

# Hvordan bidrar ergoterapeuter til å nå FNs bærekraftsmål?

**For ergoterapeuter er innsatsen for FNs bærekraftsmål mye mer enn å sykle til jobben, kjøre el-bil eller arbeide papirløst. I denne artikkelen vil vi tydeliggjøre forbundets standpunkt og eksemplifisere hvordan vi kan bidra til en mer bærekraftig utvikling. Ergoterapeutenes ståsted er tydeliggjort gjennom standpunktdokumentet «Ergoterapi og bærekraftig utvikling» (september 2020) og i landsmøteprogrammet for 2020–23, publisert på våre nettsider.**

Av Nils Erik Ness & Tove Holst Skyer



*Nils Erik Ness er tidligere forbundsleder i Ergoterapeutene.*



*Tove Holst Skyer er Ergoterapeutenes forbundsleder.*

*Det er ingen interessekonflikter knyttet til denne artikkelen.*

## FNs bærekraftsmål – ingen skal utelates

FNs 17 bærekraftsmål ble vedtatt i 2015. Dette er en global felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030. Et sentralt prinsipp for FNs bærekraftsmål er at ingen skal utelates (*Leaving no one behind*). Dette inkluderer personer med funksjonsnedsettelse, eldre, og personer som faller utenfor i samfunnet vårt. Prinsippet peker også på sammenhengen mellom bærekraftsmålene, menneskerettighetene og konvensjonen om rettighetene til personer med nedsatt funksjonsevne. Dette er et viktig utgangspunkt og viser til at bærekraftsmålene angår mer enn miljøgifter og karbonutslipp. FNs bærekraftsmål reflekterer både miljøforhold, sosiale forhold og økonomiske forhold. Disse tre innsatsområdene henger sammen og påvirker hverandre. Manglende prioritering av rehabilitering og forebygging vil for eksempel gi økte kostnader til pleie, og samtidig redusert selvstendighet og sosial deltakelse for innbyggere.

## Ergoterapi og bærekraftig utvikling

Ergoterapeutene har hatt bærekraftig samfunn i sitt landsmøteprogram siden 2007. Arbeidet for å vise ergoterapeuters innsats for et bærekraftig samfunn har likevel vært intensivert de senere årene, særlig på grunn av demografiutviklingen.

I Norge blir det færre yrkesaktive i forhold til antall pensjonister. Hvis vi fortsetter å møte et økende antall eldre med pleie, omsorg og institusjonsplasser, vil vi få en uheldig mangel på personell. Innsatsen må dreies mot mer vektlegging av ressursutløsende tjenester. Den demografiske utviklingen skjer samtidig med en forventet nedgang i oljeinntekter og økonomiske etterdønninger etter koronapandemien. Dette krever innovasjon. Vi må yte tjenester på nye, ressursutløsende og bærekraftige måter, slik at framtidige generasjoner også kan få dekket sine behov.

Bærekraftig utvikling skal innlemmes i alle samfunnsområder. Vi må alle gjøre vår del. Verdensforbundet for ergoterapeuter (WFOT



FNs bærekraftsmål (fn.no).

2012, 2016, 2018, 2020) oppfordrer ergoterapeuter og ergoterapeututdanninger til innsats for bærekraftig utvikling. Det svenske ergoterapeutforbundet har i mange år vært pådrivere for å tydeliggjøre ergoterapeuters rolle for bærekraftig utvikling (Sveriges Arbetsterapeuter, 2017). Vår hovedorganisasjon Unio er internasjonalt i forkant som fagbevegelse med å ta bærekraftsmålene inn i sin politiske plattform og i forhandlinger og avtaler om arbeidsforhold.

### Eksempel fra virkeligheten

En av våre tillitsvalgte har delt dette eksemplet, som mange kan kjenne seg igjen i: En eldre mann, som bodde alene, måtte bruke trykksalarm for å gi beskjed om hjelp til dobesøk. Pleiepersonalet måtte kjøre i ti til tolv minutter for å hjelpe. Dette skjedde flere ganger i døgnet. Dette viser en helsetjeneste som ikke er bærekraftig. Det viser også et dårlig brukerforløp, for sein tverrfaglig

innsats og unødig bilkjøring. En annen rutine i hjemmetjenesten ville med fordel kunne gjøre tjenesten mer bærekraftig og samtidig bedre for brukeren.

Tilfeldigvis ble dette fanget opp og vurdert av ergoterapeut, som med tilrettelegging og trening fikk brukeren selvhjulpen til dobesøk.

### Ergoterapeutenes seks prinsipper

I Ergoterapeutenes standpunkt-dokument (2020) beskrives seks prinsipper. Bærekraftig utvikling krever prioritering av:

- innsats for deltakelse og hverdagsmestring
- ressursutløsning i befolkningen og samfunnet
- delingskultur og gode samarbeidsformer
- tidlig innsats og gode, effektive forløp
- innovative løsninger og velferdsteknologi
- helseøkonomisk og kunnskapsbasert praksis

Disse punktene er ment som en bevisstgjøring av vår innsats og en hjelp i argumentasjon for ergoterapeuter og tillitsvalgte, for eksempel i forhandlinger og politisk påvirkning. Som ergoterapeuter må vi alltid argumentere for de beste og kunnskapsbaserte tjenester for innbyggerne. I tillegg vil det framover være en klok strategi og vise hvordan ergoterapi samtidig er bærekraftig.

### INNSATS FOR DELTAKELSE OG HVERDAGSMESTRING

Ergoterapeuter innleder innsatsen sin ved å stille spørsmålene «Hva er viktige aktiviteter for innbyggerne, og hvordan kan de selv delta? Hvordan kan samfunnet og nærmiljøet utformes for å sikre inkludering og deltakelse?» Ergoterapeuter gjør innbyggernes deltakelse og hverdagsliv mulig, noe som bidrar til redusert behov for kompensierende tjenester. Denne innsatsen, for eksempel universell utforming, er helsefremmende og ressursutløsende og dermed et





Tidlig innsats for barn og unge er bærekraftig. Foto: Mostphotos, Gabby Baldracco

sterkt bidrag for en bærekraftig utvikling.

### **RESSURSTLØSING I BEFOLK- NINGEN OG SAMFUNNET**

Et grunnleggende prinsipp i ergoterapi er å utløse innbyggenes ressurser og dermed bidra til en bærekraftig utvikling. Ergoterapeuter har kunnskap om samspillet mellom innbyggernes helse, deres hverdagsaktiviteter og deltakelse i eget nærmiljø. Ergoterapeuters kjernekompetanse innebærer kartlegging og endring av samspillet mellom personer, deres hverdagsaktiviteter og omgivelser. Med dette muliggjør vi deltakelse og inkludering i hverdagslivet.

### **DELINGSKULTUR OG GODE SAMARBEIDSFORMER**

Når utgangspunktet alltid er brukernes egne mål, inviterer dette til

godt tverrfaglig samarbeid. Ofte er det også helt nødvendig. Dette dreier seg om samarbeid med nærmeste kollegaer og team, men også på tvers av siloer med for eksempel Nav, skole, spesialisthelsetjeneste og pleie- og omsorgstjenester. Erfaringene de senere årene med for eksempel hverdagsrehabilitering viser at en åpen innstilling til å dele kunnskap også synliggjør bedre hva ergoterapeuter bidrar med, og gir oss en tydeligere stemme i samarbeidssituasjoner.

### **TIDLIG INNSATS OG GODE, EFFEKTIVE FORLØP**

Forebygging er alltid bedre for innbyggerne og samtidig mer bærekraftig, selv om det ofte kan være vanskelig å dokumentere at «det verste» ikke skjedde. Med tidlig innsats mener vi innsats for barn og unge, og innsats tidlig i

et sykdomsforløp eller før funksjonsfallet inntreffer. Gode eksempler er innsats i helsestasjon- og skolehelsetjenesten for å hindre utenforskap, forebyggende og helsefremmende hjemmebesøk samt frisklivsarbeid.

Eksempelet innledningsvis viste et lite effektivt brukerforløp, der ergoterapeuten kom inn veldig seint i forløpet. Flere kommuner har vektlagt tidlig innsats fra ergoterapeut og fysioterapeut for å finne løsninger med egen mestring for eldre før kompensierende hjemmetjenester. For eksempel tilrettelegging og trening i å mestre støttestrømper, dobesøk og dusjing, som er noen av de vanligste praktiske utfordringene.

### **INNOVATIVE LØSNINGER OG VELFERDSTEKNOLOGI**

Teknologiske løsninger kan lette sosial kontakt og kommunikasjon,

<b>Deltakelse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• muliggjøre aktivitetsutføring og deltakelse på alle livsarenaer: hjemme, på arbeid, i barnehage, skoleutdanning og fritid</li> <li>• styrke selvstendighet, autonomi, empowerment</li> <li>• personsentrert praksis</li> <li>• støtte sosial deltakelse</li> </ul>
<b>Inkludering</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• utvikle universelt utformede tjenester og lokalmiljø</li> <li>• utvikle aldersvennlig samfunn</li> <li>• tilrettelegge omgivelser for å muliggjøre aktivitetsutføring og deltakelse</li> <li>• tilpasse alternative digitale og teknologiske løsninger</li> <li>• samarbeide med nærpersoner og frivillige</li> </ul>

Tabell 1. Ergoterapeutenes to store innsatsområder.

trygge og muliggjøre hverdagsaktiviteter eller gi mer effektiv opptrening med spillteknologi. Tjenesteinnovasjon og implementering av velferdsteknologi er viktig for å møte den demografiske utviklingen, men det forutsetter at teknologien matcher enkeltpersonene som skal bruke den. Ergoterapeuters tilretteleggingskompetanse bør i større grad benyttes til dette arbeidet. Vi kan nevne flere eksempler:

- Mange eldre med demens som bor alene, kan ha nytte av GPS, spesielt dersom de lett går seg vill på tur. Trondheim kommune er i forkant og har med hell utprøvd GPS til personer etter grundig funksjonsvurdering av ergoterapeut. Dette gjør at personen kan bo lenger hjemme, og i tillegg kan kommunen utsette eller slippe kostnader til sykehjemsplass.
- Med spillteknologi kan terapeuten trene med flere brukere samtidig, eller kommunehelsetjenesten kan følge opp trening sammen med spesialisthelsetjenesten. Erfaringene fra blant annet Sunnaas sykehus og Indre Østfold viser at spillteknologi gir effektiv trening og godt supplement til direkte terapeutkontakt (omtalt i Ergoterapeuten nr. 3/2016, nr. 2/2017 og nr. 1/2019).
- Koronapandemien utløste økt

bruk av telefon- og videokonferansesamtaler. Faktisk har noen ergoterapeuter erfart fordeler med denne kontakten, fordi bruker eller ergoterapeut slipper reising og raskt kan avklare tiltak av enklere art.

- Etter politisk innsats fra Ergoterapeutene blir prosessen med hjelpemiddelsøknader nå digitalisert. Det er nesten ufattelig at søknadsprosessen til nå har skjedd ved hjelp av utskrifter, kopimaskin, frankert postgang og ved å gjenta den samme informasjonen på flere ulike skjemaer. Dette må være eksempel på noe av det mest ressurskrevende i ergoterapeuters arbeidshverdag. Nå skjer det endelig noe på dette området.

### HELSEØKONOMISK OG KUNNSKAPSBASERT PRAKSIS









Vi argumenterer ofte for de beste kunnskapsbaserte tiltakene for våre innbyggere. I de senere årene har vi også sett betydningen av, og ansvaret for, å argumentere samfunnsøkonomisk. Ofte må vi her basere oss på eksempler fra praksis og vise til logisk argumentasjon, for eksempel at tilrettelegginger for å bo hjemme lengst mulig utsetter kostnadskrevende institusjonsopphold. Dersom ergoterapeuter lager et enkelt regnestykke på antall personer som

i løpet av siste år kan bo hjemme med tilrettelegginger i stedet for sykehjemsplasser, kan dette raskt illustrere samfunnsgevinsten. Artikkelen i dette nummeret om at universell utforming gir bærekraft, peker til økonomiske gevinster. Illustrasjonen av brukbarhetspyramiden viser hvordan universell utforming og tilrettelegging er god samfunnsøkonomi samtidig som omgivelsene kan brukes av flere.

Det er forholdsvis få studier på kost/nytte av ergoterapi, men likevel flere som det er nyttig å være oppdatert på, for eksempel:

- Den nordiske rapporten Occupational Therapy and Health Economics (Scandinavian Journal of Occupational Therapy Foundation, 2020) løfter betydningen av kost/nytte-studier av ergoterapi. Den nordiske rapporten har to reviews på kost/nytte-studier, én på innsats for arbeidsdeltakelse for personer med psykisk uhelse, og den andre på innsats for hverdagsmestring for eldre. Rapporten omtales nærmere i dette nummeret.
- Et litteratursøk på kost/nytte-studier av hverdagsrehabilitering (reablement) vil gi flere treff, for eksempel kost/nytte-studie fra Voss kommune (Kjerstad og Tuntland, 2015), Kunnskapsoppsummering ved



Bærekraftsmålene		Ergoterapeuters innsats
	<b>Sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder</b>	Minimerer barrierer for å sikre deltakelse og inkludering Tilbyr innsats for meningsfull aktivitet og hverdagsmestring (alternativ til medikamentell behandling) Re/habilitering Folkehelse Helsefremmende aktivitetsbalanse Vurderer og formidler tekniske hjelpemidler for å sikre aktivitetsutføring ved funksjonshemming
	<b>Sikre inkluderende, rettferdig og god utdanning og fremme muligheter for livslang læring for alle</b>	Legger til rette for læring med inkluderende og tilgjengelige barnehager og skoler Bruker hjelpemidler og velferdsteknologi til kommunikasjon, strukturering og opplæring Kartlegger og trener utførelse av hverdagsaktiviteter og finmotoriske skoleaktiviteter
	<b>Fremme varig, inkluderende og bærekraftig økonomisk vekst, full sysselsetting og anstendig arbeid for alle</b>	Framsnakker arbeid som viktig faktor for å bevare helse Kartlegger deltakelsesbarrierer Tilrettelegger for arbeidsdeltakelse (personer med nedsatt funksjon, langtidssykemeldte) Legger til rette for at eldre kan stå lenger i arbeid Tilbyr ekspertbistand (IA-avtalen) «Place-train» framfor «train-place»
	<b>Bygge solid infrastruktur, fremme inkluderende og bærekraftig industrialisering og bidra til innovasjon</b>	Bidrar til utvikling og tilpassing av velferdsteknologi for trygghet og hverdagsmestring Bruk av videokonsultasjoner og avstandsoppfølging Utvikling av spillteknologi
	<b>Redusere ulikhet i og mellom land</b>	Fremmer arbeidsdeltakelse Fremmer deltakelse og inkludering Medlemskap i WFOT og COTEC Ergoterapeutenes solidaritetsprosjekt Disaster preparedness (WFOT)
	<b>Gjøre byer og bosettinger inkluderende, trygge, motstandsdyktige og bærekraftige</b>	Sikrer tilgjengelighet og universell utforming Bidrar til trygge og inkluderende ute- og lekeplasser Boligtilpassing og boligtekniske hjelpemidler Bidrar til aldersvennlige samfunn
	<b>Sikre bærekraftig forbruk og produksjon</b>	Bevisstgjøring rundt aktivitetsvaner og hvordan de påvirker og påvirkes av omgivelsene Bidrar til effektive, trygge og ressursutløsende forløp (Lean-prinsippene) Tidlig intervensjon (før pleiebehov) Bidrar med kostnadseffektive helsetjenester med vekt på re/habilitering og folkehelse
	<b>Styrke gjennomføringsmidlene og fornye globale partnerskap for bærekraftig utvikling</b>	Bidrar til samarbeid med fag- og brukerorganisasjoner Oppfordrer til lokalt, tverrfaglig samarbeid innen og utenfor helsetjenesten Bidrar til internasjonal utveksling av erfaring og samarbeid med nordiske forbund, COTEC og WFOT

Tabell 2. Eksempler på ergoterapeuters innsats knyttet til noen av bærekraftsmålene (ikke uttømmende).

Førland og Skumnes (2016) og Helsedirektoratets følgeevaluering av hverdagsrehabilitering i 43 kommuner (Langeland m.fl. 2016).

- I rapporten «Et godt bad forlenger livet (i egen bolig)» fra Agenda Kaupang (2018) dokumenteres det at om lag 35 prosent av boligene som hjemmetjenesten besøker, har fysiske hinder med betydning for ressursbruken i pleie- og omsorgstjenestene. For 90 prosent av disse boligene finnes det tiltak som kunne gjort brukeren mer selvhjulpent, redusert behovet for hjemmetjeneste og/eller utsatt flytting til omsorgsbolig eller sjukeheim. Rapporten konkluderer blant annet med at ergoterapeuter må tas med tidligere og i større grad i utformingen av et tjenestetilbud til brukere som over tid kan antas å få problemer med å klare seg selv i egen bolig.

## Innsatsområder for ergoterapeuter

Ergoterapeutenes standpunkt-dokument oppsummerer to store innsatsområder. Ergoterapeuter bidrar med å utløse ressurser både ved å stimulere til innbyggernes egen aktivitet, selvhjelpenhet og deltakelse og ved å tilrettelegge omgivelsene for bedre inkludering. Se tabell 1.

I egen tabell, som er vedlagt standpunktdokumentet, er det også eksempler som tydeliggjør ergoterapeuters innsats knyttet til noen av bærekraftsmålene. Se tabell 2.

## Forbundets innsats for bærekraftig utvikling

Forbundet fremmer bærekraft gjennom å argumentere for en samfunnsutvikling som utløser

ressurser. Dette forutsetter prioritering av riktig fagkompetanse til riktig tid, hvor ergoterapeuter må være en naturlig del av løsningen fordi ergoterapi er ressursutløsende både for den enkelte og for samfunnet. Forbundet jobber derfor kontinuerlig for flere ergoterapeutstillinger, for synliggjøring av ergoterapeuters kjernekompetanse og for betingelser som gir ergoterapeuter mulighet til å utøve kunnskapsbasert ergoterapi. Ergoterapeuter kan argumentere for kunnskapsbasert og best mulig praksis for innbyggerne. For noen kan FNs 17 bærekraftsmål virke fjerne. I virkeligheten bidrar ergoterapeuter hver dag til et mer bærekraftig samfunn. Denne innsatsen kan vi med fordel bedre bevisstgjøre og artikulere. Framover er det naturlig at ergoterapeuter foreslår og krever mer bærekraftige løsninger. Dette er en del av vårt samfunnsoppdrag.

## Litteratur

- Brundtlandkommisjonen (1987) Vår felles framtid. FNs verdenskommisjon for miljø og utvikling Rapport Tiden Norsk Forlag
- Ergoterapeutene (2020) Ergoterapi og bærekraftig utvikling, Standpunkt-dokument vedtatt i forbundsstyret, september 2020
- FN (2015) FNs bærekraftsmål <https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal>
- FN (2015) UN Sustainable development goals <https://www.un.org/sustainabledevelopment/>
- FN (2006) Konvensjon om rettighetene til personer med nedsatt funksjonsevne <https://www.fn.no/Om-FN/Avtaler/Menneskerettigheter/Konvensjon-om-rettighetene-til-personer-med-nedsatt-funksjonsevne>
- Førland, O og Skumnes, R (2016) En oppsummering av kunnskap – Hverdagsrehabilitering, Omsorgsbiblioteket
- Kjerstad E, Tuntland HK (2015) Reablement in community-dwelling older adults: a cost-effectiveness analysis alongside a randomized controlled trial. *Health Econ Rev.* 2015;6(1):15.
- Langeland, E m.fl. (2016) Modeller for hverdagsrehabilitering – en følgeevaluering i norske kommuner. Effekter for brukerne og gevinster for kommunene? Rapportserie nr 6/2016. Senter for omsorgsforskning, vest
- Royal College of Occupational Therapists (2016) Campaign: Improving lives - saving money <https://www.rcot.co.uk/promoting-occupational-therapy/occupational-therapy-improving-lives-saving-money>
- Scandinavian Journal of Occupational Therapy Foundation (2020). Occupational Therapy and health economics: A short introduction to health economics and economic evidence for occupational therapy in the field of mental health during working life and health for older people (kan søkes opp på [www.ergoterapeutene.org](http://www.ergoterapeutene.org))
- Sveriges Arbetsterapeuter (2017) Hållbar utveckling [https://www.arbetsterapeuterna.se/media/1465/hallbar\\_utveckling-webb.pdf](https://www.arbetsterapeuterna.se/media/1465/hallbar_utveckling-webb.pdf)
- WHO (2018) The Global Action Plan for Healthy Lives and Well-being for All
- WFOT (2012) Environmental Sustainability, Sustainable Practice within Occupational Therapy ([www.wfot.org](http://www.wfot.org), gå til Resources, søk 'sustainability')
- WFOT (2016) Ethics, Sustainability and Global Experiences ([www.wfot.org](http://www.wfot.org), gå til Resources, søk 'sustainability')
- WFOT (2018) Sustainability matters: Guiding Principles for Sustainability in Occupational Therapy Practice, Education and Scholarship ([www.wfot.org](http://www.wfot.org), gå til Resources, søk 'sustainability')
- WFOT (2020) Temanummer om bærekraft og ergoterapi: World Federation of Occupational Therapists Bulletin, Vol. 76, No. 1, 2020, Taylor & Francis Online
- WFOT (2020) Quality Evaluation Strategy Tool (QUEST) <https://wfot.org/quest>