

Sykenærvær

Et nyansert perspektiv

Forsker Randi Hovden Borge

Arbeidspsykologi- og fysiologi

Statens arbeidsmiljøinstitutt

Sykenærvær

Å jobbe når du føler deg syk,
enten fysisk eller psykisk





sykenærvær



AI-modus

Alle

Bilder

Produkter

Videoer

Nyheter

Kortvideoer

Mer ▾

Verktøy ▾

Dette må vi gjøre noe med!

Hva er sykenærvær?

Tradisjonelt perspektiv

- / Du jobber når du egentlig er for syk til å jobbe
- / Primært negative konsekvenser
- / Destruktiv og helseskadelig atferd som bør unngås
- / Medisin og epidemiologi

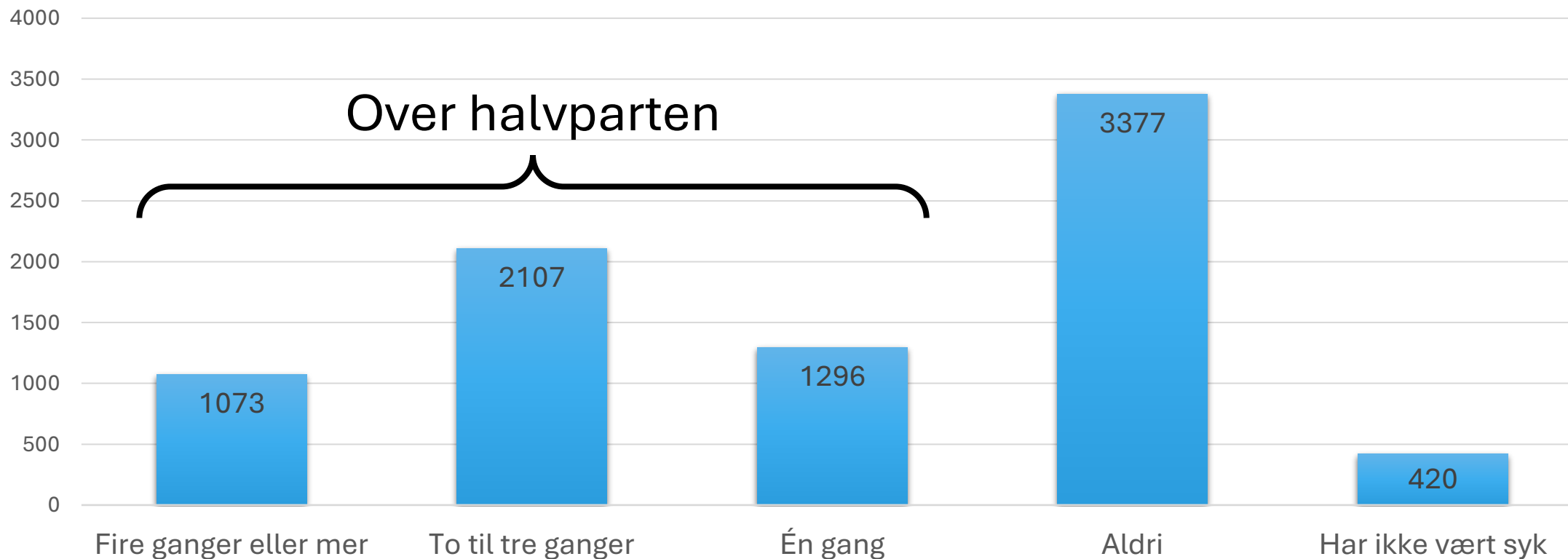
Nyere perspektiv

- / En nøytral atferd
- / Målet er å balansere begrensninger ved egen helse og kravene på jobb
- / Potensielt både positive og negative konsekvenser
- / Psykologi og samfunnsvitenskap

Har vi noen gode tall?

Levekårsundersøkelsen om arbeidsmiljø 2016

Sykenærvær siste 12 måneder



Eksponering

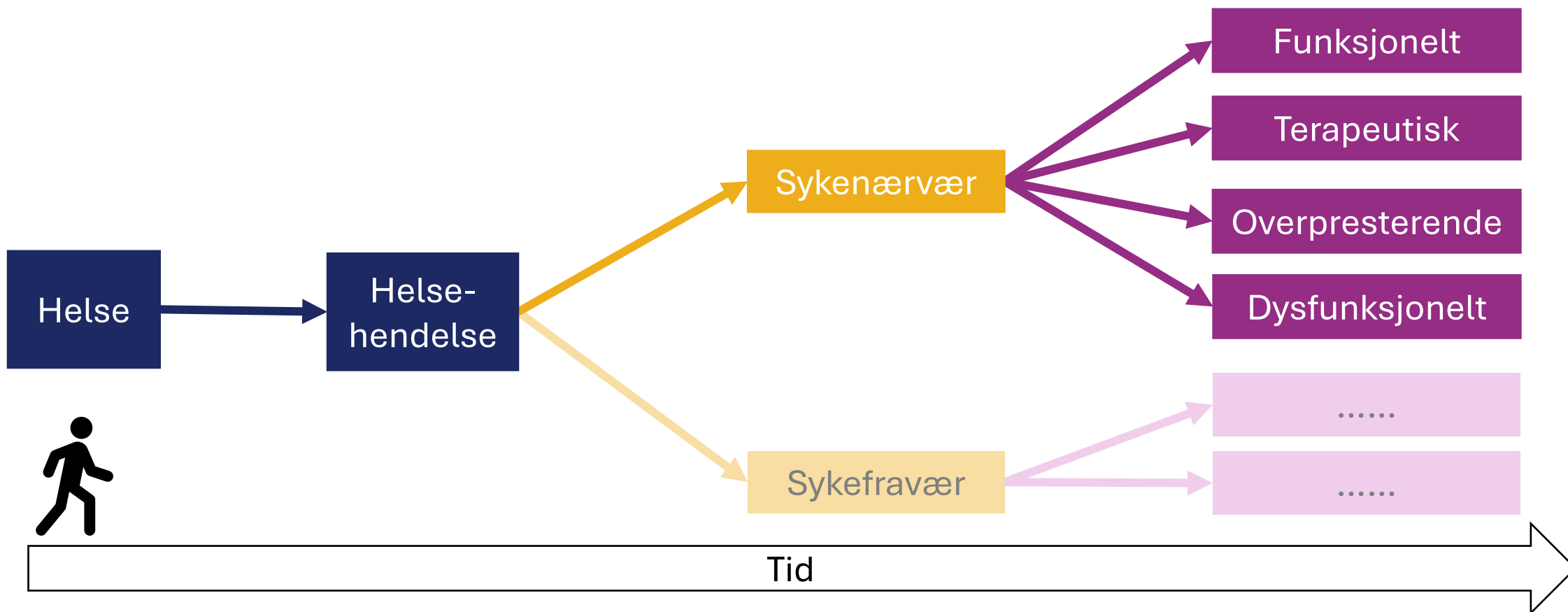
En faktor kan trigge en **helsehendelse** og skape et potensiale for både sykefravær og sykenærvær

“Beslutning”

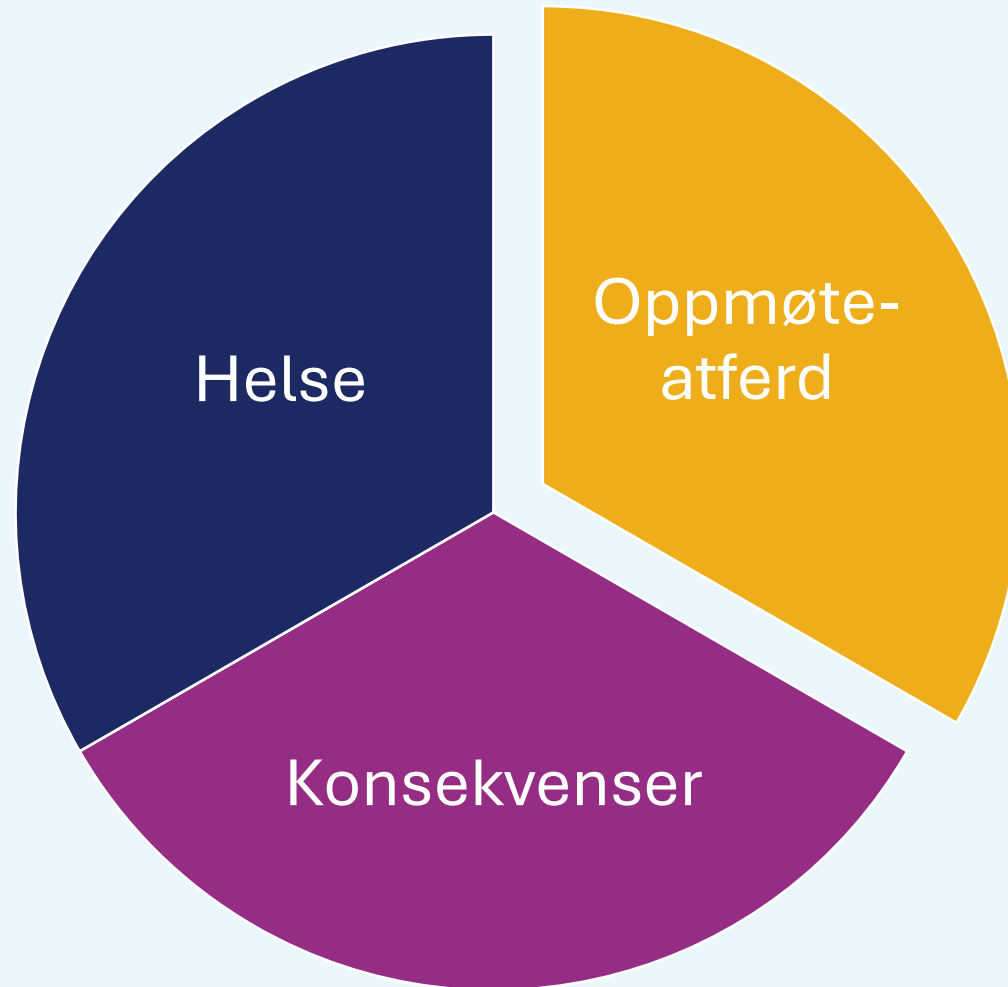
En faktor kan påvirke **oppmøteatferd** ved en sykdom og skape en nærværesepisode (eller fraværesepisode)

Manifestering

En faktor kan påvirke hvordan sykenærværet **manifesterer** seg og dets **konsekvenser**



Tre komponenter i sykenærvær vi må skille mellom



Viktige konsekvenser

Negative...

- / Produktivitetstap, inntektstap
- / Feilhandlinger, ulykker
- / Sykefravær
- / Turnover
- / Helseplager
- / Utbrenthet
- / Redusert arbeidsevne
- / Redusert jobbtilfredshet

...men også positive

- / Mindre produktivitetstap enn ved sykefravær
 - / Tilknytning til arbeidslivet
 - / Mestring og mening
 - / Sosialt nettverk
- ! Men kun ved **funksjonelt** og **terapeutisk** sykenærver

Sentrale faktorer

Individ og samfunn

Individ

- / Helse
- / Personlighetstrekk
- / Opplevd stress, utmattelse
- / Følelsmessig tilknytning
- / Jobbtilfredshet
- / Økonomiske problemer
- / ...

Samfunn

- / Sykelønnsordning
- / Økonomisk situasjon
- / Kultur og normer
- / ...

Sentrale faktorer

Psykososialt og organisatorisk arbeidsmiljø

Høyere sykenærvær

- / Strenge fraværsrutiner
- / Kvantitative krav
- / Emosjonelle krav
- / Jobb-familie-konflikt
- / Jobbusikkerhet
- / Underbemanning
- / Trakassering, diskriminering

Lavere sykenærvær

- / Organisatorisk støtte
- / Organisatorisk rettferdighet
- / Lederstøtte
- / Lett å finne en erstatter
- / Lett å tilpasse arbeidet (?)

Sykenærverstyper i norsk arbeidsliv

Formålet med prosjektet er å validere et spørreskjema som skal fange opp ulike typer sykenærver og undersøke hvordan disse henger sammen med psykososialt arbeidsmiljø.

Sykenærver omfatter det å jobbe mens man føler seg syk, enten fysisk eller psykisk. Sykenærver er svært vanlig, men det har fått mindre oppmerksomhet enn sykefravær både i forskning og i samfunnet ellers. Sykenærver kan ha både positive og negative konsekvenser for den enkelte, for arbeidsplassen og for samfunnet. Når vi jobber mens vi er syke forsøker vi ofte å balansere hensyn knyttet til egen helse og kravene på jobb. Både individfaktorer og arbeidsmiljøfaktorer, samt samspillet mellom dem, har betydning for hvordan sykenærver slår ut på kort og lang sikt.

PROSJEKTLEDER



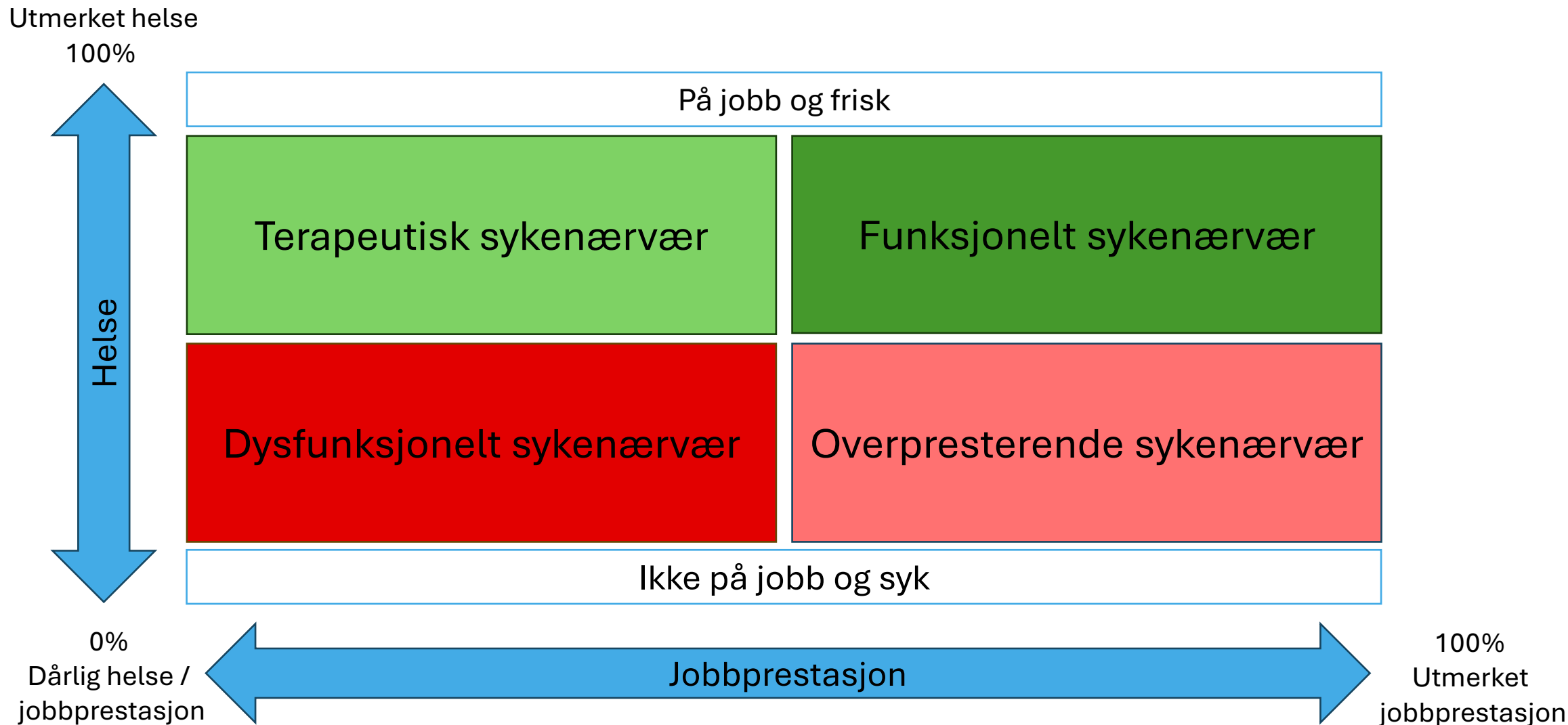
[Randi Hovden Borge](#)

Forsker

PROSJEKTSTATUS

Pågående

Sykenærverstyper



Hvorfor sykenærværtyper?

- / Sykefravær kan reduseres ved forebygging og behandling av helseplager, men også ved at det gjøres **lettere å stå i jobb**
- / Kunnskap om hvordan **oppnå funksjonelt** nærvær og **unngå dysfunksjonelt** nærvær er avgjørende
- / Fremme sykenærvær som en mulig **ressurs** for den enkelte, for virksomheten og for samfunnet

Data og utvalg

/ Representativt panel i juni 2025

/ Totalt forespurte: 708

/ Totalt fullførte: 509

/ Mange yrkesgrupper representert

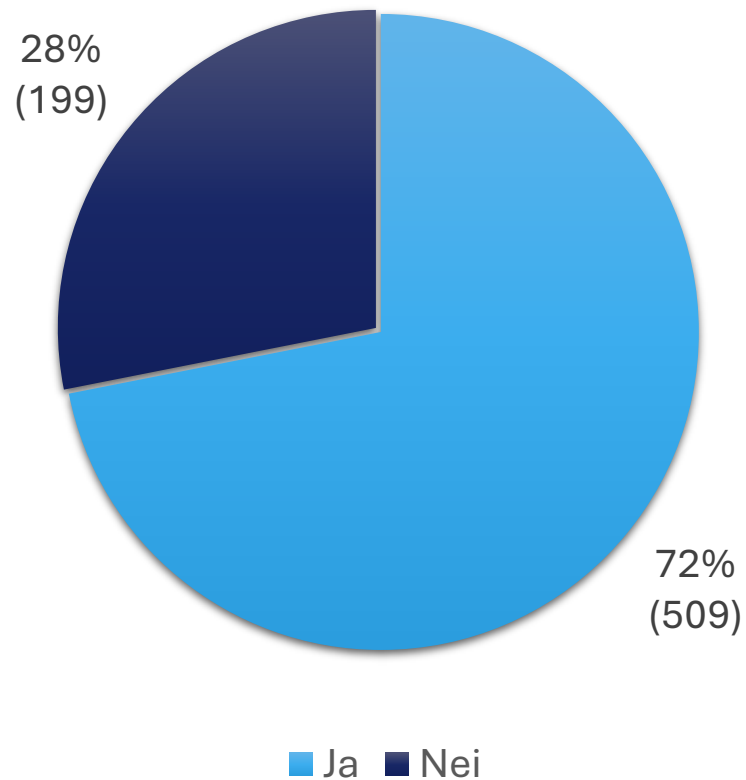
/ Liten overvekt kvinner

/ Overvekt høyere utdanning

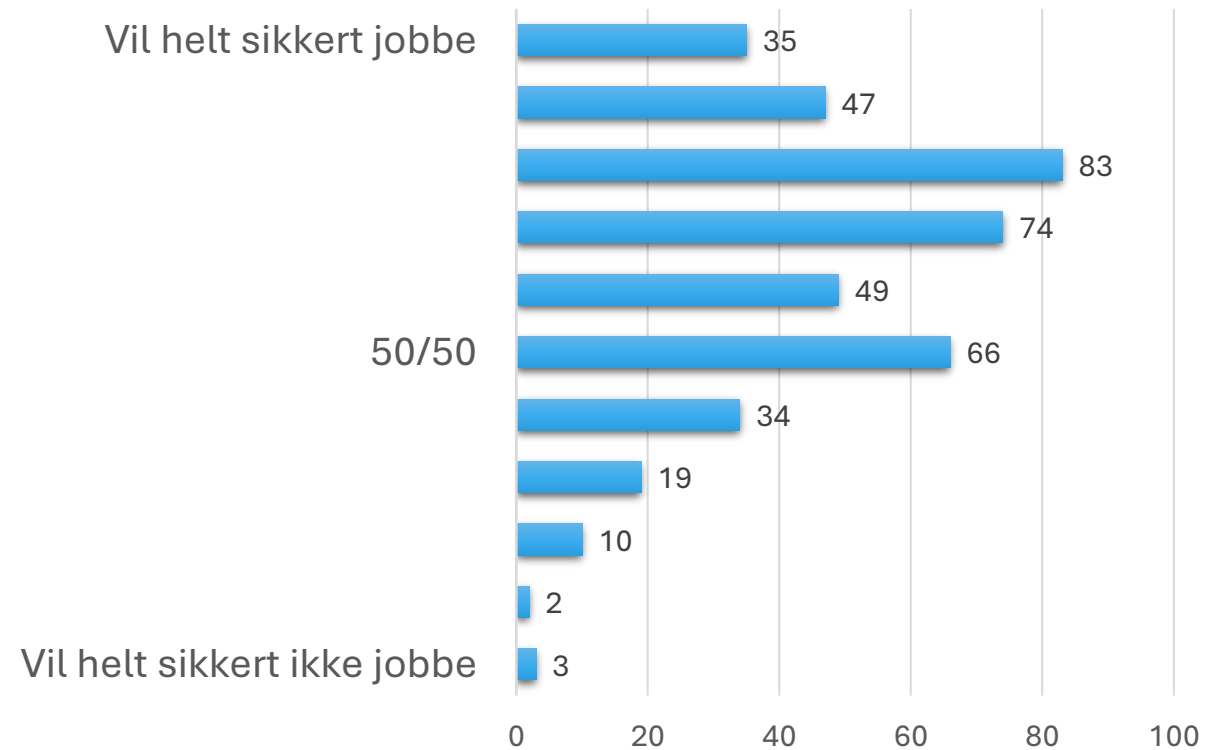


Foto: Microsoft Stock Images

Har du i løpet av **den siste måneden** jobbet mens du har følt deg syk fysisk eller psykisk, eller mens du har hatt helseplager?



Vil du jobbe neste gang?



De med sykenærvær

- / Høyere andel kvinner, lavere andel eldre
- / På jobb hos arbeidsgiver, men også betydelig andel på hjemmekontor
- / Mest sykenærvær *uten* gradert sykmelding



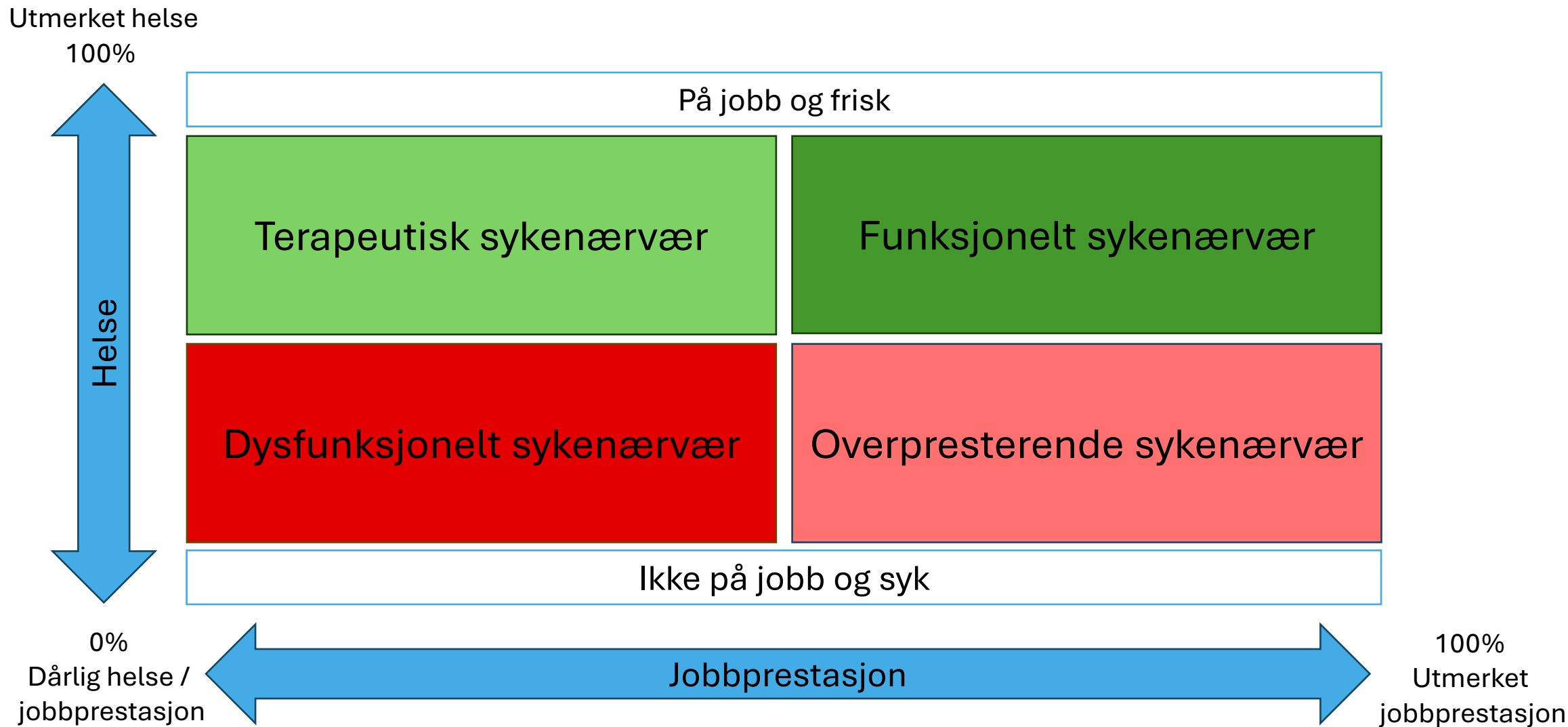
Helseplagenes karakter

- / Flere med fysiske plager
- / Litt flere med akutte plager
- / Mange med moderate til kraftige symptomer
- / Rundt én tredjedel arbeidsrelaterte

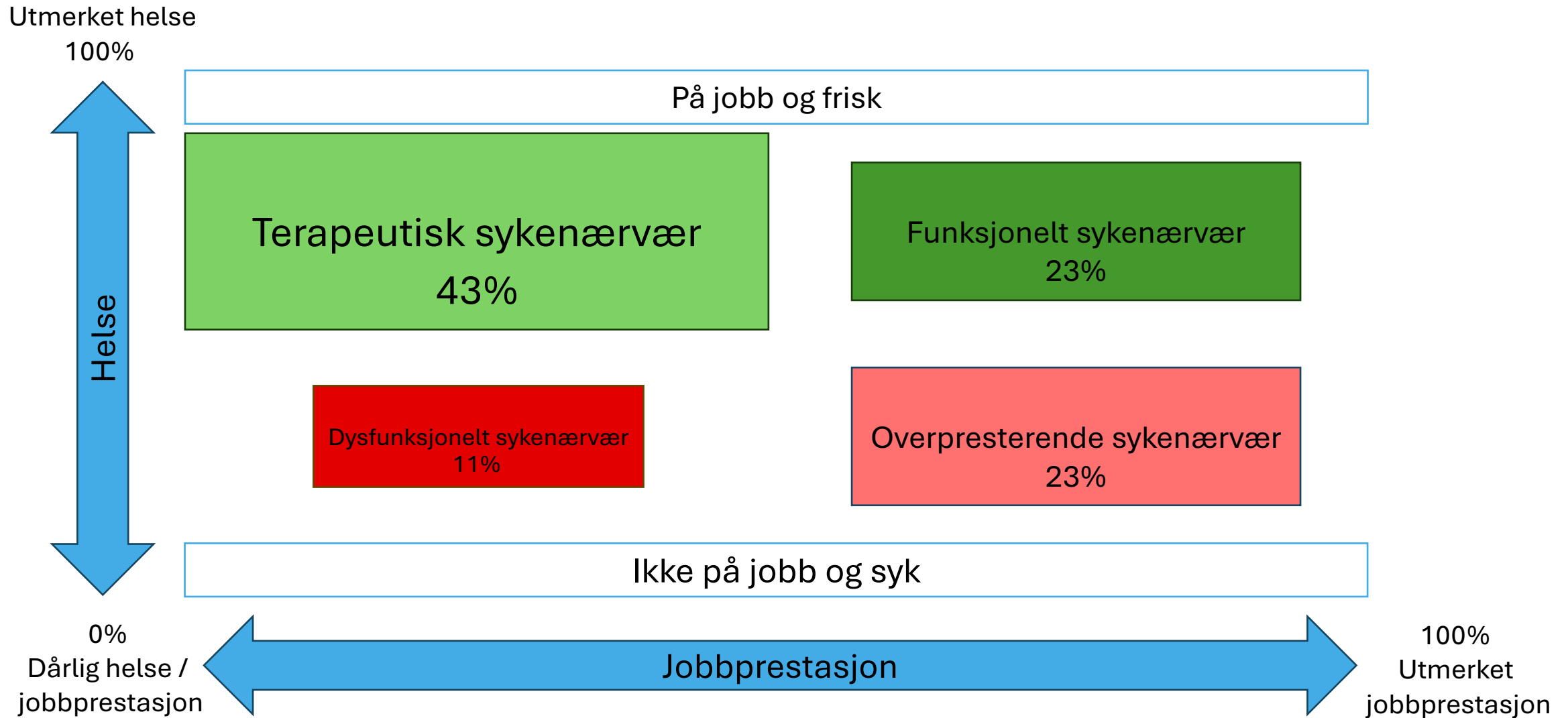


Foto: Kristine Wook on Unsplash

Sykenærverstyper



Sykenærverstyper



**Arbeidsrelaterte
plager**

Kan tilpasse arbeidet

**Kraftige
symptomer**

Må skjule plager

Høyere alder

Høye jobbkrav

Kvinne

Hjemmekontor

Autonomi

Sosial støtte

Rolleklarhet

Psykiske plager

Gradert sykmelding

Rollekonflikt

Kroniske plager



Foto: Microsoft Stock Images

Hvorfor er sykenærvær viktig?

- Sykenærvær **mye vanligere** enn vi tror
- Vi snakker masse om sykefravær, mindre om sykenærvær
- **For å forstå sykefravær**, og hva vi kan gjøre med det, må vi forstå sykenærvær



Foto: Patrick Fore on Unsplash

SYK

≠

SYKMELDT

Sykefraværet vil i mange tilfeller
være delvis arbeidsrelatert
selv om ***helseplagene*** ikke er det

2X

Funksjonelt sykenærvær
=
Arbeidsinkludering

Tusen takk for oppmerksomheten!

Epost ved spørsmål

randi.borge@stami.no

Følg oss i sosiale medier:

 Statens arbeidsmiljøinstitutt

 Stami_norge

 Statens arbeidsmiljøinstitutt