
Sjakk, allmennpraksis og forbedring

LEGELIVET

ALEXANDER WAHL

alexanderwahl32@gmail.com

Alexander Wahl (f. 1963) er veileder og spesialist i allmennmedisin og arbeider ved Kurbadet legesenter. Han er også redaktør for primærhelsetjenesten i Helsebiblioteket.

Det er moro med vår unike Magnus Carlsen, det er moro med sjakk og vår nye juniorverdensmester Aryan Tari. Magnus og Aryan har inspirert mange nordmenn til å finne frem brikkene igjen. Man setter av tid, man setter seg ned, man gjør et trekk. Og trekket åpner for mange refleksjoner.



Foto: Privat

Som i allmennpraksis lønner det seg å ha breddekompetanse, det vil si strategisk kunnskap om åpninger, mellomspill og sluttspill. I åpningsfasen må man straks ta hensyn til hva motspilleren gjør, man må vurdere hva den andre tenker på, man gjør seg hypoteser, man forfølger tankerekker og revurderer tankerekker, og så må man forlate hypotesen for en stund for å utforske en annen eventualitet.

Kanskje zoomer man ut for å se på det totale bildet man har foran seg. Hva er viktigst her? I tiltaksfasen må man bestemme seg, gjøre et trekk. Selv om man er usikker, man må satse. Hvis ikke faller man bakover i grublerier og taper på tid.

Så skrider partiet fremover, og uansett hvor mye man har tenkt, kommer likevel overraskelsene som man ikke har tenkt på. Så da må man improvisere og reorientere seg. Ligner ikke det litt på allmennpraksis?

Det er alltid moro å lære noe nytt, det er moro å måle mentale muskler med et internasjonalt sjakksamfunn der ute på internett hvor over 18 millioner har meldt seg på chess.com. Det står en motstander klar til å møte deg når som helst med samme rating, + - 200. Etter endt dyst kan man få en sjakkcomputer til å analysere trekkene dine. Hvert trekk blir vurdert som *bra, unøyaktig, feil* eller supertabben som heter *BUKK*.

Det finnes selvfølgelig mange farer med sjakkspill – kontinuerlige skuffelser over seg selv, økende spenningshodepine eller en utålmodig ektefelle som forteller at nå må det være nok. Men én ting har sjakkcomputeren lært meg, og det er ydmykhet. Som seierherre føler man seg ganske genial, men computeren viser nådeløst alle unøyaktigheter og feil jeg har utført. Så jeg må leve med mine feil og min begrensede kapasitet. Jeg vil aldri nå Magnus til anklene.

Konsultasjonen mellom lege og pasient kan være enkel, men noen ganger uhyre komplisert. Og selvfølgelig er ikke samtalen mellom lege og pasient et sjakkspill. Men også der trår jeg feil, jeg kan alltid bli bedre. Jeg er glad jeg ikke blir overvåket av en computer som påpeker alle mine svakheter som lege, men det kan være interessant med en tilbakemelding fra en god kollega som kommer på praksisbesøk.

I veiledningsgruppen under spesialisering i allmennmedisin kan vi prøve oss i rollespill og i videoopptak av konsultasjoner. Egenforbedring er en prosess som avhenger av passe kritisk selvevaluering og tilbakemeldinger fra kolleger og pasienter. Klokt doserte tilbakemeldinger kan forbedre oss, selv om det svir litt. Det må vi bare tåle.

Ha en god dag på jobben, og pass på – du står i sjakk forresten.

Publisert: 5. mars 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.17.0941

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 5. juli 2026.