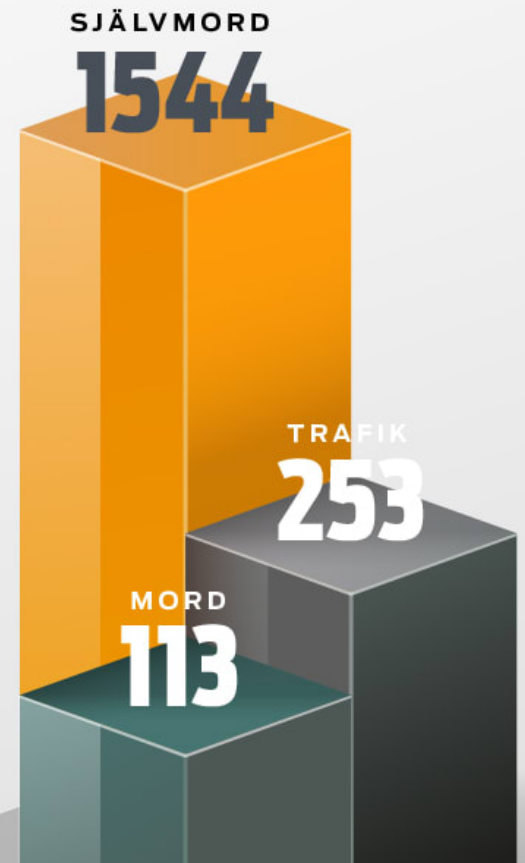


STATISTIK: PSYKISK OHÄLSA

SJÄLVMORD 5X VANLIGARE ÄN DÖDSFALL I TRAFIKEN*

* 2017, KÄLLA: SOCIALSTYRELSEN,
BRÅ, TRAFIKVERKET



Självmord är fem gånger vanligare än dödsfall i trafiken.

2019-04-04 08:35 CEST

Självmord är fem gånger vanligare än dödsfall i trafiken

Selene Cortes, föreläsare och konsult inom psykosocialt arbetsmiljöarbete, talade under SSG Säkerhetskonferens om utmattningssyndrom och psykosocial arbetsmiljö i praktiken.

– Man dör inte av stress – man slutar bara leva, löd hennes gripande sammanfattning.

Psykisk ohälsa är fortfarande tabubelagt inom arbetslivet och kan vara svårt

att prata om. Selene Cortes berättade att självmord var fem gånger vanligare än dödsfall i trafiken år 2017, då 1544 människor tog sina egna liv, 253 förolyckades i trafiken och 113 personer mördades.

– Psykisk ohälsa är sedan 2014 den vanligaste sjukskrivningsorsaken, där anpassningsstörningar och reaktioner har ökat med så mycket som 119 procent. Det är 66 procent av den totala ökningen och hälften drabbar människor i åldrarna 30-49 år, förklarade hon och sammanfattade sitt anförande med orden: – Man dör inte av stress – man slutar bara leva.

Överrumplande resultat

Selene Cortes höll också en mycket uppskattad workshop, vars resultat nog kändes överrumplande för många.

- 71 procent av deltagarna på konferensen förklarade att de någon gång känt skam över att ha varit sjukskriven.
- 70 procent ansåg att öppenheten kring psykisk ohälsa på deras arbetsplats var dålig eller usel.
- 74 procent ansåg att kunskapsläget om psykisk ohälsa på deras arbetsplatser var dåligt eller uselt.
- 76 procent menade att det inte fanns ett tydligt strukturellt arbetsmiljöarbete på deras arbetsplatser.
- 90 procent var övertygade om att det allmänna arbetsklimatet har en direkt påverkan på sjukdomsperiodens längd.

Goda råd på vägen

- Selene Cortes avslutade med följande goda råd för att upptäcka och se psykisk ohälsa:
- Lyssna.
- Försök förstå mer än det du ser.
- Våga skrota lösningsfokuset.
- Våga fråga om sådant du inte vet, och känn dig fram med frågor.
- Använd din okunskap. Den andra parten har oftast massor med kunskap om sin egen situation.
- Reflektera, bekräfta, sammanfatta.
- Skapa en allians.
- Tassa inte! Prata ärligt men respektfullt. Förklara vad du gör och varför.

SSG Standard Solutions Group AB

Skönsbergsvägen 3

856 41 Sundsvall

Telefon: 060 - 14 15 00

Support: 060 - 14 15 10

www.ssgsolutions.com

Kontaktpersoner



Karolin Jonasson

Presskontakt

Kommunikationschef

Kommunikation

karolin.jonasson@ssg.se

060 - 14 15 41