

Årskonferansen 2025

Brukerutvalgene i Nav Agder

Linda Marie Pedersen
Leder av Angstringen Agder
Styremedlem Angstforeningen Norge

10.04.2025



Angstringen
Agder



Angstforeningen

Livet mitt før jeg endte opp på Nav

- Traumefull barndom
- Mobbing
- For mye ansvar for tidlig
- lillesøster med epilepsi



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Livet mitt etter at jeg fikk uføretrygd

- Udiagnostisert følelsesmessig personlighetsforstyrrelsen
 - Psykiskater og angstringen 2019
 - Skjematerapi januar 2020 – sommeren 2022
- Angsten forsvant over natta, samme gjorde tankepinnet
 - Frivillig i Angstringen sommeren 2022
 - reddet Angstringen Kristiansand feb 2024
 - Styremedlem Angstforeningen nov 2024



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Min erfaring på nav

- Min nav reise varte i fra mai 2006 - nov 2015
 - Mange nav saksbehandlere
 - Mange dårlige opplevelser
 - Mange angstanfall
- Utprøvinger både i Asker og Lillehammer
 - Nav «forsvant» i fra 2009 - 2012
 - Ble uførtrygdet i 2015



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Deltakere sine erfaringer fra nav

"Det er ingen tilrettelegging grunnet sosial angst"

"Jeg følte hvertfall det løsnet litt for meg når jeg møtte noen som ønsket at jeg skulle få det bedre, ikke bare nå et statistisk eller økonomisk mål"

"det er bare å gjøre det" holdning



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Angstforeningen sin brukerundersøkelse

Følte du deg møtt med forståelse og tilstrekkelig kunnskap om angst i ditt møte med NAV?

- Flere opplever at NAV ikke har tilstrekkelig kunnskap om angst
- ikke har følt seg møtt med forståelse eller fått riktig hjelp.
- Noen nevner at NAV har bidratt til å forverre situasjonen deres.
- NAV forsøkte å presse på for en rask tilbakevending til jobb, noe som førte til verre angst.
- NAV-ansatte mangler erfaring eller kunnskap om psykiske lidelser, spesielt angst.
- lite informasjon om angst for flere tiår siden, og at det har påvirket hvordan NAV har håndtert slike saker tidligere.

Av de med gode erfaringer - NAV-konsulenter tok dem på alvor, samarbeidet godt med fastlege eller andre behandlere. -

møtt konsulenter som har vært imøtekommende og støttende, og som har hjulpet dem til å få et bedre syn på seg selv og sin psykiske helse.



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Angstforeningen sin brukerundersøkelse

Hvordan kan NAV støtte og bistå deg med angst på en bedre måte?

- Økt forståelse og kunnskap om hva angst er, og hvordan det kan variere fra person til person.
- Mindre press på å dytte folk inn i arbeids- eller tiltakssituasjoner som kan forverre angsten.
- Mer individuell tilnærming, og mindre fokus på å behandle mennesker som statistikker.
- Bedre samarbeid mellom NAV og helsepersonell, som fastlege og behandlere.
- NAV bør tilby informasjon og kunnskap om angst og normalisere reaksjonene som kan komme fra angstlidelser.
- Bruke frivillige fra organisasjoner som Angstringen til å bistå mennesker som har angst.
- Fokus på trygg økonomi og langsiktige løsninger.
- Mer individuell tilnærming, og mindre fokus på å behandle mennesker som statistikker.



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Angstforeningen sin brukerundersøkelse

Hvordan opplever du samarbeidet mellom NAV, legen din, og arbeidsgiver? Er det effektivt og hensiktsmessig?

Halvparten er fornøyd med samarbeidet. Der hvor man ikke er fornøyd så faller en av partene ut av samarbeidet.



Angstringen

Agder



Angstforeningen

Angstforeningen

Hovedforeningen

- stiftelse til organisasjon i 2024
- Styret
- Brukermedvirkning
- Støtte til oss frivillige
- Angsttelefonen
- Politisk platform



Angstringen
Agder



Angstforeningen

Angstringen Agder

- Angstringen Agder
- Arendal, Grimstad og Kristiansand
- Selvhjelpsgrupper
- Mentorprogram
- Brukermedvirkning
- Samarbeid med andre organisasjoner
- Kompetansestyrking



Angstringen
Agder



Angstforeningen