

Helse- og omsorgsdepartementet v/Bent Høie
Teatergata 9
Postboks 8011 Dep
0030 Oslo

Lørenskog 4.06.2021

SORG OG SYKMELDING.

Kan man være i lønnet arbeid mens man sørger?

Konsekvensene av sterke sorgreaksjoner i forhold til arbeidsevne og kapasitet har blitt diskutert i Norge i mer enn 10 år, både i fagmiljøer og blant etterlatte. Sorgstøttealliansen vil med dette be om at nye ordninger for etterlatte og pårørende sin deltakelse i arbeidslivet i forbindelse med dødsfall blir vurdert.

Sorgstøttealliansen er et kompetansenettverk for fag- og likepersoner som møter etterlatte og pårørende. P.t er 15 forskjellige organisasjoner med i dette nettverket. Hovedmålsettingen for Sorgstøttealliansen er å gi en stemme til etterlatte som har opplevd tap ved død, og forebygge kompliserte sorglidelser.

De fleste levekårsundersøkelser viser at Norge er et av de beste landene i verden å leve i. Allikevel er dødsfall og påfølgende sorg en del av tilværelsen for alle mennesker, uansett hvor høy levestandarden er. Statistikk fra 2020 (SSB) viser at vi hadde 170 dødfødsler i Norge i fjor. I tillegg døde 187 barn og unge under 18 år og 4843 mennesker under 60 år. Mange etterlatte er sterkt preget av disse hendelsene, og selv om sorg er en naturlig reaksjon etter et betydningsfullt tap, fører dette til at mange ikke er i stand til å utføre sitt daglige arbeid i en periode etter et dødsfall.

Under belyser vi ulike problemstillinger knyttet til sorg og arbeidsliv. Videre vil løsninger fra andre Europeiske land bli presentert før vi avslutter med forslag til endring av dagens system i Norge.

Problemstillinger omkring sorg og sykemelding:

Endret hverdagsfungering

Etter et dødsfall av en nær person opplever mange etterlatte endringer i sin daglige fungering. Sorg er mangesidig og kommer til uttrykk gjennom et vidt spekter av reaksjoner og uttrykk, med varierende intensitet, dybde og varighet. En indre smerte over dødsfallet, eventuelle søvnforstyrrelser, eller en økende grad av angst og sårbarhet gjør at mange får et nedsatt funksjonsnivå. Det er heller ikke uvanlig at etterlatte opplever konsentrasjons- og hukommelsesvansker og fysisk smerte etter et dødsfall.

Foreldre og foresatte med ansvar for barn, har også en viktig rolle i å støtte barna i deres sorg. I mange situasjoner opplever derfor omsorgsgivere at de må sette krav fra arbeidsgiver og sine egne behov til side for å kunne gi nødvendig støtte til egne barn eller ungdommer.

Hvordan sorg mestres avhenger i stor grad av den enkeltes personlige egenskaper og tidligere erfaringer, samt av hvordan man opplever støtte fra sine omgivelser.

Konsekvensene av et tap ved død er derfor at mange ikke har kapasitet for å gjennomføre oppgavene som legges til grunn for utbetaling av lønn. I vårt samfunn er det naturlig å se på disse umiddelbare

reaksjonene som naturlige, uten noen form for patologisering av de sørgende. Dette er helt naturlige og forventede sorgreaksjoner, og ikke symptomer på sykdom.

Patologisering og uriktige diagnoser

Like fullt opplever mange seg «lammet av sorg» i en periode etter et dødsfall, og er ikke i stand til å utføre sine arbeidsoppgaver på arbeidsplassen. De må derfor oppsøke sin fastlege. Sorg er i dag ikke en sykmeldingsgrunn i seg selv og gir følgelig heller ikke rett til sykepenger. I de mange tilfeller hvor det erfarer at pasienten ikke er i stand til å utføre sitt daglige arbeid på grunn av sorg, må fastleger derfor finne en alternativ løsning på problemet.

Mange fastleger syntes dette er uproblematisk, og benytter ofte kategorier innenfor psykiatrisk diagnostikk for å beskrive aktuelle sorgreaksjoner (se fotnote 1 for de vanligste psykiatriske diagnosene ref. Faglig veileder for sykemeldere). Problemet med denne praksisen er at naturlige forløp etter et tap blir diagnostisert som en sykdom, selv om de fleste i helsesektoren er opptatt av at til dels sterke reaksjoner etter et dødsfall er naturlige og forutsigbare prosesser. Videre kan eksempelvis diagnosen Depresjonsfølelse eller Psykisk situasjonsbetinget ubalanse indikere et behandlingsforløp med antidepressiva, som i de fleste tilfeller ikke er til hjelp ved sorgreaksjoner. Det er også erfaringer som viser at en slik praksis kan gi utilsiktede konsekvenser, eksempelvis vanskeligheter ved tegning av helseforsikringer eller ved at denne praksisen gir et galt bilde av de reelle årsakene til sykefravær. Slike arbeidsprosedyrer gir derfor ingen muligheter for å finne riktige tall for samfunnsmessige og personlige konsekvensene av tap ved død, fordi denne typen reaksjoner blir skjult i andre telleposter.

I tillegg kan denne formen for praksis oppleves som uetisk for enkelte fastleger som opplever at de ikke kan være 100% ærlige, og at de må justere eller «jukse» i forhold til sannheten for å finne den beste løsningen for den sørgende.

Sorg som diagnose

Det tilføres stadig mer kunnskap om psykiske konsekvenser av sorg, og enkelte typer av reaksjoner på tap ved død beskrives nå med en ny diagnose. Både den amerikanske (DSM-V) og den Europeiske diagnosemanualen (ICD-11) har besluttet å legge til diagnosen «Prolonged grief disorder». Denne formen for sorg vil i fremtiden bli betegnet som en sykdom, men diagnosen vil ikke kunne gis den første tiden etter et tap - den gjør seg først gjeldende 6 måneder etter dødsfallet. I den første tiden etter et dødsfall vil denne nye diagnosen derfor ikke være aktuell for etterlatte.

Bruk av Ferie eller avspasering

Enkelte sørgende har samvittighetskvaler for å sykemelde seg etter et dødsfall, og velger heller å ta ut ferie eller avspasering i den første tiden etter hendelsen. Intensjonen med ferie eller avspasering er at den enkelte skal få mulighet til hvile og adspredelse. Mange etterlatte og samfunnet generelt har en oppfatning av at sorgprosessen på ingen måte kan beskrives som en ferie. Denne tiden er for mange den mest krevende perioden hele deres liv. Selv om fagpersoner ofte beskriver disse prosessene preget av smerte, fortvilelse og intenst savn som sunne og naturlige, er de likefult svært energi- og tidkrevende, og oppleves som noe helt annet enn en ferie.

¹ P01 Følelse angst/nervøs/anspent,

P02 Psykisk ubalanse situasjonsbetinget

P03 Depresjonsfølelse

P06 Søvnforstyrrelse

P28 Redusert funksjonsevne psykisk problem

P29 Psykiske symptomer/plager IKA

P76 Depressiv lidelse

P99 Psykisk lidelse IKA

Hva med de som opplever sykdom i lang tid før dødsfallet?

Mange etterlatte forteller om en krevende tid også før dødsfallet. I enkelte europeiske land er det vedtatt forskjellige lovmessige forordninger for å gi støtte til de som trenger å være sammen med sine nærmeste i tiden før dødsfallet. Problemstillinger som er aktuelle i denne forbindelsen er eksempelvis tidsavgrensning av perioden man skal være fraværende fra arbeid. I Tyskland er denne tiden eksempelvis satt til 3 måneder. Det er en vanskelig prosess for et nært familiemedlem å bestemme seg når man skal starte på en slik pleietid. Man sender signaler til den syke om at man tror det er mindre enn 3 måneder igjen av deres levetid og mange unngår derfor å søke. Tyskland har heller ingen vern mot oppsigelse i denne perioden, og har sett konsekvenser av at mange eldre kvinner mister arbeidet etter en slik periode og dermed får dramatiske endringer i sin inntekt.

Sorgmelding eller sorgpermisjon som et alternativ?

Sorg den første tiden etter et dødsfall kan altså ikke betegnes som en sykdom, og de fleste etterlatte og samfunnet generelt vil protestere dersom denne tiden blir presentert som ferie. Erfaringsmessig vil de fleste som opplever uventet eller brå dødsfall være ute av arbeidslivet – helt eller delvis – i en kortere eller lengre periode etter dødsfallet. For etterlatte er det også nødvendig å lære seg å leve videre uten den døde, og muligheter for å vende tilbake til arbeidsplassen og til forutbestemte arbeidsoppgaver er for mange en viktig del av sorgprosessen. Det er viktig å påpeke at enkelte opplever mye støtte og hjelp i gode kollegaer og et godt arbeidsmiljø, og at en eventuell ny ordning derfor bør gi mulighet til å delta i aktivt arbeid for de som ønsker det.

Arbeidsudyktighet grunnet sorg er universale problemstillinger som ulike nasjoner må forholde seg til. Ulike løsninger på hvordan dette blir løst vil nå bli presentert.

Norge

I Norge finnes det i dag blant annet rettigheter til pleiepenger og permisjon ved sykt barn, eller ved livets slutfase. Dersom et barn dør plutselig etter foreldrepengeperioden, har imidlertid ikke foreldrene krav på permisjon eller stønad. I tillegg mister man barnetrygden umiddelbart.

Dersom man får pleiepenger og barnet dør - kan man få pleiepenger videre i opptil 30 stønadsdager. Dette tilsvarer seks uker. Dersom man har mottatt fulle pleiepenger i minst tre år kan man få pleiepenger i opptil tre måneder.

Dersom et levendefødt barn dør i foreldrepengeperioden, har man rett til foreldrepenger i seks uker etter dødsfallet. Forutsatt at dødsfallet ikke skjer de første seks ukene etter fødselen (stønadsperiode forbeholdt moren), står foreldrene fritt til å dele de seks ukene mellom seg. Ansatte i statlig sektor har utvidede rettigheter. Dersom et barn dør plutselig etter foreldrepengeperioden, har ikke foreldrene krav på permisjon eller stønad. Etter 22. svangerskapsuke har moren rett til foreldrepenger i 30 dager (seks uker) etter fødselen hvis hun har opparbeidet rett til foreldrepenger. Mor kan velge å motta engangstønad istedenfor foreldrepenger. Dette gjelder også hvis barnet var levendefødt før 22. svangerskapsuke. Faren har rett til to uker ulønnet omsorgspermisjon i forbindelse med fødsel, rutinen på norske sykehus er imidlertid at far får en sykemelding i to uker.

Danmark

Foreldre/adoptivforeldre som mister barn fra svangerskapsuke 22 og opp til 18 år, har rett til sorgpermisjon med full lønn i inntil 26 uker (andre regler for studenter, næringsdrivende m fl)

Ansatte må oppfylle tre vilkår for mottak av fødselspenger:

- (Du er ansatt på den første dagen av permisjonen eller dagen før.

- Du har jobbet i minst 160 timer de siste fire hele månedene før permisjonen
- Du har jobbet i minst 40 timer i måneden i minst tre av de fire månedene.)

Sverige

Mor/Partner som bærer barnet får permisjon med full lønn i 29 dager ved tap av barn etter svangerskapsuke 22, mens far/partner har 10 dager (kalles foreldrepenger). Begge får ytterligere 10 dager med redusert lønn. For levendefødte barn inntil 18 år har både mor og far/partner rett til 10 dager sorgpermisjon (foreldrepenger, redusert). Må brukes innen 90 dager fra fødselen.

Finland

Etter svangerskaps uke 22 får mor inntil 105 dager og far inntil 12 dager lønnet permisjon (ligger forslag om 24 dager til behandling). Hvis et barn dør under foreldrepengeperioden (360 dager), får foreldrene 12 dager permisjon hver. Må brukes innen to år. Det utbetales 100% lønn av staten i permisjonstiden.

England

Parental bereavement leave (Permisjon for etterlatte foreldre)

Både biologiske foreldre, adoptivforeldre og personer som bodde sammen med barnet og var ansvarlig for det, eller partner til barnets foreldre er omfattet av loven.

Loven gjelder overstående grupper som opplever dødsfall av barn under 18 år eller dødfødsler fra uke 24). Lønnsmidler betales av arbeidsgiver, og krever minimum 26 ukers arbeid for nåværende arbeidsgiver og en minimumsinntekt på £ 120 / uke. Maksimum utbetaling er £ 151,97 / uke

Frankrike

Congé de deuil (Sorgpermisjon)

En juridisk rett hvor det gis 5–7 arbeidsdager fri med lønn umiddelbart etter et barns død avhengig av barnets alder. Det er også mulighet for opptil 8 dager permisjon i løpet av et år, og lønnen utbetales i stor grad i form av trygd. De sørgende har jobb-beskyttelse under sorgpermisjonen og har også rett til psykologisk rådgivning etter dødsfallet.

Eksempler fra europeiske land som har lovverk i forhold til permisjon fra arbeid for pårørende i forbindelse med sykdom ved livets slutt.

Østerrike

Familienhospizkarenz (Familiehospits- permisjon)

En Juridisk rett til å være sammen med en døende slektning eller et sykt barn i den siste tiden av livet. Ingen krav om å stell eller pass, kun frihet til å ivareta og være sammen med den syke. 3 måneders varighet med mulighet for utvidelse. 5 dagers varsel til arbeidsgiver før man går i permisjon. Påfølgende 2 ukers permisjon etter dødsfallet. Ordningen har også en 4 ukers jobb-beskyttelse etter retur til arbeidsplassen. I permisjonstiden utbetales det 55% av månedlig nettoinntekt

Tyskland.

Pflegezeit (Pleietid)

Juridisk rett å være sammen med en døende slektning eller et sykt barn, kreves ikke at man gir annen form for omsorg. Arbeidsgiver har krav på 10 dagers varsel, og det skal medfølge en legeattest om pårørendes forventede levealder. Ordningen gjelder i 3 måneder, og den gir ingen form for rett til lønn. Det er muligheter for å søke om et lån fra staten i omsorgsperioden. Det er ingen form for jobb-

beskyttelse for å komme tilbake til arbeid. Mange hevder at denne tyske modellen har fungert svært dårlig, og at den har fått mange utilsiktede negative konsekvenser.

Nederland

Langdurend zorgverlof (Langtidspleie)

Nederland er kjent for sine liberale tankegang og dette gjelder også i helse- og sosialpolitikk.

Nederland forfekter et prinsipp om det "deltakende samfunn" hvor det forventes at en bred krets av familie, venner og naboer skal gi støtte og hjelpe når det er behov for det. Ansatte kan få opptil 6 uker fri pr år, og ordningen gir ingen rettigheter for utbetaling av penger. Arbeidet som gjøres er altså frivillig. Det skal fremvises dokumentasjon på at man gir omsorg til den syke under permisjonstiden. Den Nederlandske modellen anses av mange som en suksess og i 2013 søkte omkring 8000 personer om permisjon i denne ordningen.

Avslutning

Sorg og krise innvirker på arbeidsevne og arbeidskapasitet. Dette gjelder både tiden før, og tiden etter et dødsfall av noen som man står nær. Arbeid og sosiale relasjoner er også viktige elementer i en tilhelingsprosess, og en varierende intensitet i sorgen for den enkelte kan også innebære at noen kan veksle mellom å delta og å være ute av arbeidslivet. Dette er en viktig del av det å lære seg å leve videre uten den døde.

Som tidligere beskrevet: I Danmark har foreldre/adoptivforeldre som opplever dødfødsel og dødsfall av barn opp til 18 år nylig fått rett til sorgpermisjon med full lønn i inntil 26 uker. Også i Sverige og i Finland har etterlatte foreldrepermisjonsordninger som gir rett til full lønn for en periode etter tapet.

Sorgstøttealliansen ønsker at det vurderes å innføre liknende ordninger her i landet. En eventuell sorgpermisjon – for både mor og far/partner ved barnedødsfall inkludert dødfødsler, og opp til 18 år, eller en form for " sorgmelding" forankret i Folketrygden. Dette vil sikre sørgende rett til sykepenger på riktig grunnlag og samtidig inkludere fedre/partner i større grad. En slik ordning vil ikke øke kostnader nevneverdig, da svært mange av disse foreldrene likevel er sykmeldte.

Foreldre som mister barn har økt sykdomsrisiko og risiko for tidligere død. Dersom etterlatte får riktig og nødvendig hjelp, vil de ha større mulighet til å raskt komme tilbake i arbeid og deltakelse i samfunnet. En innføring av sorgpermisjon/sorgmelding vil være en anerkjennelse av at sorg og krise kan gi arbeidsuførhet i en periode etter dødsfallet. Vi tror en slik ordning derfor vil gjøre sorgarbeidet lettere, og kan bidra til at sorg ikke utvikles til sykdom.

En slik ny ordning kan eksempelvis føre til at etterlatte slipper å argumentere for behovet for sykemelding, eller kjenne på et belastende stigma på grunn av helt naturlige sorgreaksjoner. Arbeidsgivere vil i større grad få en mer presis årsak til fraværet, hvilket kan hjelpe arbeidsplassen til å gi best mulig hjelp og veiledning. I tillegg vil fastleger og andre med diagnosekompetanse få tilgang til å gi målrettet og hensiktsmessig støtte. En slik ordning vil også gi en mer presis diagnostikk, og gjøre oss bedre i stand til å se konsekvensen av tap, både på individ og på samfunnsnivå.

Sorgstøttealliansen mener at innføring av en ny ordning for etterlatte og pårørende vil gi anerkjennelse av sorgens konsekvenser, nødvendig tid til restituering, og samtidig gi hjelp til snarest mulig retur til en hverdag som også inkluderer deltagelse i arbeidslivet. Vi tror en slik ordning vil være nyttig for alle.

Vi ser frem til en tilbakemelding på denne problemstillingen, og deltar gjerne på et møte dersom det ønskes.

På vegne av sorgstøttealliansen og samarbeidspartnere.

