
Brobyggeren

AKTUELT I FORENINGEN

VILDE BAUGSTØ

vilde.baugsto@legeforeningen.no
Samfunnspolitisk avdeling

Når julefreden har senket seg over landet, vet Jon Helle at han har mye å være takknemlig for. Som psykiater møter han stadig pasienter som imponerer ham.



GLAD I LANGRENN: Fra huset på Byåsen i Trondheim har Jon Helle marka rett utenfor døra. Foto: Privat.

– Jula er en tid der folk blir rausere. Kanskje begraver vi noen stridsøkser og ser at vi har mye å være takknemlige for, sier Jon Helle.

Når lederen av Overlegeforeningen (Of) blir bedt om å snakke om jula og hva den betyr for ham, kan han ikke unngå å snakke om jobben som psykiater ved Tiller distriktpsikiatriske senter (DPS) ved St. Olavs hospital i Trondheim. Helle har valgt en løsning med 80 prosent frikjøp, slik at han fortsatt kan jobbe klinisk én dag i uka.

– Jobben i Trondheim jorder meg til det virkelige liv. Både i møtene med pasienter, men også i møte med kolleger som står i en krevende hverdag, sier han.

Imponeres av pasienter

Han vet godt at psykiatri er et område som får en del negativ oppmerksomhet i media, med fokus på manglende ressurser og dårlig samhandling med primærhelsetjenesten. For Helle er det derfor viktig å fremsnakke det som fungerer bra i psykiatrien.

– Jeg arbeider ved en veldig veldrevet DPS, med mange dyktige kolleger og god spesialistdekning. Vi har også i flere tiår hatt et tett og godt samarbeid med primærhelsetjenesten. I ny Nasjonal helse- og sykehusplan blir psykiatri og rus en egen satsing. Bent Høie har jo også lansert den gylne regel, nemlig at helseforetakene skal ha en sterkere vekst i psykiatri enn i somatikk. For meg ville det vært en stor julegave hvis den gylne regel hadde nærmet seg en realitet, sier han.

Også på et distriktpsikiatrisk senter kommer julestemningen i desember. I takt med at det blir mørkere ute, tennes flere lys inne. Det pyntes. Sykehusledelsen kommer med konfekt. Jon Helle mener at i jula blir det viktigere å varme opp noe i relasjonene. Kontrasten kan likevel være stor mellom pynting til jul og pasienter i psykiatrien som sliter.

– Jeg jobber med mennesker som har store utfordringer i sine liv, og jeg møter pasienter som imponerer meg. Selv om de kanskje har lite, så står de på og yter for at det skal bli best mulig for seg og sine. Det gjør meg ydmyk når jeg møter pasienter som på tross av gjentatte skudd for baugen gjennom livet, fortsatt står med rak rygg, sier han.

Teamleder

Helle har vært leder for Overlegeforeningen (Of) i syv år. Det har vært syv år med relasjonsbygging, lederskap og hard jobbing for å ivareta gode arbeidsforhold for leger landet over. Of-lederen er gjerne opptatt av å trekke frem alt arbeidet som gjøres av mange i det små, men som ikke nødvendigvis synes så godt.

– Mitt virke i Of har vært preget av å ha vært teamleder av et større fellesskap. Vi har fått til store felles prosjekter sammen, som viktige bidrag til Nasjonal helse- og sykehusplan, sykehusstreiken og seieren i Arbeidsretten. Jeg pleier å

si at som tillitsvalgt skal man bruke alt fra pinsett til slegge. Til vanlig bruker vi gjerne pinsett, men en gang i blant må man slå ned en påle med slegge. Streiken er et eksempel på en påle.

Jon Helle vet at han har ord på seg for å være av den diplomatiske typen. Og selv om han ikke er redd for å sette ned en påle når han må, så medgir han at det nok ikke er mange som har sett ham sint.

– Jeg prøver alltid å uttrykke meg mest mulig hensiktsmessig, selv når jeg er sint. Men det har hendt at andre har syntes at jeg sier ting på en mild og fin måte, og så kan jeg tenke «fatter dere ikke hvor irritert jeg er?», ler han.

Totalansvar for pasientene

Selv om en del vil mene at lederen for Overlegeforeningen ikke er av den veldig konfronterende typen, er det ikke tvil om at Of vet å sette seg i respekt, understreker Helle.

– Jeg mener det ligger en egen kraft i å se de lange linjene og å bygge relasjoner, tillit og gjensidig respekt over tid. Samtidig har det store fellesskapet i Overlegeforeningen svært mange ressurser som utfyller hverandre og bidrar til kvalitet på mange plan, sier han og legger til:

– Noe som kjennetegner overleger er opplevelsen av å ha et totalansvar for pasientene. Som overlege skal du ha en kombinasjon av kompetanse, ferdigheter, erfaring og trygghet, samtidig som du skal ha respekt for alt du ikke vet. Da viser du også en ydmykhet i rollen som lege, som jeg er tilhenger av. Men ydmykhet er ikke det samme som servilitet, passivitet eller underdanighet.

Ønsker seg fotoutstyr

Helle kan la seg irritere over hvordan noen bagatelliserer andres opplevelser. Som lege og ikke minst psykiater, mener han det er viktig å vise respekt for andre menneskers ståsted, verdier og livssyn. Selv beskriver han seg som en type som alltid har vært nysgjerrig i møte med andre mennesker.

– Men om det er derfor jeg valgte å bli psykiater, er vanskelig å si. Et sterkt minne jeg har fra ungdomstiden på 70-tallet, var sendingene i NRK med professor Nils Retterstøl, en av nestorene innenfor psykiatri i Norge. De TV-programmene appellerte veldig til meg, forteller han.

Julen feirer han sammen med kona gjennom 34 år og de tre sønnene i huset på Byåsen i Trondheim. Som regel pleier han å ønske seg fotoutstyr til jul. For selv om Jon Helle er glad i mennesker, er det noe eget med å kunne trekke ut på den ytterste holme med havgapet foran seg. Helt alene i naturen med et kamera og fotografere fuglelivet. Eller som han selv sier det:

– Av og til er det rett og slett deilig å ikke møte en kjeft.

Publisert: 10. desember 2018. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 22. juni 2026.