
Stor variasjon i hvorfor leger søker kollegastøtte

LEGELIVET

INGRID TAXT HORNE

Ingrid Taxt Horne er ph.d.-stipendiat ved Modum Bad.

KARIN ISAKSSON RØ

karin.ro@legeforeningen.no

Karin Isaksson Rø er seniorforsker ved Legeforskningsinstituttet– LEFO og rådgiver ved Ressurssenter Villa Sana.

For å gi leger relevant støtte trenger vi mer inngående kunnskap om hvilke problemstillinger som fører til at de søker støtte og hvilke forventninger de har til den hjelpen de får.



Villa Sana. Foto: Unni Tobiassen Lie

Siden 1990-tallet har Legeforeningen, ved Sykehjelps- og pensjonsordningen for leger (SOP), finansiert to lavterskel rådgivningstjenester tilgjengelige for alle leger, Støttekollegaordningen og Ressurssenter Villa Sana. Gjennom de siste årene har det vært en betydelig økning i antallet leger som søker støtte (1). Tidligere studier har vist at tilbudet ved Villa Sana oppleves nyttig, og at det blir en tydelig bedring i legenes situasjon etterpå (2). Men vi trenger mer kvalitativ kunnskap om hvorfor man søker hjelp og hva som er av betydning for bedring.

I forskningsprosjektet «Bra for legen – bra for pasienten» undersøker man hvordan leger opplever rådgivningstilbudene til Villa Sana og Støttekollegaordningen. Hvilke problemstillinger fører til at leger søker støtte? Hvilke forventninger har de til tjenestene? Hva var nyttig i etterkant av å ha benyttet tilbudene? Vi spurte legene ved hjelp av en kvalitativ forskningstilnærming.

Høsten 2018 ble 13 leger intervjuet i forbindelse med at de søkte hjelp på Villa Sana, mens de fortsatt hadde et ferskt blikk på sine opplevelser. I artikkelen «Why do doctors seek peer support? A qualitative interview study» [\(3\)](#) beskrives det brede spekteret av grunner som legene oppga for å søke seg til rådgivning. Vi har delt disse i tre kategorier: Bekymret – søker råd (A), Frykter å ikke mestre hverdagen lenger (B) og Leter etter en vei tilbake til, eller videre i, arbeidslivet (C).

«Det er stor variasjon i kontaktårsak til Villa Sana og i forventninger til hva tjenesten kan tilby»

Legene i kategori A søkte hjelp i en strevsom hverdag, med mye bekymringer både for arbeidssituasjonen og privatsituasjonen. De beskrev søvnproblemer, bekymringer for å gjøre feil eller usikkerhet på egen kompetanse. Legene i kategori B opplevde overbelastning med stress, utmattelse og/eller alvorlige konflikter. De uttrykte frykt for å ikke takle arbeidssituasjonen videre. Legene i kategori C var ikke i arbeid da de var på Villa Sana, enten grunnet sykmelding eller fordi de hadde falt ut av jobb. De beskrev å ha stått i stort arbeidspress samtidig som de over tid hadde prøvd å skjule eller «normalisere» alvorlige symptomer på diagnostisert psykisk eller somatisk sykdom, til det ikke gikk lenger.

De ulike grunnene til å søke rådgivning resulterte også i et stort spenn i forventninger til hva kontakten med Villa Sana kunne gi – fra et ønske om veiledning og råd, «redskaper» for å kunne møte situasjonen man sto i på en bedre måte, til et ønske om et supplement til behandling i helsevesenet, med råd om hvordan man skulle komme seg tilbake til arbeidslivet.

Ikke alle var klar over at de kollegiale rådgivningstjenestene ikke omfattet helsetjenester og kunne dermed også ha forventninger om medisinvurdering eller henvisning til terapi. I studien ble det tydelig at tidspunktet leger velger å kontakte rådgivningstjenesten på ser ut til å være mer styrt av tanker om tjenestens konfidensialitet, innstilling til eventuell sykmelding og opplevd terskel for å søke hjelp enn av hvor vanskelig legene faktisk har det i hverdagen.

Studien konkluderer med at det er stor variasjon i kontaktårsak til Villa Sana og i forventninger til hva tjenesten kan tilby.

Vi har også intervjuet de samme legene et år senere for å undersøke om og hvordan bruk av rådgivningstjenesten kan bidra til bærekraftige endringer i de krevende situasjonene legene står i. Disse funnene er oppsummert i en nylig innsendt artikkel, og vi vil komme tilbake med en diskusjon av resultatene i denne.

REFERENCES

1. Rosta J, Rø KI. Overlegenes arbeidsforhold og helse i perioden 2010-2019. Overlegen nr. 1/2021 <https://overlegen.digital/overlegen/overlegen-1-2021/overlegenes-arbeidsforhold-og-helse-i-perioden-2010-2019/> Lest 28.4.2022.
2. Rø KI. Emotional exhaustion and distress after a counselling intervention for physicians. A three-year prospective longitudinal cohort study. Modum: Modum Bad, 2010. <https://www.legeforeningen.no/contentassets/e941ae7f5e864eedb3b5fd6a09ae8562/avhandling-isaksson-ro-ke.pdf> Lest 28.4.2022.
3. Horne IMT, Veggeland F, Bååthe F et al. Why do doctors seek peer support? A qualitative interview study. BMJ Open 2021; 11: e048732. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 23. mai 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.0271
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. februar 2026.