



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# RUS- OG AVHENGIGHETSPROBLEMATIKK I LANDBRUKET, FOREBYGGING, HÅNTERING OG BEHANDLING

Åse Prestvik

Fagsjef Blå Kors klinikk Lade

Rus og psykisk helse 2024



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse

# Prosjektet

- Hvordan kan man hjelpe bønder som sliter med avhengighetsproblematikk?
- Finansiert av DAM-stiftelsen og Blå Kors er prosjekteier, tidsrom juli 2021 - juni 2024
- Prosjektet gjennomføres av Ruralis - Institutt for rural- og regionalforskning og Nasjonalt fagkompetansesenter for landbrukshelse i tett samarbeid med Norsk Landbruksrådgivning, Blå Kors, Akan, Norske Kvinners sanitetsforening og Bondelaget
- Basert på erfaringen av at det var få bønder i Akan, i behandlingsapparatet generelt, og at problematikken med annerledes utfordringer i landbruket hadde fått lite oppmerksomhet tidligere



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse

# Mål

- Hovedmål: Kartlegge omfanget av rusmiddel- og spillproblematikk blant bønder, og om de opplever at de har tilgang på god hjelp når de trenger det. Vi har undersøkt hvordan man kan forbedre både det forebyggende arbeidet og behandlingstiltakene, samt hvordan man bedre kan nå ut til bøndene og deres pårørende med informasjon om hva slags hjelp man kan få.
- **Delmål:**
  - Få oversikt over helsetjenestenes erfaringer for å forebygge og behandle rus- og avhengighetsproblematikk i norsk landbruk
  - Engasjere relevante nettverk/organisasjoner, samt øke kunnskap og bevissthet om rus- og avhengighetsproblematikk hos aktører i landbruket
  - Få kunnskap om hvordan tiltak for forebygging av rus- og avhengighetsproblematikk hos bønder kan knyttes opp til aktiviteter som allerede finnes i norske lokalsamfunn

# Metode

## Kvantitative undersøkelser:

- Inkludert spørsmål om rus og avhengighet i den nasjonale undersøkelsen 'Trender i norsk landbruk 2022'
- Inkludert spørsmål i KSL sin store spørreundersøkelse som går ut til alle landets registrerte bønder

## Kvalitative intervjuer:

- Gjennomført 15 intervjuer med bønder og relevante aktører fra landbruk og helsevesen (gruppe /singel-intervjuer)
- Publisert i HMS rapport fra KSL-undersøkelsen



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse

# Resultater fra kvalitativ undersøkelse



# Først: Det er få bønder i behandling!

- Grunn til å tro at problemet med misbruk er noenlunde likt som for befolkningen forøvrig
- Få behandlingssteder har hatt kontakt med bønder, noen av de største (og eldste) kan ikke erindre å hatt noen inne i behandling - på tross av at de ligger midt i store landbruksområder
- DPS rapporterer også om særdeles få bønder inn til behandling
- Kommunal rusomsorg opplever at det er utfordrende å nå ut til bønder i dag
- Felles er at de opplever at det kan være store mørketall
- Erfaringen er at mange bønder oppsøker / får ikke hjelp før det er for sent, ofte går det så langt at man må gi opp gårdsdriften
- Avstand oppleves utfordrende for lokalt hjelpeapparat å nå bønder med informasjon / oppnå kontakt



# Økonomi

- En stor utfordring er at rusmisbruk ofte fører til dårlig økonomi som igjen kan føre til at man kutter ut rådgivning og andre ting som faktisk kan bidra til at man kan komme seg ut av den negative spiralen man har kommet i:
- *Når jeg ble dårlig så kuttet jeg ut NLR, var medlem der før. Men når økonomien ble dårligere så var det en av tingene jeg måtte kutte i. Det hadde vært vanskelig for dem å fange opp dette, de var jo der så sjelden. Jeg er heller ikke medlem av noen bedriftshelsetjeneste.*
- Ofte er egen helse og forsvarlig drift noe av det man drar inn på når man får utfordringer med økonomien

# Økonomi og Ensomhet - Triggere for eskalering

- Med så mange som nevner hvordan bekymringer for økonomien skaper uro og søvnløshet - må det tas på alvor
- Behandlere ser en negativ spiral for de som har bekymringer og som drifter gårdene alene, man trenger gjerne andre for å se løsninger / klare å ta steget ut av misbruk
- Mer må legges på sosialt nettverk - forstå betydningen av naboer, andre gårdbrukere, sosiale nettverk - lokale eller på nett, eller personer innenfor lokalt hjelpeapparat
- Bønder som har blitt intervjuet har fortalt om hvordan akkurat nettverkene rundt dem har vært avgjørende for å bli friske igjen, med både praktisk hjelp og mental støtte. Å bryte misbruk er ikke noen enmannsjobb
- Samtidig, ikke alle nettverk oppleves like konstruktive:
  - *Nå har jeg meldt meg ut av facebooksidene Venner av Norsk Landbruk, der er det bare negativt og jeg orker ikke å forholde meg til så mye eder og galle. Det er bare deprimerende og mer belastende (Bonde)*



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse





# Skam fører til eskalering

- Flere av de som har behandlet bønder har fortalt om at det er mye skam involvert, mer enn hos mange andre yrkesgrupper
- *Mange bønder har arvet gården, det er familietradisjoner, og man har en status i bygda. Viktig å være klar over at det lett kan være mye skam forbundet med å ha et rusproblem, og at det vil føre til tap av sosial status. Det kan også være en medvirkende årsak til at så få bønder kommer inn til behandling (...) Det er skammen som er den største hindringen, at andre skal få vite at du sliter. At de skal tørre å søke om å få behandling, noe som også kan innebære tap av førerkortet (Behandlingsinstitusjon)*



- Her skapes en ond sirkel, skam gjør at man trekker seg tilbake, nettopp det som er faremomentet for eskalering.

Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Flere aktører må inn

- Temaene handler blant annet om å forebygge ensomhet, hvor viktig det er å bli sett og forstått når man sliter – det er lett å komme inn i en negativ spiral
- Brist på avløser og begrenset mulighet til å få hjelp når man blir syk vanskeliggjør tilfriskning
- Det er avgjørende at man kan få hjelp fra flere aktører, på flere områder
- Det er ikke en selvfølge at man kan få hjelp - Å aktivere konstruktiv hjelp selv når man har utfordringer med misbruk fordrer mye ressurser – og ikke alle har det



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Brist på avløser

- *Det er langt vanskeligere å få avløsere enn tidligere. Hvis man er syk er det svært vanskelig å få avløser, og det blir vanskelig å holde driften i gang. Det er så mange områder en bonde må håndtere i løpet av dagen / helhetlig så det blir nesten umulig med kun en avløser som kommer for å hjelpe til med dyrene i 7 ½ time per dag. Mye administrasjon etc. (Veterinær)*
- *Den eneste grunnen til at jeg klarte å reise inn for å få behandling var at jeg fikk hjelp av en kompis som stilte opp for meg sammen med sønnen min, som egentlig var litt for ung, og de tok hånd om all drift mens jeg var borte. Uten dem hadde jeg aldri klart det. De stilte opp i 3 mnd. Jeg var hjemme i helgene og kunne jobbe. Det er 1 ½ time til behandlingsstedet. Og jeg var ferdig til våronna. Måtte legge opp hele opplegget etter det bondelivet. Så vi fikk det til å fungere for meg. Jeg kunne reise frem og tilbake. Og behandleren visste hvordan det var å vokse opp på en gård. Flere av dem var veldig positive for meg. Og de visste at nå blir det press og det hadde forståelse for det (Bonde).*



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Sitater

- *Den lokale rusomsorgen fungerte ikke, familien dro dit for å snakke med dem, og jeg ble innkalt, men det var kun for å snakke. Jeg trodde selv at de skulle ta (rus)prøver og følge opp på andre måter. Det ble for enkelt å lyve, Og selv om jeg snakket mye sant var det også mye fornektelse – som jo ble en usannhet. Skulle selv ønske det var strengere (Bonde)*
- *Jeg fikk ikke noen annen hjelp der, det var frivillig å gå til samtale, og da jeg ikke ønsket hjelp lengre var det ingen som tok tak i det noe mer. Jeg skulle ønske at noen hadde tatt tak i det mer. Begynte så å få problemer med dyrene, noen kalver døde, og kyrne fikk jurbetennelse (Bonde)*
- *Det var tilslutt veterinæren som tok tak. Han hadde vært på besøk først en gang for jurbetennelse, så måtte jeg ringe en gang til. Etter at han hadde behandlet dyrene sa han til meg at jo nå må vi snakke om en annen ting, om hvordan du har det. Jeg ser at du ikke har det så bra, hvordan har du det egentlig. Jeg syntes det var godt å bli sett. (Bonde)*
- *Jeg måtte slite hardt for å få hjelp. Jeg har grått mange tårer, mange ganger. Har opplevd å bare blitt sendt hjem. Akkurat mitt har ikke passet inn noen plass, pluss at det har vært mange bekymringer. (Bonde)*
- *At en bonde sliter må avdekkes tidligere, da kan brukene antagelig reddes, ofte at det går for langt før det blir avdekket og at de får hjelp. Vi må tørre å spørre i større grad. Merker at jeg selv har blitt mer tøff med årene (kommunalt hjelpeapparat)*

# Komplekst svar på hvorfor få bønder har kontakt med det lokale hjelpeapparatet ved et misbruksproblem

- Et antall bønder drifter alene, og det er færre naboer i dag som kan se at ting ikke er i orden
- Hjelpeapparatet forteller om langt færre sosiale arenaer, lite offentlig kommunikasjon i distriktene
- Før var veterinærer mer regelmessig innom. Lite som avdekkes på korte besøk
- Nå flere kontrollfunksjoner som ikke oppleves som støtte (Landbrukskontor og Mattilsynet som har fått endret rolle) – å være sårbar blir skremmende
- Som for andre er det et stort steg å søke hjelp på egen hånd, noen må gjerne konfrontere bonden først – om hvordan det står til – egentlig – noe en rådgiver kan gjøre
- Avhengighet er forbundet med skam, og det kan være vanskelig på et lite sted – å sitte på et venterom - uten å vite hvem du plutselig møter
- De som trenger det mest, er sannsynligvis de som oppsøker andre eller hjelp minst



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Komplekst svar på hvorfor det er få bønder i behandling for avhengighetsproblematikk

- Et lengre behandlingsopphold vil bli veldig synlig for andre i bygda
- Uten noen som kan hjelpe til med den daglige driften er det ofte helt umulig å komme seg fra gårdsarbeidet – og det kan bli veldig dyrt for bonden
- Avløser-ordningen fungerer lite tilfredsstillende for mange i dag. Både i intervjuene og i de kvalitative svarene vises det tydelig at man er helt avhengig av hjelp fra naboer eller venner for å kunne få nødvendig hjelp
- Sykelønnsordningen fra NAV oppleves å fungere dårlig sett fra en bondes situasjon – ikke tilpasset gårdsdrift.
- Mange vil være avhengig av at de kan komme inn under riktig tid av sesongene, noe som kan tilpasses – men som kanskje ikke er så kjent



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Endringer i landbruket påvirker

- Offentlige instanser som kommunale Landbrukskontor har blitt fjernere fra bøndene i dag en de var tidligere. Det som før kunne være en viktig møteplass har blitt digitalisert i stor grad. Videre har Landbrukskontorene fått en annen, og mange opplever, kontrollerende rolle med for mange pålagte oppgaver av Statsforvalter.
- *Nå handler landbrukskontorene om effektivitet. Vi har blitt en kontrollinstans for tilskudd, og vi kan hjelpe til med søknader. Vi har fått langt mindre ressurser og Statsforvalteren har også fått langt mindre ressurser, og et annet fokus. Langt mer fokus på hva vi IKKE har ansvar for enn på hva vi faktisk har ansvar for (leder landbrukskontor)*
- *Er mer pessimistisk i forhold til å oppdage at ikke alt er på stell. Samtidig bøndene blir mer og mer profesjonelle. (...)*  
*(Alle driver større i dag. Før holdt vi til i samme bygg, og vi kunne stikke innom hverandre, mye mer åpenhet og oversikt) (veterinær)*
- *Landbrukskontoret visste ingen ting, eller skjønnte det, før jeg fortalte det selv (bonde).*
- Det at en del bønder står utenfor flere av fellesskapets institusjoner kan bidra til at de ikke får den hjelpen de skulle behøve. Spørsmålet er om det kan være hensiktsmessig å la andre instanser ha en litt mer aktiv rolle. Trenden i dag er at det går den andre veien.

**Viktige  
faktorer for å  
avdekke  
avhengighet  
hos bønder**





# Å nå ut til bønder

- Et behov for å skape sosiale arenaer som er lettere tilgjengelig: private / lokale / i regi av myndigheter. Forebygge ensomhet og isolasjon
- Mange opplever at kun å bli kontrollert negativt er skremmende, et ønske om et større fokus på støtte, enn kontrollfunksjoner
- Landbrukskontorene bør øke kontaktflatene med bøndene, det gir lavere terskel for å være sårbar (digitalt – ikke det samme)
- Fortsette å informere om psykisk helse og problematisk rusbruk, gjøre det mindre skambelagt
- Oppmuntre til årlige helsekontroller



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Hvordan man møtes / blir møtt er viktig

- De som har hatt problemer har satt stor pris på å bli konfrontert, det oppleves positivt at noen bryr seg
- At flere blir involvert når man selv sliter oppleves gjerne som en lettelse, og de som har blitt intervjuet har satt pris på et samarbeid mellom instansene
- Behov for flere møteplasser for sosiale og faglige samvær, som bidrar til at man ser hverandre
- Å møtes på et likeverdig nivå er en stor fordel



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Helhetlig hjelp

- En bonde som sliter vil med stor sannsynlighet trenge flere tiltak samtidig, både med helse og for å få løst praktiske oppgaver
- Viktig å kunne tilpasse behandling: timing mht drifta, arenafleksible tilbud
- Det er også viktig for pårørende å få hjelp
- NAVs håndtering av sykelønn må bedre tilpasses bøndernes situasjon, og man må få bedre tilgang til avløser-tjenester
- Landbrukskontorene foreslås en annen rolle enn i dag – mer inkluderende



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Prosjektgruppens arbeid fremover



# Prosjektgruppens fokus – nå og i tiden fremover

- Informasjonsspredning
- Podcast: Akans Ta Praten: [Hør vår podkast #TaPraten her | Akan.no](#)
- Innslag på Nrk Vestfold: [Ny forskning på rus og alkoholmisbruk blant bønder – NRK Vestfold og Telemark – Lokale nyheter, TV og radio](#)
- Økt samarbeidet med organisasjoner og frivillige lokallag / temakvelder
- Foredrag om rus- og avhengighetsproblematikk
- Tilpassing av websider
- Trykket opp brosjyre som skal distribueres i stort omfang
- Kursvirksomhet i Bondelaget for unge bønder på vei inn i yrket



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



# Oppsummering:

- Lite som avdekkes med korte og sjeldne besøk, å bry seg oppleves positivt
- Stor nytte i å øke de sosiale møteplassene – for bønder og for hjelpeapparat / instanser man kommer innom og spør om hvordan det står til
- Det krever helhetlig innsats, fra flere aktører – samarbeid, fleksibilitet og tilpasset behandling er nøkkelord
- Det er helt nødvendig med bedre tilgang til avløser når man er til behandling, dette fungerer ikke tilfredsstillende i dag
- NAV sine tjenester må bli bedre tilpasset bøndenes situasjon
- Avhengigheten går ofte for langt før det gjøres noe, det er vanskelig å be om hjelp på egen hånd – konsekvensene kan bli veldig store
- Mer fokus på støtte, ikke bare kontroll



Nasjonalt fagkompetansesenter  
for landbrukshelse



Takk for oppmerksomheten!

[www.ruralis.no](http://www.ruralis.no) – meld deg på vårt nyhetsbrev!

Følg oss på [Twitter](#) | [Facebook](#) | [LinkedIn](#) | [Instagram](#)