
Rådgivningssamtaler kan bidra til utvidet forståelse av legerollen

LEGELIVET

KARIN ISAKSSON RØ

karin.ro@lefo.no

Karin Isaksson Rø er ph.d., spesialist i arbeidsmedisin, overlege ved Villa Sana og seniorforsker ved Legeforskningsinstituttet.

INGRID TAXT HORNE

Ingrid Taxt Horne er ph.d, psykiater og overlege ved Villa Sana, Modum Bad.

Med hjelp fra Villa Sana ble leger bevisst på sider ved den medisinske profesjonsrollen som hadde gjort selvivaretakelse vanskelig.

Siden 1998 har leger og medisinstudenter hatt mulighet til å delta i rådgivningssamtaler og kurs ved Villa Sana på Modum Bad. Tilbudet er finansiert av Sykehjelps- og pensjonsordningen for leger (1) og har som formål å styrke bevisstheten rundt legerollen, forebygge utbrenthet og fremme helse og livskvalitet.

Oppfølgingsstudier har tidligere vist bedring i jobbstress og utbrenthet et og tre år etter intervensjonen på Villa Sana (2–5). For å forstå hva som bidro til denne endringen, gjorde vi en kvalitativ studie (6). Tolv leger – åtte kvinner og fire menn – som nylig hadde deltatt i samtale eller kurs ved Villa Sana, ble intervjuet i 2018 og reintervjuet ett år senere. Deltakerne var 25–70 år, representerte ulike spesialiteter og kom fra ulike deler av landet.

I analysene benyttet vi teorier basert på arbeidet til organisasjonspsykolog Edgar Schein (1928–2023). Han beskrev hvordan profesjonskulturer kan preges av uskrevne regler som er så selvsagte og dypt integrerte at de fremstår som udiskutable. Slike regler er vanskelige å oppdage – og enda vanskeligere å endre. De kan imidlertid avdekkes ved å identifisere uoverensstemmelser mellom uttalte verdier og faktisk praksis, for eksempel knyttet til egenomsorg. Å bli bevisst slike forskjeller kan hjelpe den enkelte til å utfordre de uskrevne reglene og åpne for endringer i både vurderinger og atferd.

Vi analyserte intervjuene fra hver deltaker for å identifisere mulige sammenhenger mellom rapporterte endringer i praksis og endringer i forståelsen av profesjonsrollen. Deltakerne ga uttrykk for ny eller økt bevissthet om gapet mellom egne krevende jobb- og livssituasjoner og profesjonskulturens forventning om å håndtere dette uten støtte. Etter ett år uttrykte legene økt aksept for at profesjonsrollen også må romme menneskelige begrensninger, sykdom og egenverdi – uavhengig av prestasjon på jobb. Denne erkjennelsen åpnet mulighet for å påvirke egen arbeidssituasjon, søke nødvendig behandling og skape en mer bærekraftig hverdag.

Erfaringene fra leger som har oppsøkt Villa Sana, viser at det er behov for møteplasser der den medisinske profesjonsrollen kan diskuteres og utvikles i retning av større rom for ivaretagelse av legers helse- og arbeidssituasjon. Et eksempel er et pilotprosjekt i Vestre Viken med veiledningsgrupper for LIS-leger om selvivaretagelse i legerollen (7). Administrerende direktør i Vestre Viken Lisbeth Sommervoll sier: «Det handler om å ta vare på folkene våre, slik at de blir værende, og slik at de har lyst til å jobbe her gjennom et langt arbeidsliv.»

REFERENCES

1. Legeforeningen. Helse- og omsorgstilbud for alle leger og medisinstudenter. <https://legeforeningen.no/kollegastotte> Lest 5.6.2025.
2. Rø KE, Gude T, Aasland OG. Does a self-referral counselling program reach doctors in need of help? A comparison with the general Norwegian doctor workforce. *BMC Public Health* 2007; 7: 36. [PubMed][CrossRef]
3. Rø KE, Gude T, Tyssen R et al. Counselling for burnout in Norwegian doctors: one year cohort study. *BMJ* 2008; 337 (nov11 3): a2004. [PubMed][CrossRef]
4. Isaksson Ro KE, Tyssen R, Hoffart A et al. A three-year cohort study of the relationships between coping, job stress and burnout after a counselling intervention for help-seeking physicians. *BMC Public Health* 2010; 10: 213. [PubMed][CrossRef]
5. Isaksson Ro KE, Tyssen R, Gude T et al. Will sick leave after a counselling intervention prevent later burnout? A 3-year follow-up study of Norwegian doctors. *Scand J Public Health* 2012; 40: 278–85. [PubMed][CrossRef]
6. Horne IMT, Veggeland F, Bååthe F et al. How Peer Support Enables a More Sustainable Professional Medical Role: A Qualitative Study. *Prof Prof---* 2025; 15. doi: 10.7577/pp.5945. [CrossRef]
7. Ondrckova CØ. Pilotprosjekt tar legehelse inn i LIS-utdanningen. *Dagens medisin* 5.10.2023. <https://www.dagensmedisin.no/baerum-sykehus-drammen-sykehus-legeforeningen/pilotprosjekt-tar-legehelse-inn-i-lis-utdanningen/587694> Lest 9.6.2025.

Publisert: 15. september 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0517

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. juli 2026.