

Kollegahjelpere

– en viktig ressurs!

I slutten av mai møttes NTFs kollegahjelpere til seminar. Over to dager ble det gitt faglig påfyll, erfaringer ble delt og det var gode diskusjoner om rollen som kollegahjelper og ordningen i seg selv.

 **CHRISTIAN P. FJELLSTAD, SPESIALRÅDGIVER – POLITIKK OG KOMMUNIKASJON, NTF**

NTFs kollegahjelp er en viktig hjelp for dem som selv er profesjonelle helsearbeidere. Det er mange utfordringer som kan gjøre livet i praksis vanskelig, det være seg for eksempel forhold, sykdom, faglig usikkerhet eller økonomiske problemer.

Kollegahjelperne synes det er givende å kunne dele erfaringer fra eget liv, og bidra til løsninger, men ser at det er ulike behov som oppstår i offentlig og privat sektor. I det offentlige er det kort vei til ordninger som verneombud og tillitsvalgte som kan bistå, mens for mang en tannlege i privat sektor er det ikke like mye av slike formelle strukturer. Likevel ser man en tendens til økning av antall større klinikkfellesskap der gode kollegaer trår til. Mange tannleger henter også støtte fra sine kullkamerater, men her har tannleger med utdanning fra utlandet en ulempe.

I utgangspunktet er NTFs kollegahjelp en likepersonsordning der tannlege møter tannlege. Men kollegahjelperne etterlyser også et behov for psykologer som kjenner utfordringene i helseprofesjonene generelt og tannlegeyrket spesielt. Det er også en balansegang opp mot når de juridiske aspektene gjør seg gjeldende og når NTFs eminente advokater skal trå til.

En ukjent ordning?

Noen kollegahjelpere melder at det er år hvor det ikke er noen som søker hjelp, mens andre år er et betydelig større antall. Særlig etter koronaperioden har antall henvendelser sunket.

En spør seg selv om hva dette skyldes. Er ordningen ikke godt nok kjent, og trengs det mer eksponering? Eller er det bare et tegn i tiden vi lever i? Eller frykter mulige brukere at deres utfordringer skal bli kjent for mange flere om man kontakter en kollegahjelper?

I utgangspunktet er det klart at det er en barriere for den enkelte å bryte når de spør om hjelp. Det er mye skam knyttet til

å ikke leve opp til sine egne ambisjoner, eller å ha kommet ut i et uføre en ikke ser veien ut av.

Kollegahjelperne merker seg særlig færre forespørsler fra yngre (25–40-åringene) og undres over at det ikke er flere kvinner som etterspør kollegahjelp. Generelt har det vært en nedgang de siste årene fra både menn og kvinner.

Det er viktig at alle som kan tenkes å ønske kollegahjelp vet at kollegahjelperne har skrevet under en taushetserklæring og vil behandle informasjon som tilkommer høyst konfidensielt.

Faglig påfyll

I tillegg til gode diskusjoner og viktig erfaringsutveksling ble det gitt tre gode foredrag og presentasjoner fra godt kvalifiserte innledere.

Den norske legeforening har en lignende ordning som NTFs kollegahjelp, og Shahram Shaygani (bilde 1), lege og psykiater, er støttekollega for mang en lege. Han foredro innsiktsfullt om hvordan støtte kollegaer med problematisk rusmiddelbruk og hvordan rusavhengighet kan forstås som sykdom.

Med seg på laget hadde han Anne Kristine Bergem (bilde 3), psykiater og fagrådgiver for Pårørendesenteret, som snakket om hvordan man kan støtte kollegaer i krise og være en god kollegahjelper.

Sist ut var Ingrid Taxt Horne (bilde 2), psykiater og hovedansvarlig for kurs for tannleger ved Villa Sana på Modum Bad. I hennes foredrag vektla hun aspekter som stress og utbrenthet, fortalte litt om stoda til norske tannleger og informerte om rådgivning og kurs som blir gitt på Villa Sana.

NTF takker varmt disse tre foredragsholderne, og ønsker dem gjerne velkommen tilbake.

