

Psykisk helse

I anledning Verdensdagen for psykisk helse som var 10. oktober, ønsker jeg i denne lederen å reflektere over mental helse og hvilke områder jeg mener vi som bransje bør ha ekstra fokus på.



Statsautorisert revisor
Johan Lid Nordby
Styreleder i Revisorforeningen

Mangfold og inkludering

Det første er for meg mangfold og inkludering. Vi har ansvar for å gi alle like muligheter. Det var med vantro jeg nylig så dokumentarserien UXÅ på NRK. I etterkant av et intervju med en ung transperson reflekterer programleder Thomas Seltzer over at enkelte politikere synes å gjøre en liten gruppe sårbare unge mennesker som er usikre på egen kjønnsidentitet, til en av de viktigste sakene i den amerikanske valgkampen. Denne manglende medmenneskeligheten er for meg umulig å forstå. I vår bransje er utfordringene heldigvis mer nyanserte, men likevel til stede. Skal vi lykkes med å øke rekrutteringen til bransjen, er vi også avhengig av at vi appellerer til alle kvalifiserte kandidater. Det er så lite som skal til før noen føler seg utenfor, og hver og en av oss har et ansvar for å bidra til at alle føler seg velkomne og ønsket.

Behov for avkobling

For det andre ønsker jeg å ta opp behovet for avkobling. De som kjenner meg, vet at jeg er lidenskapelig opptatt av løping. I en hektisk hverdag der jeg kan føle på verken å strekke til på jobb eller hjemmebane, er løpingen blitt fristedet der tankene kan fare. Problemer som virket helt fastlåst før

jeg tok på meg løpeskoene, ser jeg plutselig en klar og smidig løsning på. Det finnes mange ulike måter å koble av på. Og alle trenger å finne sitt eget fristed, om det er fjernsyn og sofakos, eller ut i naturen. Avkobling er viktig for god mental helse. Balanse handler ikke om å balansere hver av døgnetts timer perfekt mellom arbeid og privatliv, men snarere om å kunne være fullt til stede i det man gjør og sikre seg rom i hverdagen til å få koblet ordentlig av.

Mestring

Løping bringer meg også inn på tredje tema som er mestring. Denne høsten står eksempelvis maraton i Bilbao på programmet mitt. Mestringsfølelsen av å krysse mållinjen i et maraton der jeg føler at alle forberedelsene har vært verdt det, er unik. Og selv om denne sesongens løping kulminerer i noen timer gjennom Bilbaos gater, er det likevel veien dit som er det egentlige målet. Og slik er det også i arbeidslivet. Revisjonens parallell til regntunge løpeturer på mørke høstkvelder føles også givende når man har målet klart i sikte, og opplever å mestre veien dit.

Fleksibilitet

Det fjerde jeg vil ta for meg, er fleksibilitet. Flexibiliteten i hvor og når vi jobber gjør det mulig å kombinere jobb med familieliv og hobbyer. Revisjon har gode muligheter for å tilrettelegge for dette. Som en digresjon mener jeg dagens hviletidsbestemmelser i arbeidsmiljøloven bør oppdateres til et mer fleksibelt arbeidsliv. Selv om det er en

sammensatt og kompleks materie, er jeg ikke overbevist om at regelverket som krever 11 timers sammenhengende hvile, alltid er til det beste for den ansatte. Skulle man eksempelvis ønske å jobbe en redusert dag for å tilrettelegge for henting i barnehage, tillater ikke dagens lovverk at man kompenseres for det gjennom en liten kveldsøkt, dersom man har intensjon om å begynne neste dag til vanlig tid. Så kan det være at de positive effektene av 11 timer sammenhengende hvile trumfer hensynet til fleksibilitet, men dette bør det ses nærmere på.

Lederutdanning

Til sist ønsker jeg å understreke viktigheten av å utdanne ledere. Ledere må være utrustet til å føre gode samtaler og veilede ansatte. I en studie fra 2023 utført av Chartered Management Institute i England fremkommer det at hele fire av fem som settes inn i ledelsesposisjoner, ikke har fått noen opplæring i ledelse. Det synes tydelig at normen er at man forfremmes basert på hvor dyktig man er i sin nåværende stilling, snarere enn hvor velegnet man antas å være inn i en ny stilling som leder. Og selv om dette gjelder generelt, tror jeg vi skal være åpne for at dette også kan eksistere i revisjon. God ledelse er antagelig vårt viktigste bidrag til god mental helse.

Så i takt med at vi har markert Verdensdagen for psykisk helse, la oss alle reflektere litt ekstra over hva vi kan gjøre både for vår egen og våre kollegers mentale helse.