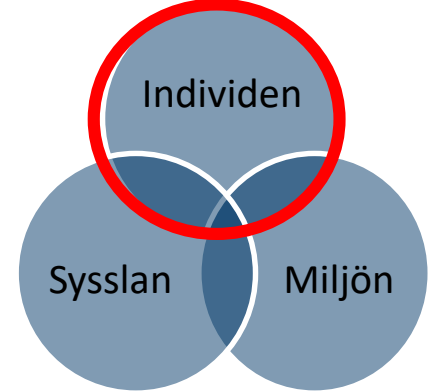


Till exempel:

upprätthålla produktivitet  
kvalité, skicklighet,  
hålla sig uppdaterad,  
arbeta noggrant,  
planera och organisera,  
ta beslut, lösa problem,



# Arbetsförmåga som individuell arbetskapacitet



Till exempel:

ta initiativ, tjänstvillig, uthållig, engagerad, visar entusiasm, artig, samarbetar, hjälper andra, interpersonella relationer,



## En läkare berättar

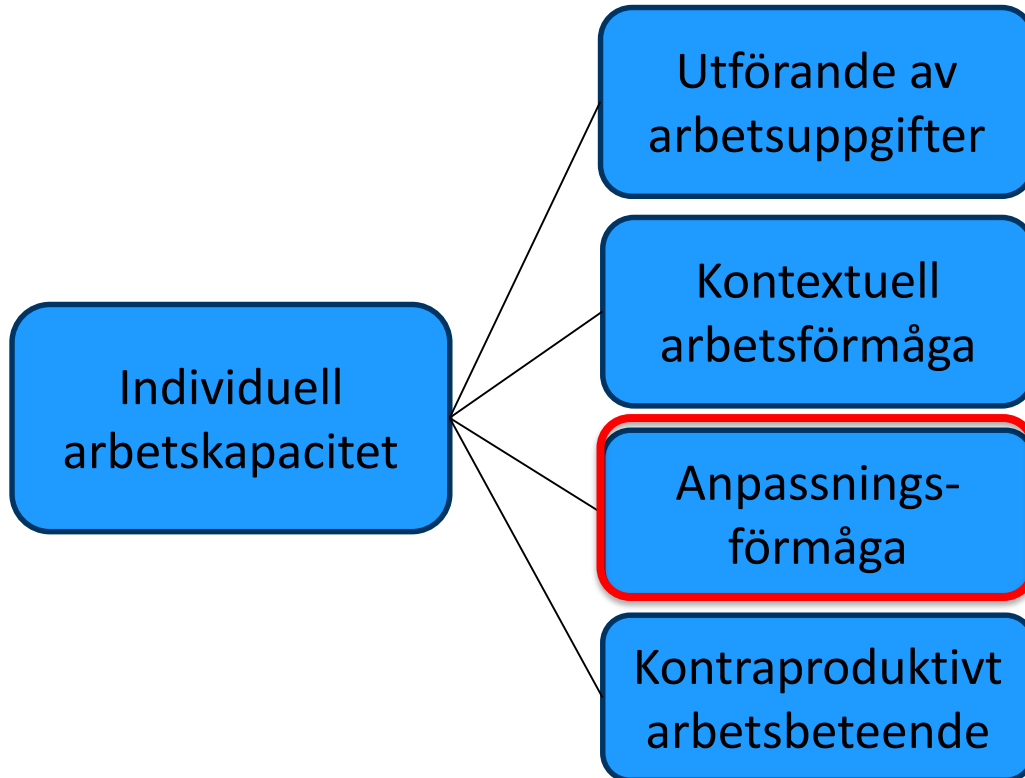
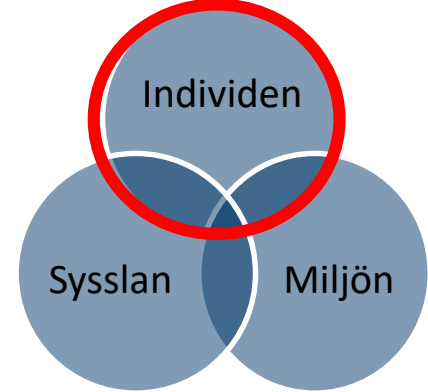


*En patient [butiksjobb] beskrev väldigt tydligt hur hon av arbetsgivaren blev tillsagd att när hon inte kunde **le och vara så trevlig** mot kunden som hon brukade så kunde hon inte vara där. På hennes arbetsplats **så var man stående enligt chefen och man var glad och alert och så.***

Bertilsson et al, 2013



# Arbetsförmåga som individuell arbetskapacitet

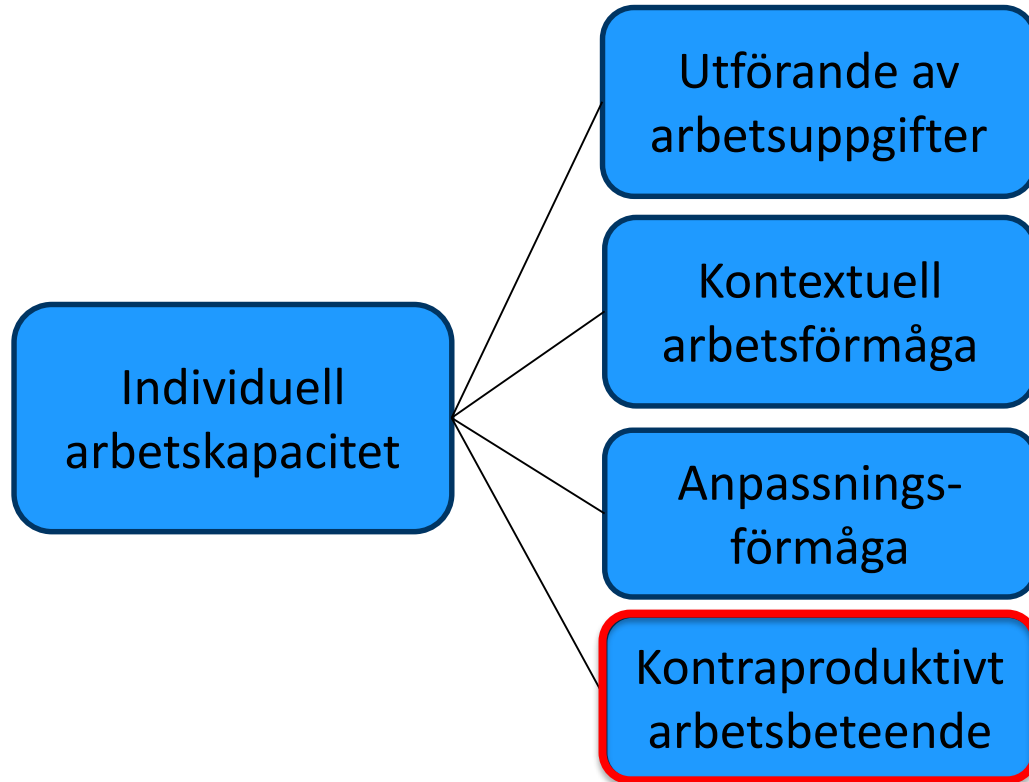
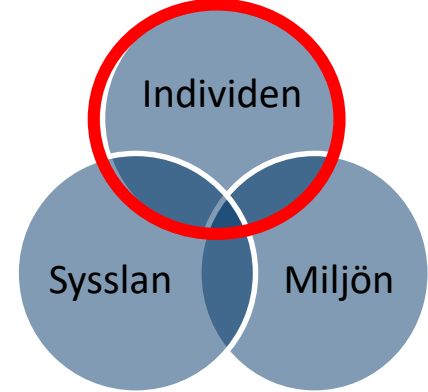


Till exempel:

Snabbtänkt, generera nya och innovativa idéer, ha återhämtningsförmåga lära sig nya uppgifter, vara flexibel, behålla lugnet



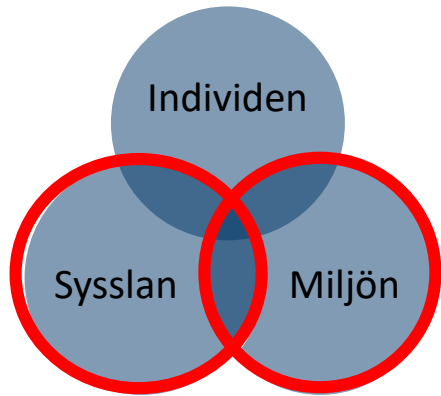
# Arbetsförmåga som individuell arbetskapacitet



Till exempel:

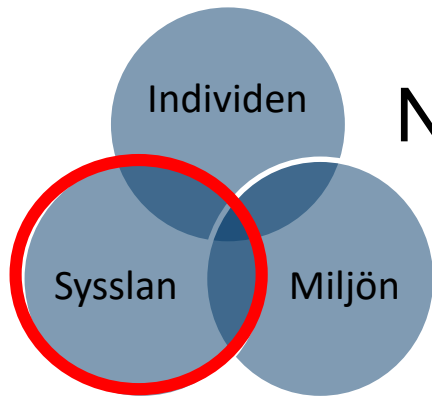
trög, långsam,  
gör fel, blir arg,  
bristande säkerhetstänk  
sjukfrånvaro  
sjuknärvaro





Arbetsförmåga i förhållande till arbetsuppgifter som är föränderliga eller utförs i rörliga omgivningar



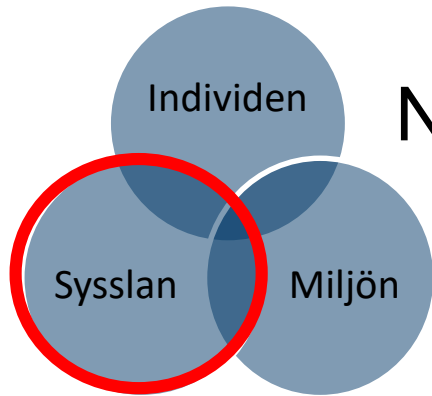


När den föränderliga, rörliga arbetsuppgiften  
är en människa



Ständig interaktion  
Ständig anpassning





När den föränderliga, rörliga arbetsuppgiften  
är en människa



Återkommande möten över tid

lärare  
vårdpersonal  
servitörer  
med fler







# ARBETSFÖRMÅGA SOM KOMPETENSER

Tre kompetenser:

- Tekniska  
(ex fysisk förmåga, mental förmåga, kunskap, skicklighet)
- Generella  
(ex klara nya situationer, hantera osäkerhet, ta beslut, kunna kommunicera, samarbeta)
- Individuella  
(ex empati, etablera djup kontakt, stödja)





# ARBETSFÖRMÅGA SOM KOMPETENSER

Tre kompetenser:

- Tekniska  
(ex fysisk förmåga, mental förmåga, kunskap, skicklighet)
- Generella  
(ex klara nya situationer, hantera osäkerhet, ta beslut, kunna kommunicera, samarbeta)
- Individuella  
(ex empati, etablera djup kontakt, stödja)



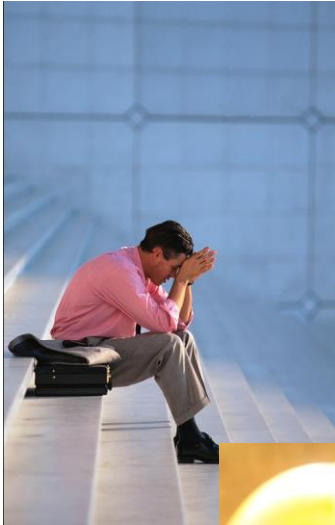


Hur tänker ni om detta?  
Diskutera!





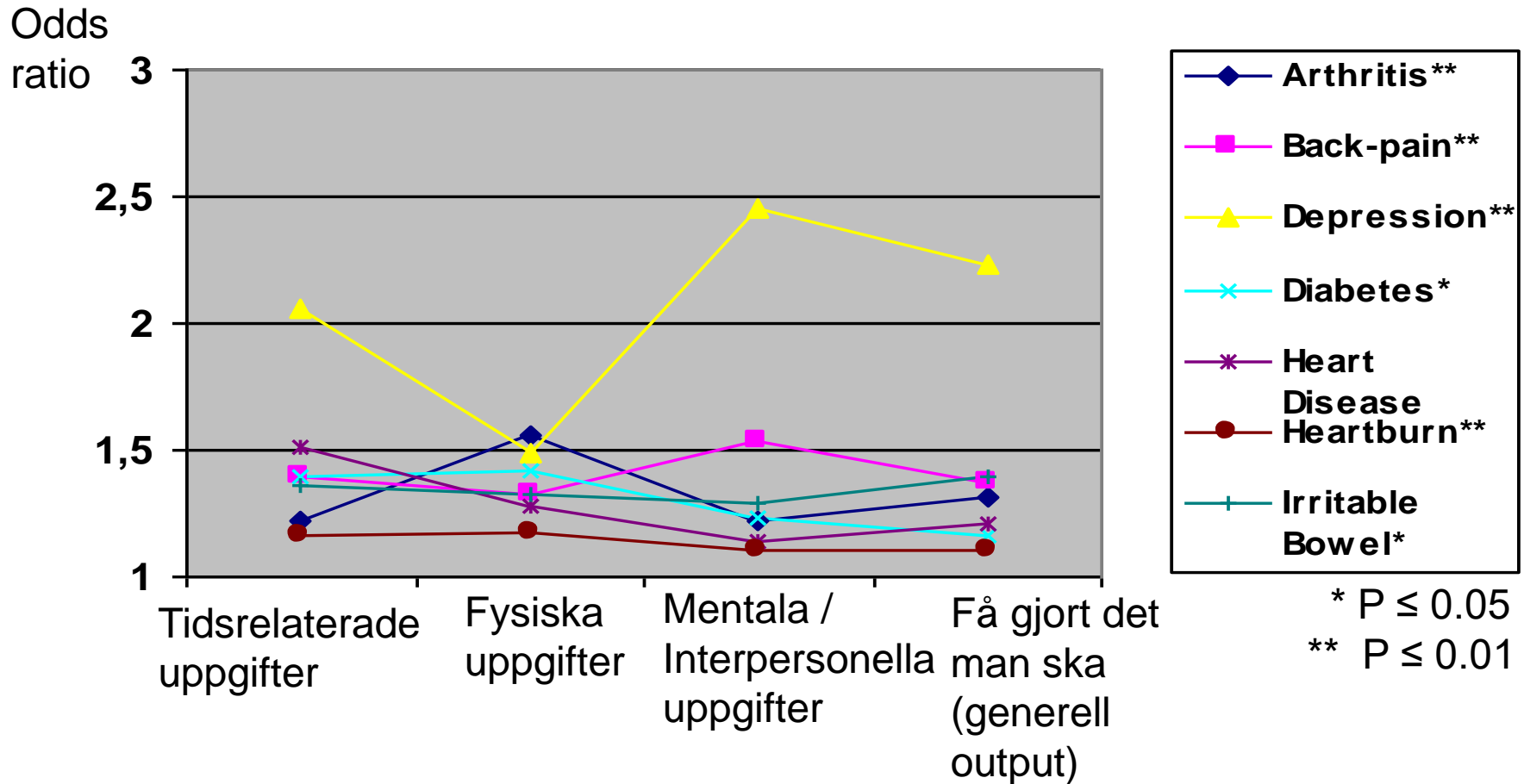
# Arbetsförmåga i forskningen



- Personer med psykisk sjukdom skattar sämre arbetsförmåga jämfört med individer med annan sjukdom

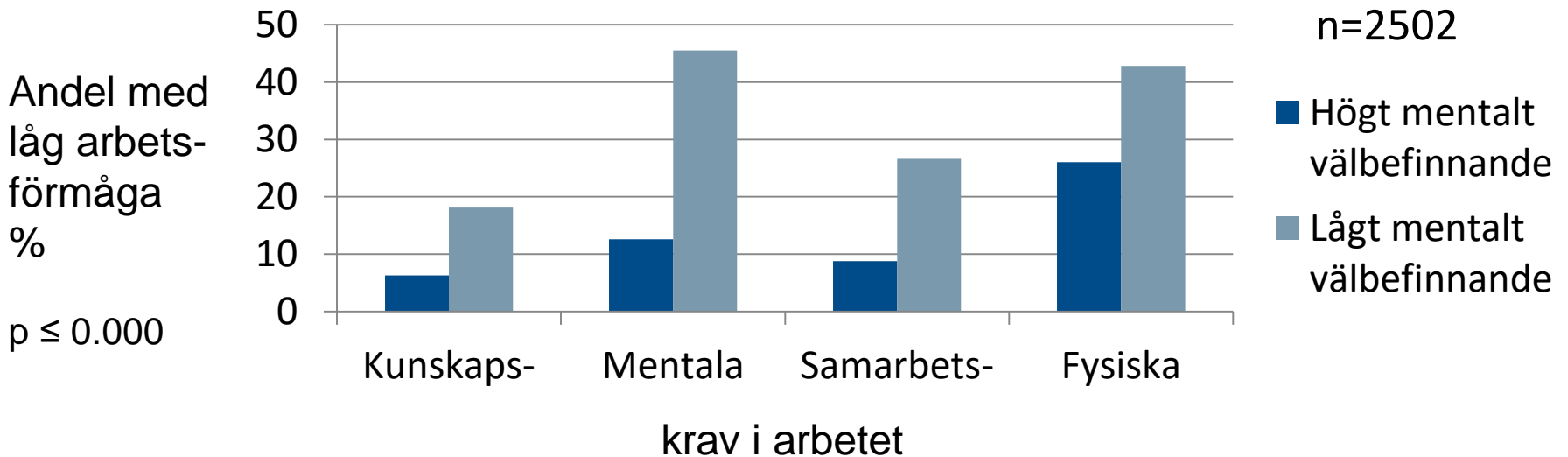
Dewa 2000, Collins 2005, Holden 2011

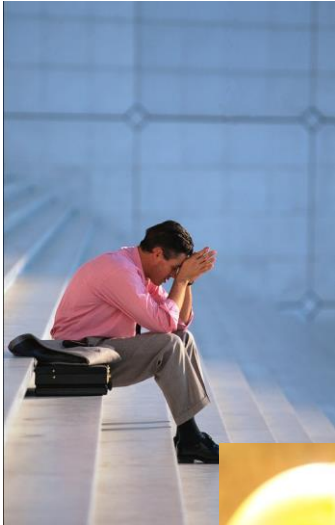
# Jämförelse av självskattad arbetsförmåga mellan individer med olika sjukdomar



# Jämförelse av självskattad arbetsförmåga bland nya sjukfall med och utan psykisk ohälsa

Befolkningsstudie i Västra Götaland, 2008-09





# Arbetsförmåga i forskningen

- Tar längre tid att återfå arbetsförmåga än att återhämta sig från depressions- och ångestsjukdom

Mintz 1992, Backenstrass 2006, Plaisier 2010



# Har självskattad arbetsförmåga betydelse för sjukfrånvaro?





# Sannolikhet för sen återgång i arbete ( $\geq 105$ dagar)

**OR (95% CI)**

Låg arbetsförmåga i relation till:

Kunskapskrav i arbetet	<b>1.75</b> (1.21-2.53)
Mentala krav i arbetet	<b>1.52</b> (1.14-2.04)
Krav på samarbete i arbetet	<b>1.71</b> (1.23-2.36)
Fysiska krav i arbetet	<b>1.44</b> (1.12-1.86)

*(Justerat för lågt mentalt välbefinnande, kön, ålder)*

## Sannolikheten för begränsat arbetsdeltagande ett år efter baseline skattning ( $\geq 15$ dagar sjukskrivning)

OR (CI 95%):

Låg mentalt välbefinnande **1.29 (1.01-1.65)**

Låg arbetsförmåga i relation till:

• Kunskapskrav i arbetet **1.55 (1.13-2.13)**

• Mentala krav i arbetet 0.99 (0.76-1.27)

• Krav på samarbete i arbetet **1.36 (1.03-1.79)**

• Fysiska krav i arbetet **1.50 (1.22-1.86)**

(justerat för kön, ålder, tidigare sjukskrivning, general self-efficacy, varaktig sjukdom, långvariga symptom; smärta, trötthet, koncentration) Bertilsson et al, 2015



Någonting nytt?  
Diskutera!





GÖTEBORGS  
UNIVERSITET



**Vad är arbetsförmåga vid depression och ångest?**





# Vad är arbetsförmåga vid depression och ångest?



Hur är det att arbeta när man har depression och ångest?

Hur erfars förmåga att arbeta av individer med depression och ångest?





# Vad är arbetsförmåga vid depression och ångest?



Hur är det att arbeta när man har depression och ångest?

Hur erfars förmåga att arbeta av individer med depression och ångest?



Utforska fenomenet  
förmåga att arbeta  
vid depression och ångest.

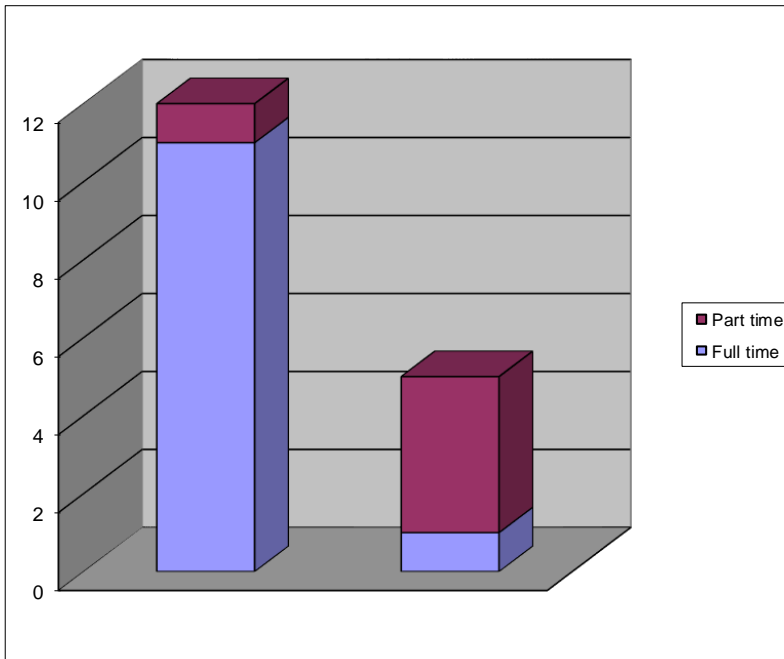


## Två fokusgruppsstudier

1. Människor med depressions- och ångestbesvär som arbetar i sitt ordinarie arbete (n=17)
2. Vårdpersonal inom företagshälsovård, primärvård och psykiatri med erfarenhet av att behandla patienter med depression och ångest. (n=21)



# Deltagare studie 1 (n=17)



Kvinnor  
N= 12

Män  
N=5

## Ålder

Spridning: 30-62 år

Medel: 46 år

## Arbetsgivare:

Offentlig sektor: 11

Privat sektor: 6

## Typ av arbete:

Arbetare: 8

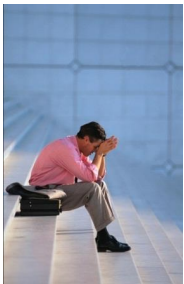
Tjänstemän: 9





# Förmåga att arbeta vid depression och ångest

Essensen av fenomenet förmåga att arbeta vid depression och ångest:



Förmåga att arbeta vid depression och ångest innebär att inte längre känna sig hemmastadd i sitt eget arbetsutförande, sitt beteende, och sina känslomässiga och fysiska reaktioner. Det är som att vara en gäst (främling) i sitt eget arbetsliv....



# Förmåga att arbeta vid depression och ångest

Fynd från  
två studier



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

## Svårigheter att hantera ett konstant arbetsflöde

- Omgivna av ett ständigt arbetsflöde
- "Fångade" mitt i strömmen
- Varierar från dag till dag
- Ett huvud fullt av "*bomull*" eller "*deg*"
- Hantera arbetsuppgifter är svårt
- Störs av ljud



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

## Svårigheter att hantera ett konstant arbetsflöde

*”Man kan inte hålla i flera saker samtidigt, som man gjorde förut. Jag kan stå och prata med en kund, samtidigt ringer interntelefoner, sen kommer det en säljare, sådana saker, då blir jag jättefrustrerad. Jag tappar fokus på allting, ofta blir det kaos och jag vet inte hur jag skall tänka”.*



# Svårigheter att hantera tid och tempo

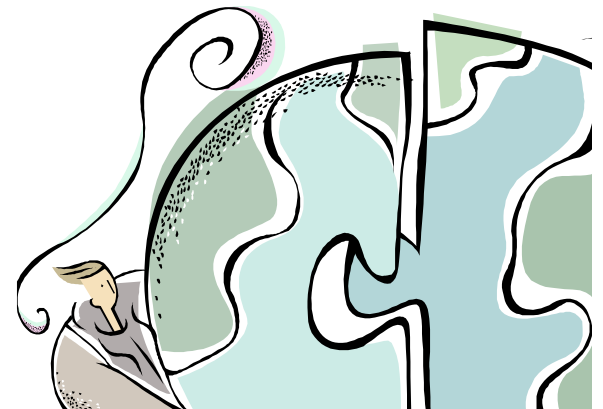
- Arbetar omväxlande långsamt och snabbt
- Allt tar längre tid att utföra
- Arbetet samlas på hög
- Komma ihåg tider
- Hålla tider
- Arbetsuppgifter på morgonen

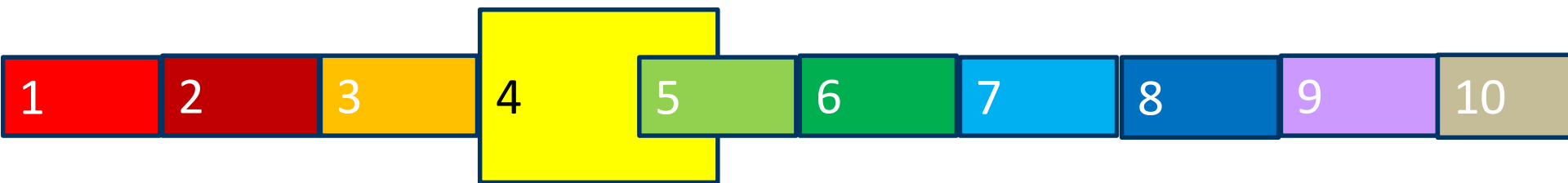




## Exponerad och utsatt i samspel med andra

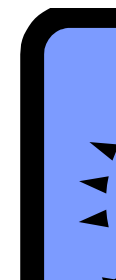
- Mest krävande arbetsuppgiften
- Givande och tagande i stunden
- Förlorar tråden
- Ständigt "på väg"
- "Hudlös"
- Uppstår lätt missförstånd
- Känslomässigt engagemang svårt

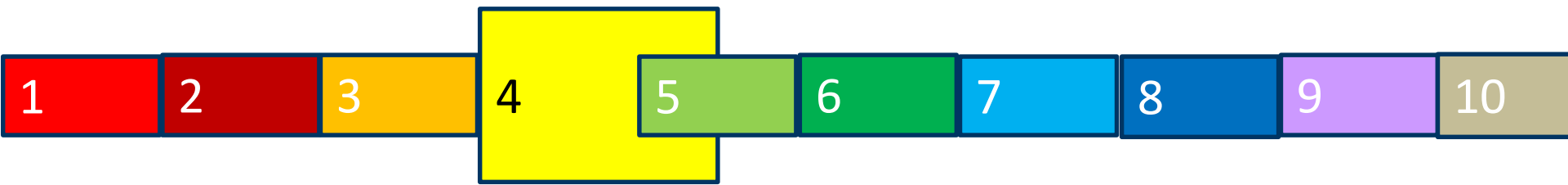




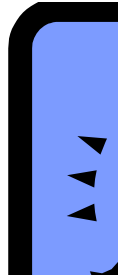
## Sätter på sig en "arbetsfasad"

- Känna sig avstängd, mindre flexibel och mekanisk.
- Oskyddad, kan när som helst bli avslöjad
- Osäkerhet över sin arbetsinsats
- Nya arbetsvanor, ständigt skriva ned var man gör
- Tidskrävande → ökar stressen





## Sätter på sig en "arbetsfasad"



*"jag märker ju att mitt minne har blivit jättedåligt och jag har blivit ganska osäker, jag kanske skall ringa en person och ställa en fråga, men jag kan lika väl redan ha ringt och snackat med den personen, jag har ingen aning. Jag måste ju i princip skriva ned allting jag gör"*





## Nedsatt arbetsglädje och förlust av "refuelling"

- Dagliga "arousals" som ger energi till arbetsförmågan
- "Mikroupplevelser"
- Istället: "kör utan bensin"
- Ett inre motstånd, "som att gå i sirap", måste övervinnas dagligen och stundligen





## Drivs av att vara "duktig"

- Ett inre krav om att prestera och att prestera bra
- Lika krävande som arbetsuppgifter
- "*det som syns utåt*" – den friska sidan av livet
- Triggas av rädsla att förlora arbetet och krav från Sjukförsäkringssystem



## Stör arbetsordningen

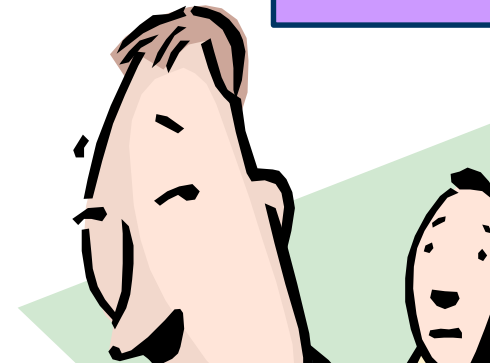
- Gör inte det, de ska göra på jobbet
- Stör andra, behöver ofta fråga om hjälp
- Uppstår missförstånd och överreaktioner, försvårar samarbete
- Ställer sig utanför det sociala livet på jobbet





## "Främlingskap"

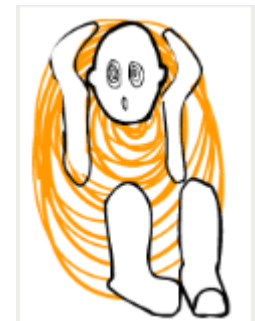
- Drar sig undan
- Klarar inte att interagera i samtal, klarar inte ljuden, färre samtalsämnen att delta i
- Att oförmågan är "osynlig" gör den svår att tala om, beskriva och svår för andra att förstå
- När främlingskap upplevdes försvårades möjligheten att be om hjälp

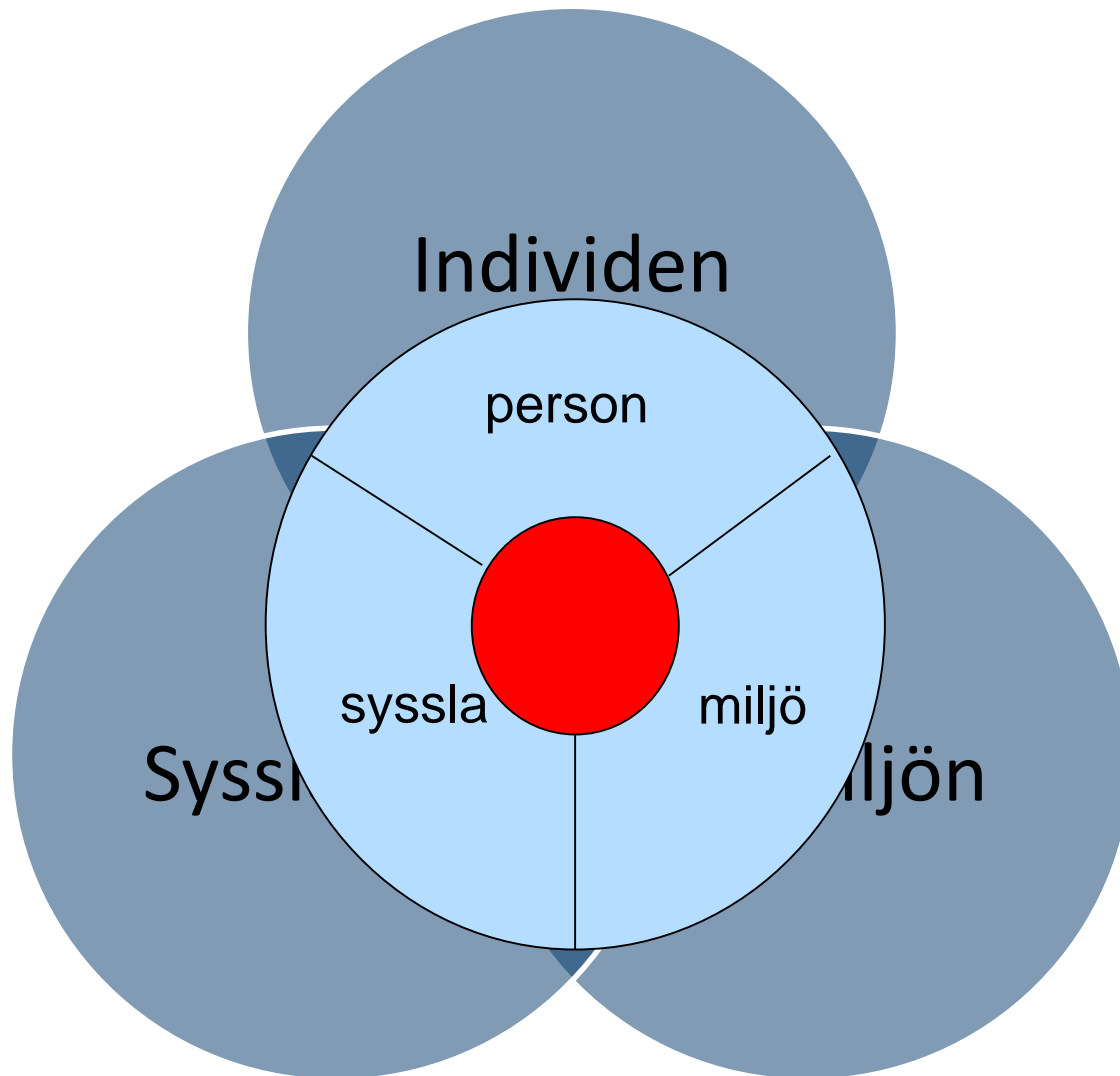




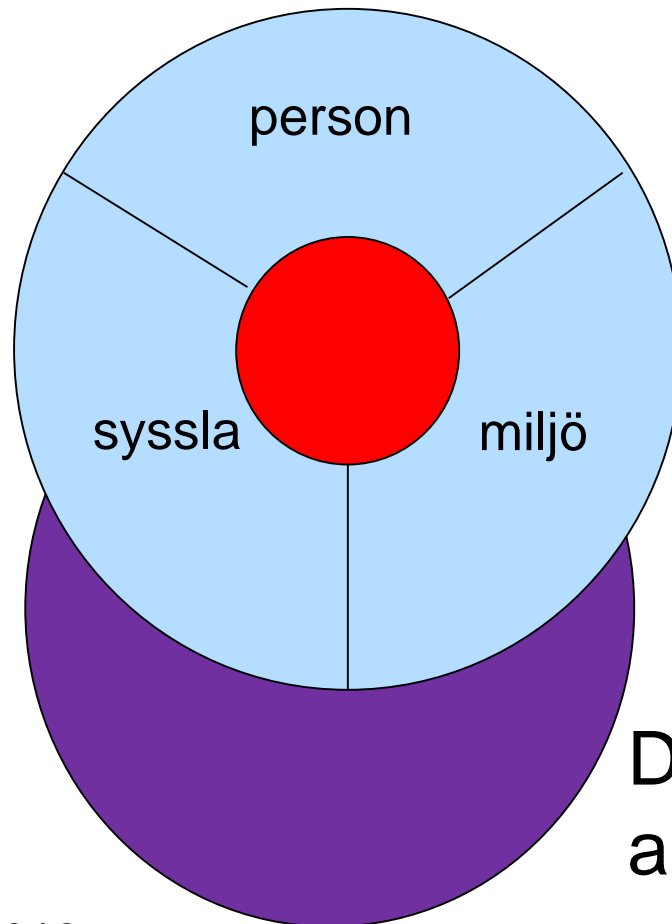
- Den oberäkneliga ångestattacken

- fragmenterar förmågan att arbeta
- försvinner från arbetsuppgiften
- "konsumerar" energi
  
- kräks innan de går till arbetet
- blir sittande utanför arbetet





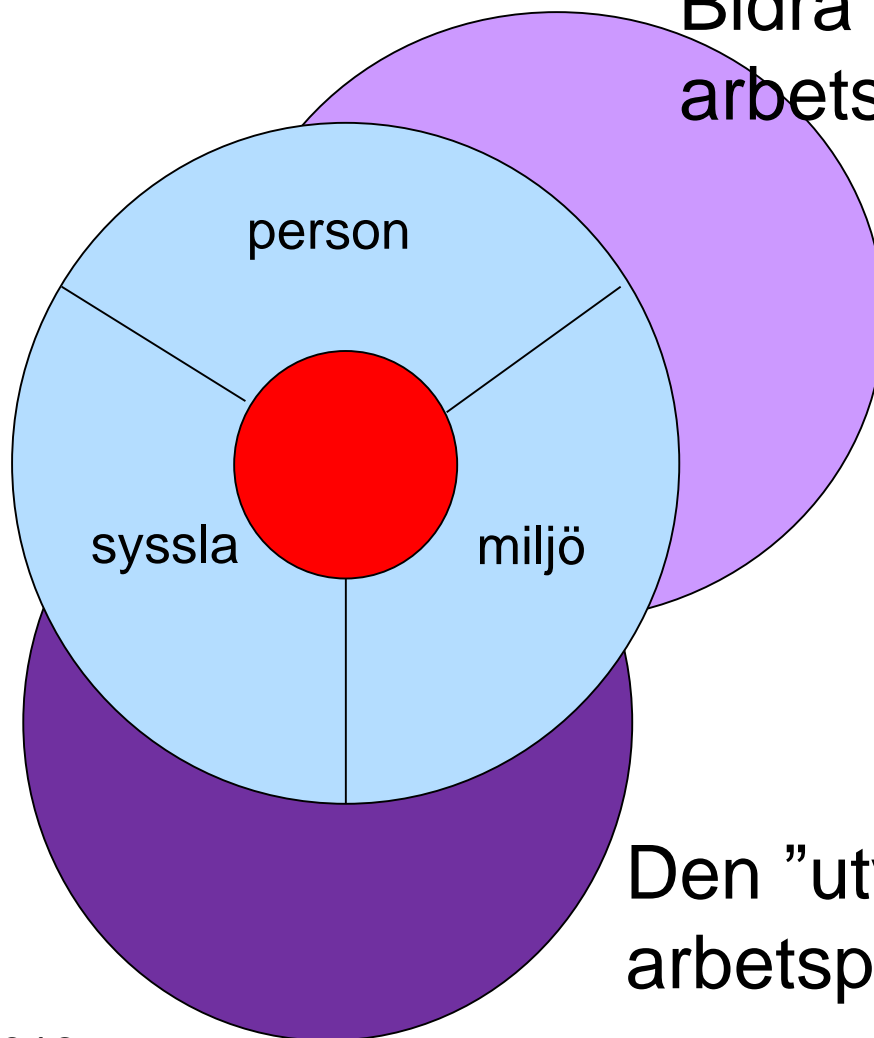
(Law M. Person-Environment-Occupation model, 1997)



Den "utvidgade"  
arbetsplatsen



Bidra till och delta i  
arbetsgemenskap



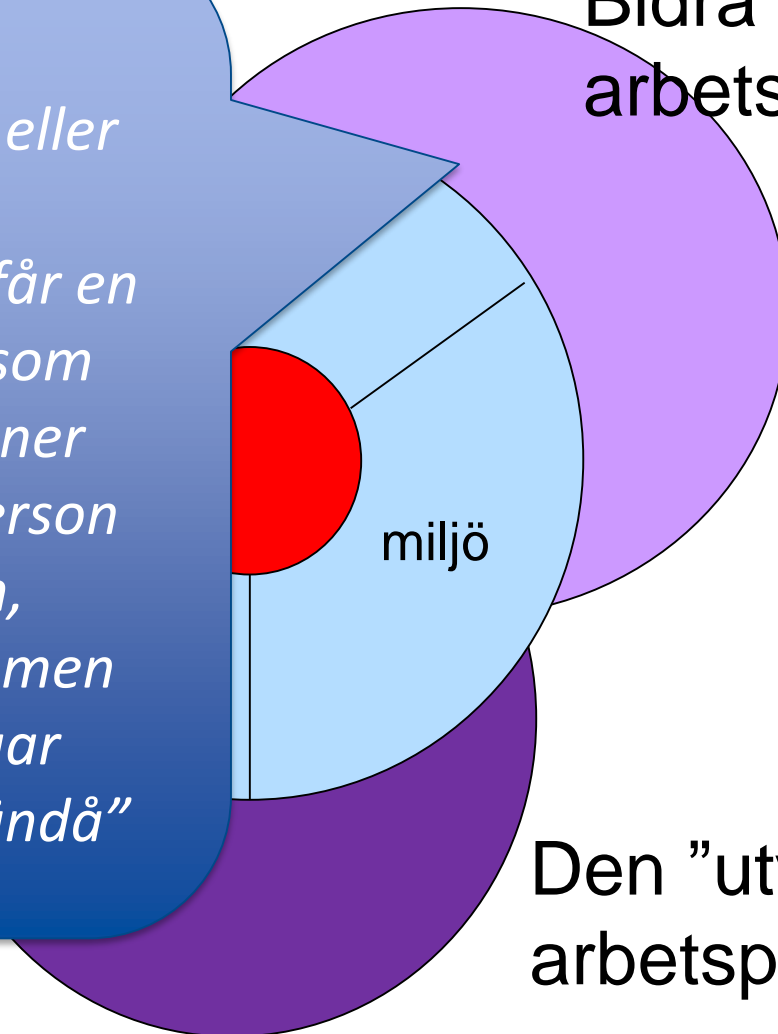
Den "utvidgade"  
arbetsplatsen





*”när vi ska gå ut med jobbet, på någon fest eller när vi har åkt på planeringsdagar, jag får en sådan ångest, det är som att yrkesrollen försvinner och jag är en privatperson och känner mig naken, riktiga panikattacker, men på något sätt så tvingar man sig och fixa det ändå”*

Bidra till och delta i arbetsgemenskap

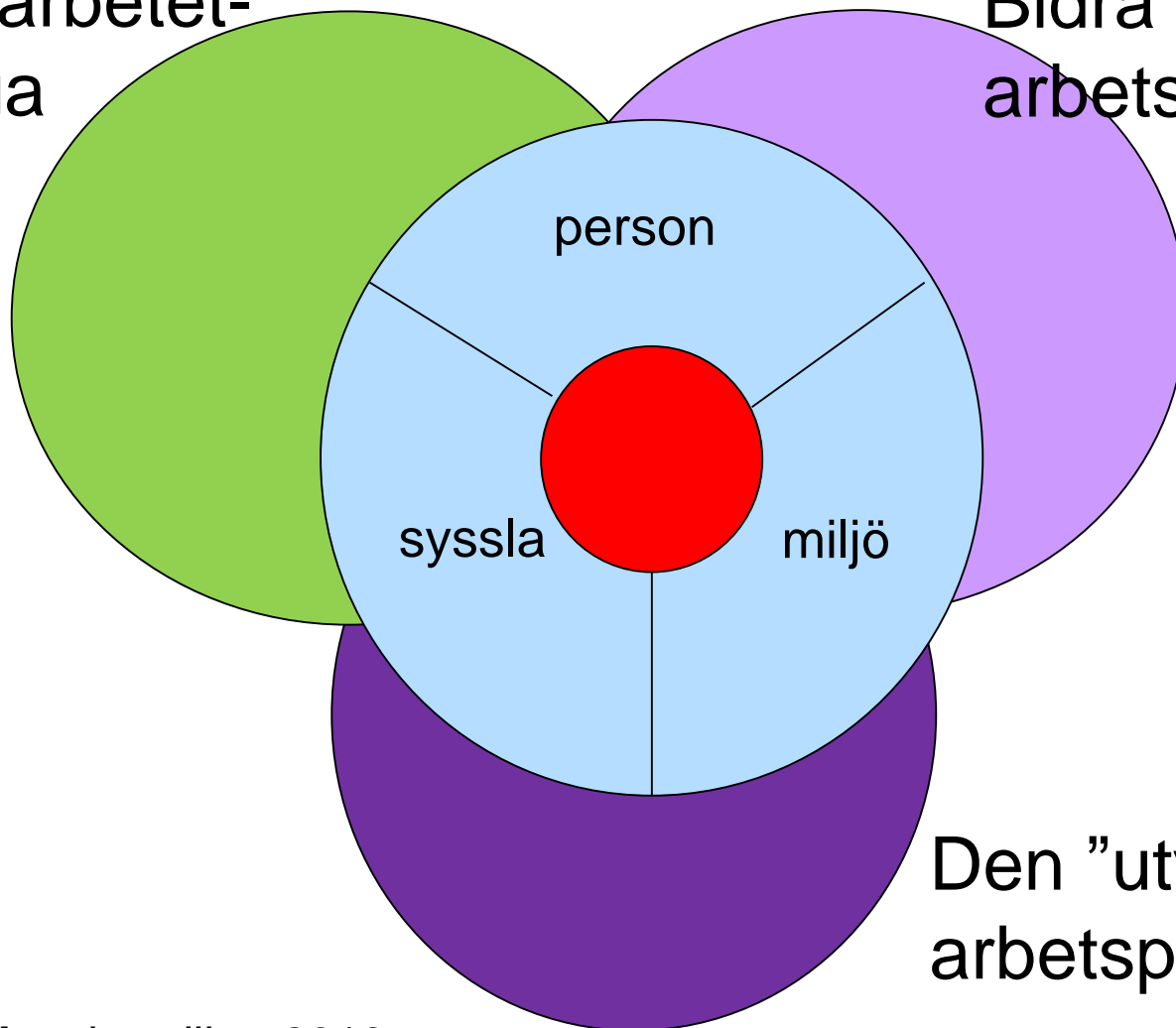


Den ”utvidgade” arbetsplatsen



Utanför arbetet-  
oförmåga

Bidra till och delta i  
arbetsgemenskap



Den "utvidgade"  
arbetsplatsen



## Utanför arbetet-oförmåga

*"Jag har en patient som jobbar som chef på något ställe, hon säger, nästan i en bisats att... "Ja jag minns väl inte som vanligt och jag är väl inte riktigt mig lik, men det är ju sedan när jag kommer hem, jag orkar ju inget mer. När jag kommer hem får jag ligga resten av tiden. Jag kan inte ens gå ut med soporna, inte göra hushållsuppgifter över huvud taget".*

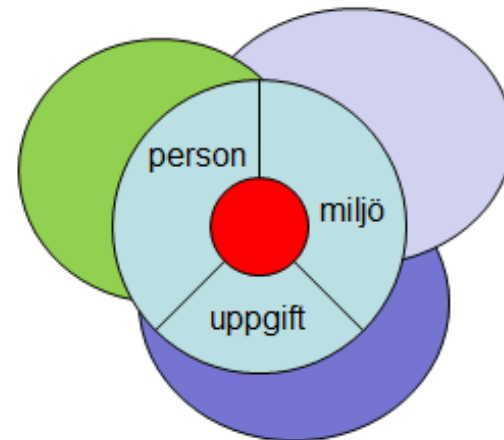
*Läkaren fortsätter: Hon har liksom värnat arbetet, så hon säger inte så mycket om att hon inte fungerar på arbetet. Så jag har ju i dagens läge fått säga till henne att jag vet ju inte om Försäkringskassan godkänner [sjukskrivning], eftersom jag ju inte kan beskriva att du inte fungerar på arbetet."*



Vad innebär förmåga att  
arbeta vid depression och  
ångest?



**Något nytt?  
Reflektioner?**





# Vilken erfarenhet har chefer om arbetsförmåga vid depressions och ångestsjukdom?





# Chefers perspektiv – en missad pusselbit

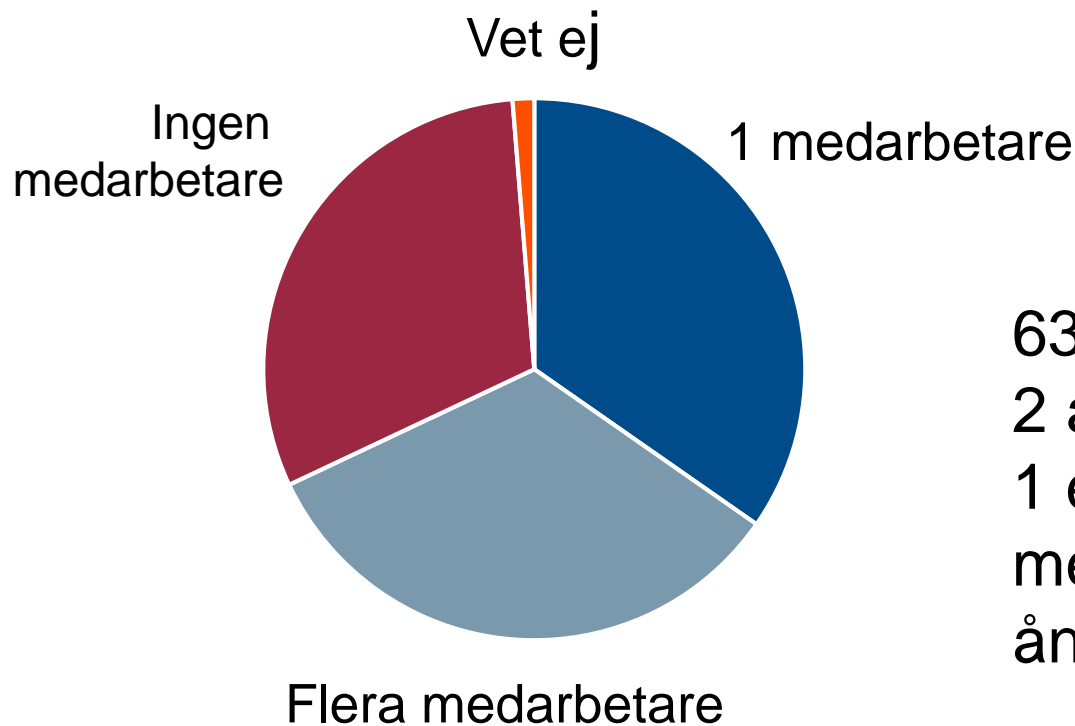
En undersökning om chefers  
kunskap, erfarenheter och strategier  
vid depressions- och/eller ångestsjukdom  
hos medarbetare



- Hösten 2017
- 5556 chefer
- 65% svarade



# Chefers perspektiv – en missad pusselbit



63% har de senaste 2 åren haft erfarenhet av 1 eller flera medarbetare med depression och/eller ångestsjukdom





# Hur uppfattar chefer att arbetsförmågan påverkas?

- Tänk tillbaka på de medarbetare som har haft depression och/eller ångest under de senaste två åren på din nuvarande arbetsplats. Utifrån din uppfattning, hur påverkades arbetsförmågan hos dessa medarbetare?







## Vi frågade om följande arbetsförmågor:

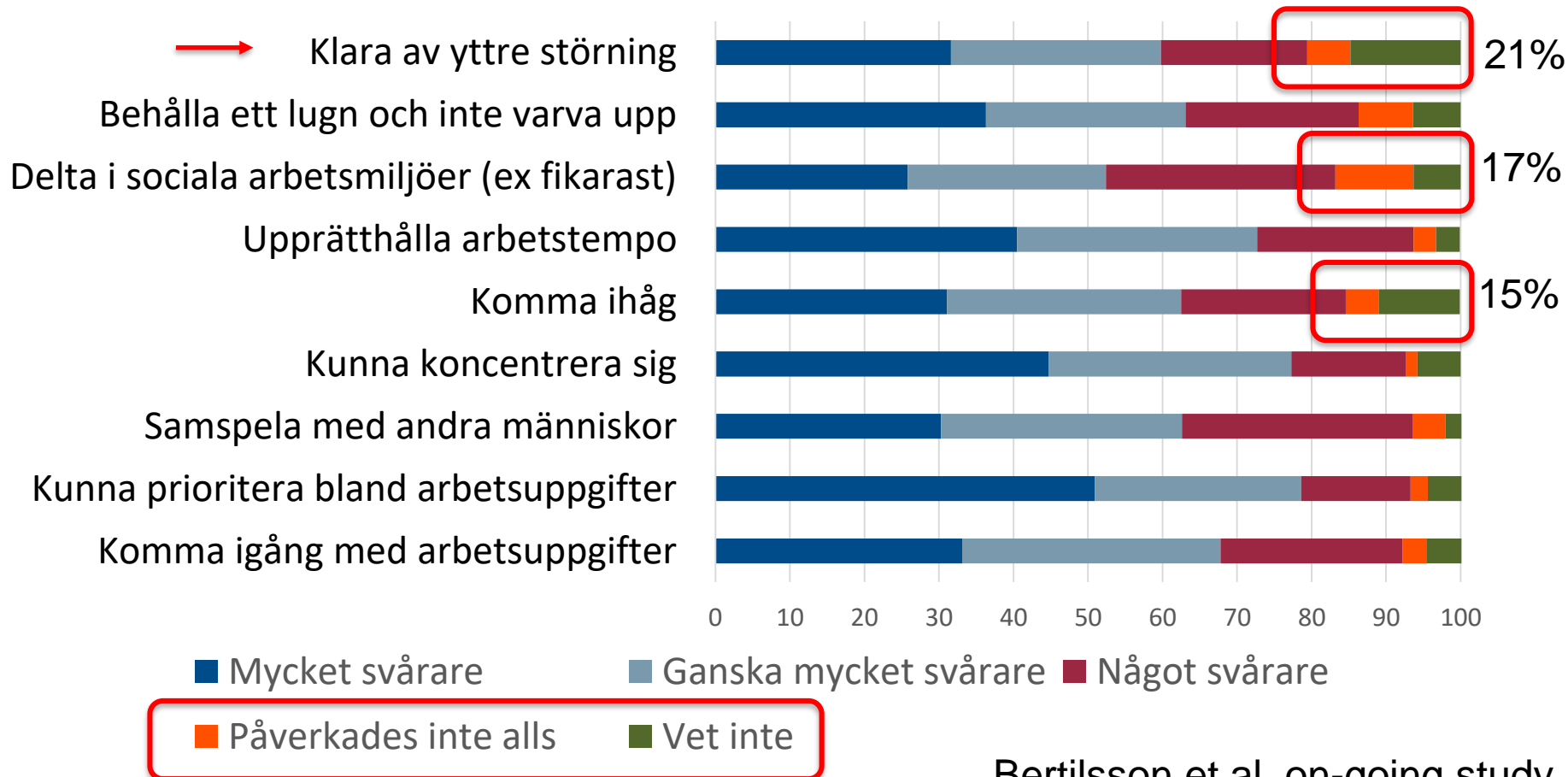
1. Komma igång med arbetsuppgifter
2. Kunna prioritera bland arbetsuppgifter
3. Samspela med andra människor
4. Kunna koncentrera sig
5. Komma ihåg
6. Upprätthålla arbetstempo
7. Delta i sociala arbetsmiljöer (t ex fikarast)
8. Klara av yttre störning (t ex samtal i närheten)
9. Behålla ett lugn och inte varva upp



# Chefers uppfattning om hur arbetsförmåga påverkas, baserat på erfarenheter från minst 2711 medarbetare med depression/ångest



# Chefers uppfattning om hur arbetsförmågan påverkas, baserat på erfarenheter från minst 2711 medarbetare med depression/ångest





GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

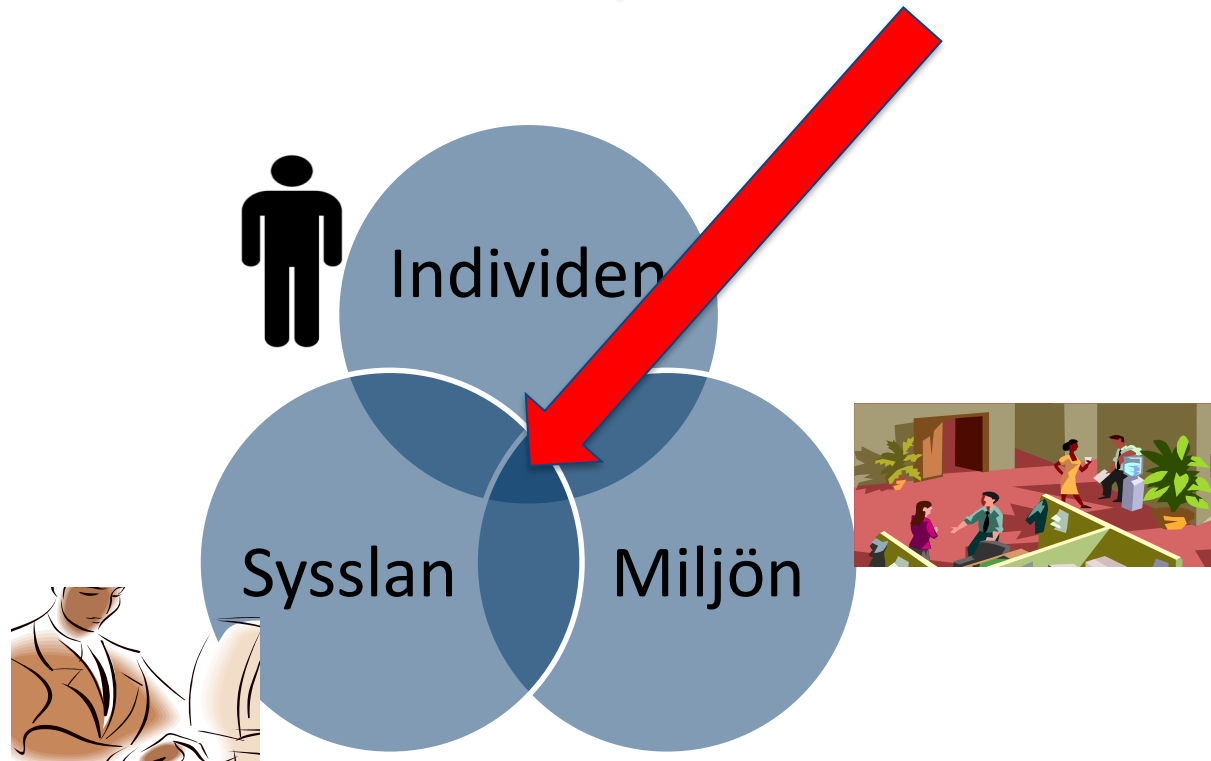
NEW WAYS  
SOCIALMEDICIN OCH EPIDEMIOLOGI  
SAHLGRENSKA AKADEMIN



**Vad göra med allt detta?**

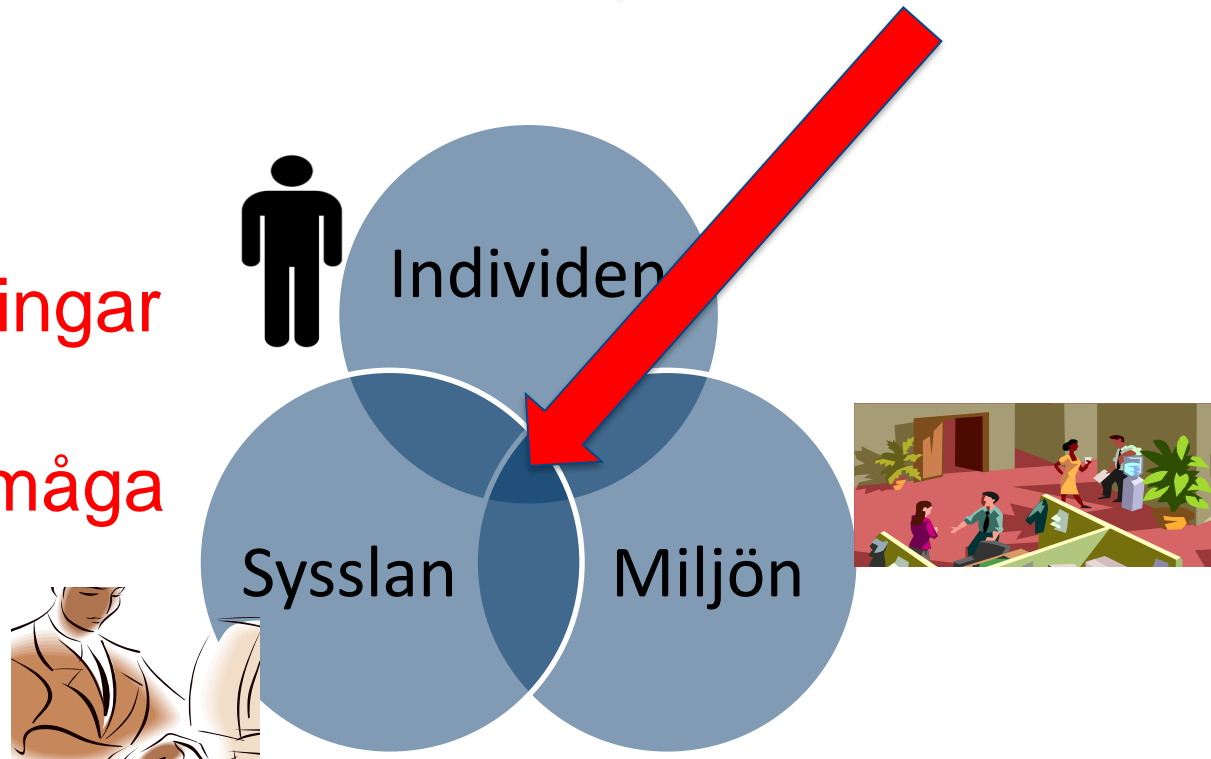


symptom  
funktionsnedsättning → arbetsförmåga

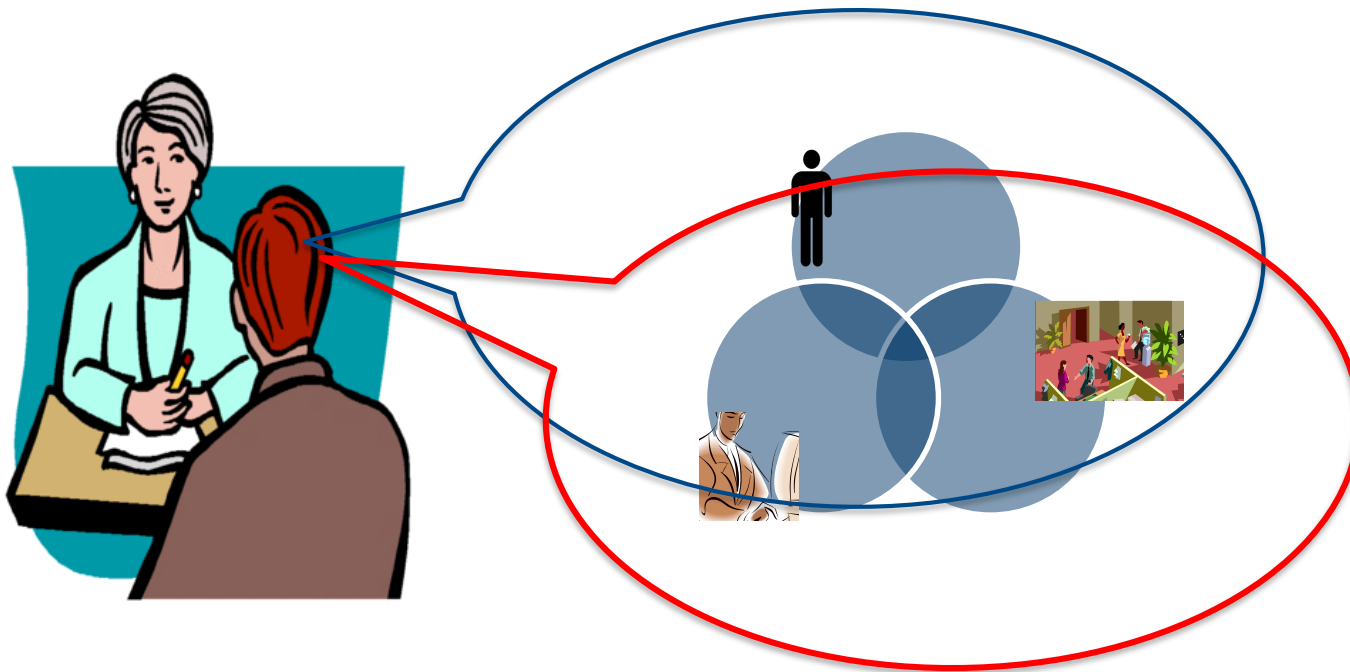


symptom  
funktionsnedsättning → arbetsförmåga

öka  
förutsättningar  
för  
arbetsförmåga

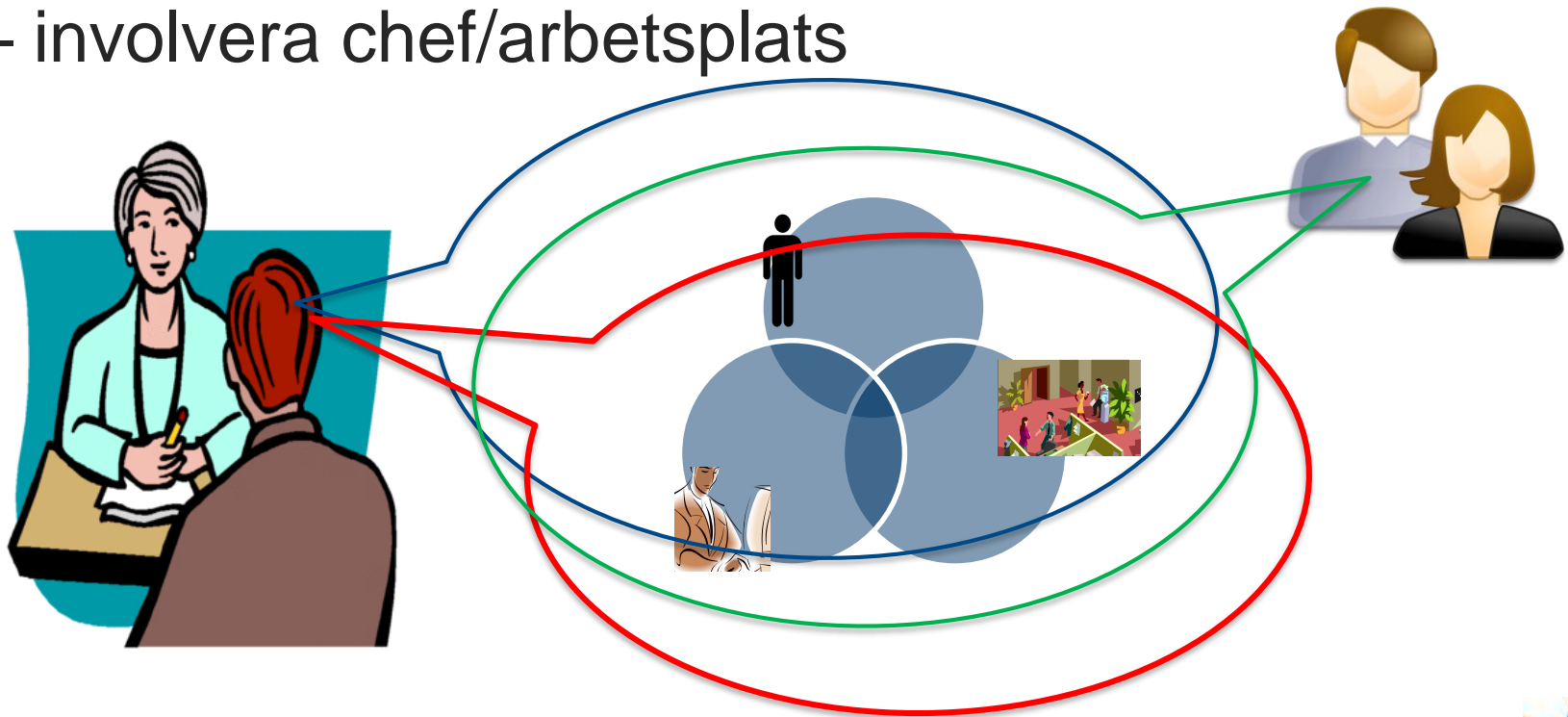


# Stöd individer att kunna beskriva sin arbetsförmåga – gör dem till bättre informatörer



# Stöd individer att kunna beskriva sin arbetsförmåga

- gör dem till bättre informatörer
- involvera chef/arbetsplats







GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

# Läs på!



Monica Bertilsson, med dr, leg. arbetsterapeut, Göteborgs Universitet



## Capacity to work while depressed and anxious – a phenomenological study

Monica Bertilsson<sup>1</sup>, Eva-Lisa Petersson<sup>1,2</sup>, Gunnel Östlund<sup>3</sup>, Margda Waern<sup>4</sup>, and Gunnel Hensing<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Institute of Medicine/Social Medicine, The Sahlgrenska Academy at University of Gothenburg, University of Gothenburg, Gothenburg, <sup>2</sup>Research and Development Unit, FOUU Primary Health Care, Gothenburg, Sweden, <sup>3</sup>Department of Social and Welfare Studies/Social Linköping University, Linköping, Sweden, and <sup>4</sup>Department of Psychiatry and Neurochemistry, The Sahlgrenska Academy at University of Gothenburg, University of Gothenburg, Gothenburg, Sweden

## Health care professionals' experience-based understanding of individuals' capacity to work while depressed and anxious

MONICA BERTILSSON<sup>1</sup>, JESPER LÖVE<sup>1</sup>, GUNNAR AHLBORG JR<sup>2,3</sup> & GUNNEL HENSING<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Institute of Medicine/Social Medicine, The Sahlgrenska Academy, University of Gothenburg, Sweden, <sup>2</sup>Institute of Medicine/Occupational and Environmental Health, The Sahlgrenska Academy, University of Gothenburg, Sweden, <sup>3</sup>Institute of Stress Medicine, Region Västra Götaland, Gothenburg, Sweden

RESEARCH ARTICLE

Open Access



## Working in dissonance: experiences of work instability in workers with common mental disorders

Louise Danielsson<sup>\*</sup>, Monica Bertilsson, Kristina Holmgren and Gunnel Hensing

Bertilsson et al. *BMC Family Practice* (2018) 19:133  
<https://doi.org/10.1186/s12875-018-0815-5>

BMC Family Practice

RESEARCH ARTICLE

Open Access



## The capacity to work puzzle: a qualitative study of physicians' assessments for patients with common mental disorders

Monica Bertilsson<sup>1\*</sup>, Silje Maeland<sup>4,6</sup>, Jesper Löve<sup>1</sup>, Gunnar Ahlborg Jr<sup>2,3</sup>, Erik L. Werner<sup>4,5</sup> and Gunnel Hensing<sup>1</sup>

## Strategies to keep working among workers with common mental disorders – a grounded theory study

Louise Danielsson<sup>a,b</sup>, Mikael Elf<sup>a,c</sup> and Gunnel Hensing<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Section of Epidemiology and Social Medicine, Institute of Medicine, University of Gothenburg, Gothenburg, Sweden; <sup>b</sup>Angered Hospital, Gothenburg, Sweden; <sup>c</sup>Närhälsan, Bedömningsteamet, Borås, Sweden



# Anpassa vid nedsatt arbetsförmåga

arbetstid  
arbetsmängd  
minskad tidspress  
kunna vila



Individen



Syslan

Miljön



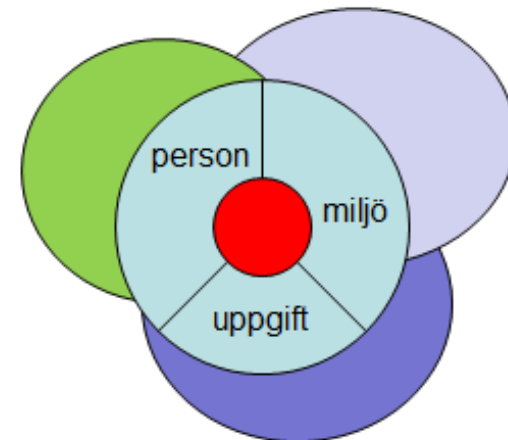
lugn arbetsutrymme  
enskilt utrymme  
mindre stimuli

strukturstöd  
preciserade arbetsuppgifter  
enkla arbetsuppgifter  
"refuelling"

# Anpassar vi för "depression/ångest" på våra arbetsplatser?

Jämför med:

- rullstolsburen kollega
- kollega med matallergi





# TACK

[monica.bertilsson@gu.se](mailto:monica.bertilsson@gu.se)



**New Ways – mental health at work**

[epso.gu.se/newways](http://epso.gu.se/newways)