

Refleksjon ved årets slutt

The times they are a-changin' snurrer rundt på plate-spilleren. Tekstene til Dylan inspirerer alltid til ettertanke. *And you better start swimmin'. Or you'll sink like a stone*, fortsetter Dylan. Og har rett. I en foranderlig verden er evne og vilje til endring en helt nødvendig egenskap. Oppfinnsomme hoder har omskrevet det kjente Darwinsitatet til «Survival of the most adaptable». Kanskje er det sånn at det er dem som klarer å endre seg og omstille seg, som klarer seg best.

Innovasjon, kreativitet og nytenkning. Vi har mange ord for endring. Endring kan være etterlenget, men endring kan også være påtvunget. Vårt felt – tannhelsefeltet – er i en rivende utvikling. Vi har utviklet oss fra å trekke ødelagte tenner til å være munnhelsearbeidere som ser hele mennesket. Vi har mange muligheter, og det følger også med krav og begrensninger.

De fleste av oss arbeider hver dag for å gjøre en god jobb, enten det er i direkte pasientmøter eller det er i politisk påvirkningsarbeid, og vi forsøker etter beste evne å følge med i tiden.

Å være tannlege er et krevende arbeid. Mange har investert store verdier i klinikker og utstyr, og mange er ledere med personalansvar. Yrket er relasjonsintensivt med mange menneskemøter hver dag. Ledelse er utfordrende, omsorg for andre mennesker er meningsfullt, og slitsomt, og gjennom de siste årene har mange kolleger også kjent på økonomisk usikkerhet.

Tannleger har, i likhet med våre naboer i Legenes hus, høyere risiko for utbrenthet og egne helseplager nå enn tidligere – selv om de fleste trives på jobb. Høyt arbeidspress, store krav både i arbeids- og privatlivet og utfordringer med å skille mellom disse delene, bidrar til denne økte risikoen. Kollegene kjenner belastningene tidligere i livet enn før.

NTF arbeider hele tiden for at tannleger skal ha gode arbeidsvilkår. Det skal vi fortsette med. Vår forening har tillitsvalgte, UTV og kollegahjelpere som er tilgjengelige for medlemmer som har behov for råd og støtte.



Foto: Kristin Aknes.

Mitt ønske for julen er at dere alle får gode opplevelser og mulighet for fellesskap og påfyll. For noen vil det være sammen med familien. For dem som måtte ønske det, finnes det arrangementer i regi av frivilligheten. Ingen trenger å sitte alene. For dem som gruer seg til jul, er det en trøst at den går over. Det går an å ligge på sofaen og se en film også.

Fallhøyden er stor for mennesker med høy utdanning og høy inntekt. Av og til kan redselen for hva andre vil tro og mene være en hindring for å be om hjelp i en vanskelig livssituasjon eller krevende periode. Men for at hjelpetilbudene skal være til nytte, må noen vite hvordan du har det. Og for å si det litt sleivete, telepati er overdrevet som kommunikasjonsform. Det er du som må si fra hvis du vil at noen skal vite hvordan du har det.

Og vi har alle et ansvar for å være medmennesker og kolleger som det er OK å si ifra til.

«Intet menneske er en øy», skrev den britiske presten John Donne i 1624, og mente med det at vi mennesker hører uløselig sammen. Vi trenger hverandre. Det er i fellesskapet vi kan finne styrke til å tåle endringer og til å komme oss igjennom vanskelige perioder av livet. Vi er mange som har kjent og kjenner på utfordringer i livet, enten det er knyttet til egen helse eller utfordringer i familie eller blant nære venner.

I skrivende stund går det mot jul. Julen er en høytid hvor det fine blir bedre, men også det vonde verre. Opplevelser, følelser og kontraster forsterkes.

Mitt ønske for julen er at dere alle får gode opplevelser og mulighet for fellesskap og påfyll. For noen vil det være sammen med familien. For dem som måtte ønske det, finnes det arrangementer i regi av frivilligheten. Ingen trenger å sitte alene. For dem som gruer seg til jul, er det en trøst at den går over. Det går an å ligge på sofaen og se en film også.

Selv skal jeg feire jul med min nærmeste familie. De er mitt nettverk, mine rådgivere, mine uforbeholdne støttespillere og min største glede. Jeg vet at jeg er heldig. Jeg finner styrke i mitt fellesskap med dem, i tillegg til det gode fellesskapet jeg har med mine nære kolleger og medarbeidere.

Jeg ønsker dere alle en riktig god jul og ser fram til et 2023 med forandring og fellesskap.