

---

## Leger kan føle seg som bedragere

---

### LEGELIVET

ERLEND HEM

erlend.hem@medisin.uio.no

Erlend Hem er instituttsjef ved LEFO – Legeforskningsinstituttet og professor ved Universitetet i Oslo.

---

### Mange leger tviler på egne prestasjoner, er overdrevet selvkritiske og frykter å bli avslørt.



Illustrasjonsfoto:  
Juanmonino/iStock

*Bedragerfenomenet* (engelsk: *imposter phenomenon*) ble først beskrevet i 1978 [\(1\)](#). Det omtales også som *bedragersyndromet*, men er ingen klinisk diagnose. Fenomenet er studert både i kliniske utvalg og i normalbefolkningen [\(2\)](#).

Mennesker som viser bedragerfenomenet skiller seg ikke fra andre hva gjelder kunnskaper, kompetanse eller prestasjoner, ifølge *Store norske leksikon* [\(2\)](#). Det defineres av deres opplevelser knyttet til suksess. De mener at heldige utfall skyldes ytre faktorer som flaks, mens egne ferdigheter og evner nedvurderes [\(2\)](#). «Jeg lurer på når mine medarbeidere oppdager at det er mindre hold i mitt arbeid enn de tror», er en vanlig opplevelse.

**«Jeg lurer på når mine medarbeidere oppdager at det er mindre hold i mitt arbeid enn de tror»**

I en oversiktsartikkel fra 2020, som omfattet 16 artikler, var andelen leger som rapporterte om bedragerfenomenet 23–47 %, noe vanligere blant kvinner (41–52 %) enn blant menn (24–48 %) [\(3\)](#). Ofte forekommer det sammen med symptomer på angst og depresjon og er forbundet med redusert jobbtilfredshet og utbrenthet [\(4, 5\)](#). De fleste studiene av dette i medisinen er gjort blant medisinstudenter [\(6\)](#).

Flere skalaer har vært brukt for å kartlegge fenomenet, blant annet Clance Impostor Phenomenon Scale og Perceived Fraudulence Scale (7).

---

## Effekt av veiledning?

Forskere i USA har nå undersøkt om profesjonell veiledning kan redusere forekomsten av utbrenthet og bedragerfenomenet. En randomisert kontrollert studie omfattet 101 kvinnelige leger i spesialisering ved universitetet i Colorado. De ble randomisert til seks måneders gruppebasert profesjonell veiledning på nett, mens kontrollgruppen fikk vanlig oppfølging. Resultatene viste at både emosjonell utmattelse (en dimensjon av utbrenthet) og bedragerfenomenet ble signifikant redusert i intervensjonsgruppen sammenlignet med kontrollgruppen (8).

Forfatterne mener at funnene er lovende, men påpeker at studien omfattet kun kvinner, ble gjennomført ved én institusjon og var ressurskrevende.

---

## REFERENCES

1. Clance PR, Imes SA. The imposter phenomenon in high achieving women: dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy (Chic)* 1978; 15: 241–7. [CrossRef]
2. Svartdal F. Bedragerfenomenet. I: Store norske leksikon. <https://snl.no/bedragerfenomenet> Lest 3.6.2022.
3. Thomas M, Bigatti S. Perfectionism, impostor phenomenon, and mental health in medicine: a literature review. *Int J Med Educ* 2020; 11: 201–13. [PubMed][CrossRef]
4. Bravata DM, Watts SA, Keefer AL et al. Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a systematic review. *J Gen Intern Med* 2020; 35: 1252–75. [PubMed][CrossRef]
5. Gottlieb M, Chung A, Battaglioli N et al. Impostor syndrome among physicians and physicians in training: A scoping review. *Med Educ* 2020; 54: 116–24. [PubMed][CrossRef]
6. Freeman J, Peisah C. Imposter syndrome in doctors beyond training: a narrative review. *Australas Psychiatry* 2022; 30: 49–54. [PubMed][CrossRef]
7. Mak KKL, Kleitman S, Abbott MJ. Impostor phenomenon measurement scales: a systematic review. *Front Psychol* 2019; 10: 671. [PubMed][CrossRef]
8. Fainstad T, Mann A, Suresh K et al. Effect of a novel online group-coaching program to reduce burnout in female resident physicians: a randomized clinical trial. *JAMA Netw Open* 2022; 5: e2210752. [PubMed][CrossRef]

---

Publisert: 5. september 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.0413  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 7. juli 2026.