

Rådet for psykisk helse

Postadresse: Postboks 817 Sentrum, 0104 Oslo

Besøksadresse: Grensen 13, 0159 Oslo

Tlf 23 10 38 80

post@psykiskhelse.no

Bank: 1609.08.79875

www.psykiskhelse.no

Org.nr. 971524499



Rådets medlemsorganisasjoner: ADHD Norge, Aurora - støtteforening, Bipolarforeningen Norge, FRI - foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold, Hjelpeskiden Norge, Hvitte Ørn, Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse - LPP, Landsforeningen mot seksuelle overgrep, Mental Helse, Mental Helse Ungdom, Norsk Tourette forening, ROS - Rådgivning om spiseforstyrrelser, Spiseforstyrrelsesforeningen, WSO - Landsforeningen We Shall Overcome, Voksne for Barn, Kirkens SOS, Stiftelsen CRUX, Norges Røde Kors, Fagforbundet, FO - Fellesorganisasjonen, Norsk Ergoterapeutforbund, Norsk Fysioterapeutforbund, Norsk Psykiatrisk forening, Norsk Psykologforening, Norsk Sykepleierforbund, Universitetet i Bergen, Universitetet i Oslo og Universitetet i Tromsø.

Arbeids- og inkluderingsdepartementet

Oslo, 9. mars 2026

Innspill til statsbudsjettet 2027

Rådet for psykisk helse er en ideell paraplyorganisasjon med 35 medlemsorganisasjoner som samler erfaring, interesseorganisasjoner og ulike fag- og profesjonsmiljøer innen psykisk helse. Sammen med våre medlemsorganisasjoner jobber vi for å fremme god psykisk helse i befolkningen gjennom kunnskapsutvikling og formidling. Vi har fire innsatsområder vi spesielt vil løfte i vårt innspill til statsbudsjettet.

Individuell jobbstøtte og Individuell jobbstøtte for unge mellom 16 og 30 år er dokumenterte effektive tiltak for å få mennesker med moderate til alvorlige psykiske lidelser eller ruslidelser inn i jobb eller utdanning. Dette er et tilbud som i dag finnes i alle fylker, men kapasitet og tilgjengelighet varierer. I Statsbudsjettet for 2025 påpeker Arbeids- og inkluderingsdepartementet at disse tilbudene er spredt til alle landets fylker, men at tilgjengeligheten varierer. Vi mener at det bør etableres et minimumskrav til kapasitet og tilgjengelighet av IPS-tilbudet slik at unge og voksne som trenger et tilbud som dette, får tilgang på det.

Arbeidsrettet ungdomsprogram, ungdomsgaranti og overgang til arbeidslivet

Per januar 2026 var det 375 700 personer som mottok uføretrygd, noe som utgjør rundt 10% av arbeidsstokken. [Rundt 40%](#) av dem har en psykisk lidelse eller atferdsforstyrrelse. Blant unge er andelen 69%.

Til sammen er nå 700.000 utenfor arbeid eller utdanning. Når så mange faller utenfor arbeid og fellesskap, mister ikke bare samfunnet viktig arbeidskraft – den enkelte mister også livsmot, mening og tilhørighet.

Tidlig og helhetlig innsats for ungdom utenfor arbeidslivet er avgjørende, særlig for forebygging av langtidsledighet og styrking av overgang til arbeid eller utdanning. Vi støtter den tverrsektorielle og helhetlige satsingen som gjøres gjennom systematisk kompetanseutvikling, Ungdomsløftet og de ulike modellene som testes ut. Samtidig vil vi påpeke at det finnes et enkelt og kunnskapsbasert mestringsverktøy; Hverdagsglede som styrker livskvaliteten og bidrar til bedre psykisk helse hos denne målgruppen og som vi vet virker for de som deltar.

Rådet for psykisk helse har samarbeidet med NAV og Helsedirektoratet siden 2023 for å få NAV-veiledere skolert i å holde Hverdagsglede-kurs for NAV brukere. Målgruppen har vært unge under 30 år. Kurstilbudet følgeforskes av Folkehelseinstituttet. Resultatet er blant annet at deltakerne får økt livskvalitet, det reduserer ensomheten og øker arbeidsdeltakelsen. Ansatte i NAV må øke kompetanse og tilgang til forebyggende tiltak som mestringskurs og lavterskeltilbudet Hverdagsglede. Flere unge må rustes til å tåle arbeidslivet, bli sjeldnere sykemeldt og redusere tidlig utbrenthet.

Vi ber om at det avsettes 1 million over statsbudsjettet for å tilby flere NAV-veiledere denne kompetansen.

Sykefravær og arbeidshelse

Vi er opptatt av tiltak for å redusere sykefravær, med særlig fokus på hvordan arbeidsmiljø og arbeidsbelastning påvirker helse og deltakelse i arbeidslivet. Fysisk aktivitet er den viktigste enkeltfaktoren i forebyggende helsearbeid, også for å forebygge psykisk lidelse som depresjon og angst. I yrker som brannvesen, politi og forsvar, er fysisk trening en integrert del av arbeidstiden med begrunnelse i at yrket krever styrke og utholdenhet for å kunne utføres på en sikker og forsvarlig måte. Det er påfallende at tilsvarende belastninger i yrker i f.eks. helse- og omsorgssektoren, renhold og barnehage – sjelden innebærer samme tilrettelegging, selv om de ergonomiske kravene er store og risikoen for ulike plager høy.

Vi mener derfor at fysisk aktivitet og forebyggende trening bør løftes frem som et strukturelt tiltak i sykefraværarbeidet. Dette bør gjøres både gjennom bedre informasjon og oppfølging av arbeidsmiljøloven og gjennom anbefalinger til hvordan virksomheter kan legge til rette for fysisk aktivitet som en del av arbeidstiden. Dette vil bidra til bedre arbeidshelse, redusert sykefravær og økt bærekraft i arbeidslivet på tvers av bransjer – det vil være en investering som gagnar hele samfunnet.

Kvinner er langt oftere sykemeldte enn menn. For å bedre kvinners arbeidshelse trenger vi strukturelle grep som kan endre hvor kvinner jobber, hvordan yrker verdsettes og hvordan omsorgsarbeid fordeles. Kvinners overrepresentasjon i belastende, lavt betalte yrker, og den ujevne fordeling av psykiske helseutfordringer vil fortsette uten en målrettet og systematisk innsats. Emosjonelle krav, vold, lav lønn og lav grad av kontroll, henger langt på vei sammen med at kvinner er konsentrert i sektorer som har dårligere vilkår. Innsatsen mot helseskadelige arbeidsmiljøforhold rettes mot de underliggende årsakene og hvordan arbeidsmarkedet er organisert. En styrket veiledning i skole og utdanning kan bidra til å bryte kjønnsdelte mønstre i yrkesvalg før de får feste.

Vi foreslår at det nedsettes et utvalg som kan vurdere strukturelle endringer på basis av funn i NOU 2025: Kvinners arbeidshelse, som i hovedsak foreslår reparerende tiltak for å bedre arbeidsmiljøet for kvinner der de allerede jobber. Når vi vet mer om rekrutteringen til yrkene og hva som er rotårsakene bak disse valgene vil vi be om prioriterte midler for å endre innretningen for kvinner i arbeidslivet med mål om å styrke kvinners arbeidshelse.

Vi ber om at det settes av midler til en nasjonal kampanje som fremmer fysisk aktivitet i arbeidslivet.

Sosiale tjenester og gjeldsrådgivning: Sammenheng mellom gjeldsproblematikk og psykisk helse

Økonomiske belastninger, gjeldsproblemer og dårlig økonomisk styring kan føre til eller forverre psykiske helseplager. Det er behov for tverrsektorielle tiltak og koordinering mellom helse-, sosial- og økonomiområde, og vi må sikre samtidig hjelp til å løse kombinasjonsproblemer knyttet til psykiske lidelser og uhåndterlig gjeld. Forskning viser at effekten av psykisk helsehjelp er begrenset dersom de psykiske helseproblemene opptrer sammen med økonomiske problemer. Uhåndterlig gjeld utløser i tillegg en betydelig større selvmordsrisiko.

Å styrke den økonomiske rådgivningstjenesten er derfor ikke bare et spørsmål om økonomi – det er et spørsmål om folkehelse, likeverd og sosial bærekraft. Tidlig og kvalifisert hjelp er derfor en investering som hindrer at enkeltmennesker faller ut av arbeid, mister bolig eller

havner i langvarig trykdeavhengighet. Skal vi forebygge psykisk uhelse og sosialt utenforskap, må økonomisk rådgivning være både tilgjengelig og faglig sterk. Det handler om å se hele mennesket – og gi hjelp før det er for sent

Rådet for psykisk helse

A handwritten signature in blue ink that reads "Tove Gundersen". The signature is fluid and cursive, with the first name "Tove" and the last name "Gundersen" clearly distinguishable.

Tove Gundersen
generalsekretær