

# Hva sier? studentene

Fra student til tannlege:

## Tips fra de som har gått veien før oss

Overgangen fra student til tannlege er en spennende, men krevende reise.

OLINE KIHLMAN OG THEA BJØRKHAUGEN BJØRNESTAD, STYREMDLEMMER I NTF STUDENT

Fra pensumbøker til pasientstoler skal man plutselig omsette teori til praksis. Det innebærer ikke bare å mestre faget, men også å navigere i en hverdag full av nye utfordringer, krav og overraskelser. Vi har snakket med ferdigutdannede tannleger for å finne ut hva de skulle ønske de visste før de begynte i yrkeslivet, hva som har overrasket dem, og hva de vil råde sisteårsstudenter til å gjøre før de går ut i arbeidslivet.

– Hva skulle du ønske du visste da du var student før du skulle ut i jobb?

En ting som går igjen, er hvor mye kommunikasjon spiller inn i yrket. Det handler ikke bare om teknisk tannbehandling, men om å forklare, veilede og bygge tillit hos pasienter. Dette er en ferdighet som mange skulle ønske de hadde mer fokus på under studiene. Flere trekker også frem hvor viktig det er å kunne det administrative – spesielt HELFO.

– Er det noe som overrasket deg med arbeidslivet?

Flere tannleger er blitt overrasket over hvor fysisk og psykisk krevende yrket er. Nakke og rygg får virkelig kjørt seg, og tidspresset i arbeidslivet kan være overveldende. Noen nevner også hvor utfordrende det er å møte pasienter med store behandlingsbehov, eller å håndtere usikkerheten som kan oppstå når man møter utfordrende kasus. Arbeidshverdagen stiller krav til mer enn faglig dyktighet – man må også balansere sitt eget stressnivå og ta vare på helsen.

– Hva er det mest utfordrende det første året?

Det første året som tannlege er for mange preget av usikkerhet. Mange kjenner på frykten for å gjøre feil, og det kan være vanskelig å stole på egne diagnoser og behandlingsplaner. Samtidig må man venne seg til en mer hektisk hverdag enn man har som student, hvor tiden til hver pasient er mye

knappere. Likevel er dette året en viktig fase for læring, og mengdetrening gir raskt mestringsfølelse.

– Hva ville du gjort annerledes hvis du skulle starte ditt første arbeidsår på nytt?

Når det gjelder hva de ville gjort annerledes, peker flere på viktigheten av å stole mer på seg selv fra starten. Mange skulle ønske de hadde utfordret seg selv mer, som for eksempel å søke jobb i distriktene, der man ofte får en bredere erfaring. Noen angrer på at de ikke begynte i offentlig sektor, mens andre fremhever viktigheten av å finne en arbeidsplass med gode kolleger og støtteordninger.

– Tips til oss som går siste året?

Avslutningsvis er rådene til dagens studenter klare. Det er viktig å være nysgjerrig og villig til å lære, og man må ikke være redd for å stille spørsmål – selv når man har begynt å jobbe. Å ta vare på seg selv er også avgjørende: Gode rutiner for mat, søvn og bevegelse kan være forskjellen mellom en god og dårlig arbeidsdag. Dessuten gjelder det å nyte den siste tiden som student. Selv om arbeidslivet er givende, kommer det raskere enn man tror, og den unike friheten man har som student er viktig å verdsette. Så nyt studietiden, vær forberedt på utfordringer, og husk at du ikke trenger å mestre alt med én gang – det kommer med tiden.

Med disse innspillene blir det tydelig at tannlegeryrket er langt mer enn tekniske ferdigheter. Det krever en god og balansert kombinasjon av faglig kunnskap, personlig utvikling og evnen til å håndtere en variert og krevende arbeidshverdag.

Vi er klare til å ta fatt på denne spennende reisen og ser frem til å bli en del av et fellesskap som både utfordrer og inspirerer!