



## Når livet går på tverke

Sykdom, utbrenthet, angst og depresjoner. Pasientklager eller konflikt med kolleger. Dødsfall i familien eller blant nære venner. Skilsmisse. Misbruk av rusmidler. Listen over tilstander og situasjoner vi som mennesker kan møte er lang, og de fleste av oss fortrenger at dette er noe som kan hende oss. Likevel, det hender. Noen ganger blir livet så vanskelig at det også påvirker jobben – vi har behov for hjelp og et støtteapparat. Ofte holder det med familie og venner, noen ganger trenger vi profesjonell hjelp, men av og til kan det også være godt og nyttig å ha en kollega å snakke med og søke råd hos.

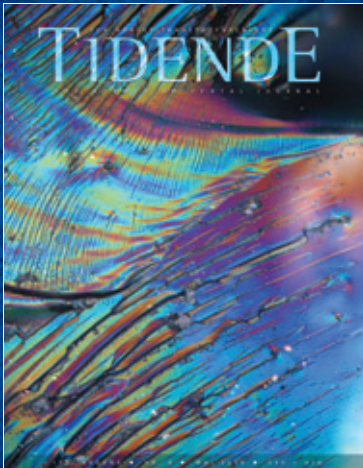
Arbeidet med å etablere en kollega-hjelpsordning i foreningen ble satt i gang etter at det var rapportert om tannleger som etter forskjellige typer problemer, hadde gått inn i dype depresjoner, som i noen tilfeller hadde endt med selvmord. Hensikten med ordningen, som kom i gang i 1998, er å hjelpe kolleger som har problemer, ut av uføret – ikke som terapeut, men gjennom samtaler, råd og veiledning. En kollega som ønsker bistand, kan selv ta kontakt, men kollegahjelperen kan også kontakte en kollega etter henvendelser fra andre som har registrert at vedkommende sliter. Ordningen er forankret i lokalforeningene, men kollegahjelperne skal ikke ha andre verv i foreningen, slik at de som trenger hjelp er sikret absolutt anonymitet. Det føres derfor ikke noen protokoller, og det lages ingen rapporter, men ordningen evalueres hvert år for at man skal få et summarisk inntrykk av hvordan den fungerer. Kollegahjelperne møtes dessuten

hvert annet år på et seminar for å utveksle erfaringer og kvalifisere seg for oppgaven.

Tilbakemeldingene viser at antall henvendelser har økt jevnt i de ti årene ordningen har fungert: I 2008 hadde de hatt kontakt med 50 personer, 28 kvinner og 22 menn, og de var blitt avvist i bare to tilfeller. Ikke uventet var det Oslo som dominerte statistikken, og selv om de enkelte tilfeller kunne ha innslag av flere problemområder, så utgjorde samarbeidsproblemer med andre kolleger over halvparten av tilfellene. Og konklusjonen har hvert år vært at kollegahjelperne fyller en svært viktig funksjon i foreningen som en uformell sikkerhetsventil for kolleger som ofte er i en ensom arbeidssituasjon.

Tidende bringer med jevne mellomrom både retningslinjene for kollegahjelpsordningen og en helside hvor kontaktpersoner i ordningen er listet opp (se side 388 og 389), fortrinnsvis til fra hver lokalforening. Opplysningene ligger også på foreningens nettsted. Dersom det føles for «nært» å kontakte en kollegahjelper fra egen lokalforening, kan man kontakte en fra en annen forening. Det er dessuten mulig å få dagsopphold med hjelp og veiledning ved Ressurscenteret Villa Sana ved Modum Bad, som gir tilbud til leger, sykepleiere og tannleger som sliter med problemer i arbeidsliv, samliv eller fritid.

*Gudrun Sangnes*



Bruddspor i keramisk krone i polarisert lys.  
Foto: Marit Øilo. Design: Mike Mills.

Ansvarlig redaktør:  
Gudrun Sangnes

Redaktør:  
Ellen Beate Dyvi

Redaksjonssekretær:  
Kristin Aksnes

Redaksjonskomité:  
Jon E. Dahl  
Anders Godberg  
Malin Jonsson

ABONNEMENT  
Abonnementspris for ikke medlemmer  
og andre abonnenter kr 1350,-  
Bestilles i NTFs sekretariat.

ANNONSER  
Henv. markedsrådgiver Eirik Andreassen,  
NTFs sekretariat  
E-post: eirik.andreassen@tannlegeforeningen.no

TELEFON OG ADRESSE  
Frederik Stangs gate 20,  
postboks 3063 Elisenberg, 0207 Oslo  
Tlf. 22 54 74 00, faks 22 55 11 09  
E-post: tidende@tannlegeforeningen.no  
http://www.tannlegetidende.no

UTGIVER  
Den norske tannlegeforening,  
www.tannlegeforeningen.no  
E-post: tannlegeforeningen@  
tannlegeforeningen.no

ISSN 0029-2303  
Opplag: 5 700  
15 nummer per år  
Parallellpublisering og trykk: 07 Gruppen AS  
Grafisk design: Mike Mills

Fagpressens redaktørplakat ligger til grunn for utgivelsen. Alt som publiseres representerer forfatterens synspunkter. Disse samsvarer ikke nødvendigvis med redaksjonens eller Den norske tannlegeforenings offisielle synspunkter med mindre dette kommer særskilt til uttrykk.