

---

## OBS! Spenningsfare

---

LEDER

TUVA STRANGER MJØNES

tuvastranger@gmail.com

Tuva Stranger Mjønes er medisinstudent og redaktør for *Æsculap*.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

---

### **Jeg, og mine venner med meg, vil ikke jobbe oss i hjel. Er helsevesenet klart for den nye generasjonen leger?**

I studien av Fimland og medarbeidere som nå publiseres i *Tidsskriftet*, forteller medisinstudenter om en diskrepans mellom hva de selv synes er viktig og hva som forventes av dem på arbeidsplassen (1). Fokusgruppeintervjuene tyder på at medisinstudenters motivasjon og behov for å være flinke gjør at de lettere aksepterer vanskelige arbeidsvilkår.

At intervjuobjektene i studien er bekymra for at de i fremtiden vil komme til å gå på akkord med egne behov, bør vekke uro. Siden det fortsatt er veldig mange søkere per plass på medisinstudiet hvert år (2), er det kanskje vanskelig for deg som leser dette (og politikkerne!) å se problemet. Vi som søker, har en indre motivasjon som ennå ikke har blitt nevneverdig påvirket av ugunstige arbeidstider og forventninger til oss på fremtidige arbeidsplasser. Unge leger er dessuten konfliktskye og ødelegger kanskje litt for seg selv (3): Det å konkurrere om stillinger samtidig som det eksisterer en produksjonsforventning fra arbeidsgiver, gjør det vanskeligere å løfte frem misnøye dersom det oppstår.

Selv om studien til Fimland og medarbeidere er liten, kan det virke som om den dessverre beskriver en virkelighet som mange kan kjenne seg igjen i, og som ikke er ny. I 2016, under legestreiken, kunne man lese i *Dagens Medisin* at tilsvarende bekymringer var vanlige blant medisinstudenter (4). Legestreiken oppstod på grunn av uenighet om reguleringen av legers arbeidsplaner mellom arbeidsgiverorganisasjonen *Spekter* og fagforeningen *Akademikerne* (1). Tilliten var svekket bilateralt, og streiken endte i tvungen lønnsnemnd (5).

*«Vi lar samfunnet tro at det er greit å jobbe for lenge, for ofte og under press»*

Der det i mange yrker er vanlig å «stemple» seg inn og ut når man jobber overtid, forteller studien fra Universitetet i Bergen om en selvforsterkende ond sirkel blant arbeidstakere i helsevesenet. Man skriver ikke overtid, fordi ansvarsfølelsen overfor legen som skal ta over og arbeidet som må gjøres, er så stor (6). Samvittigheten og ønsket om å unngå konflikt blir viktigere enn de verdiene og holdningene man hadde med seg inn i arbeidet i utgangspunktet. Det er synd at det skal være slik i et yrke som handler så mye om empati og om å se andres behov. Vi som fremtidige leger skal være gode til å se hva pasientene trenger, forstå vanskelige livssituasjoner og respektere disse. Den samme omsorgen må også gjelde oss selv.

Ved å ha for høye forventninger til arbeidstempo og overtid, «skyter vi oss selv i leggen», som en av intervjudeltakerne uttrykte det (1). Jeg er ingen økonom, men hvis jeg var det, ville jeg ikke klart å gjette meg til at man egentlig trenger flere leger dersom legene hele tiden strekker seg. Da lar vi samfunnet tro at det er greit å jobbe for lenge, for ofte og under press – vi lar dem tro at de fem eller ti ekstra timene ikke finnes. Da får vi ikke flere kollegaer, og tidspresset vedvarer.

Spenningen mellom indre motivasjon og ytre premisser kan forklares av motivasjonsteorien som kalles selvbestemmelsesteori (*self-determination theory*, SDT) (1). Teorien beskriver hvordan kognitiv dissonans og et psykologisk ubehag oppstår når egne verdier og holdninger kommer i konflikt med omgivelsene. I 2017 utførte Yngre legers forening en spørreundersøkelse blant sine medlemmer der det kom frem at én av ti har sovnet ufrivillig på vakt, og at fire av ti ikke får nok tid til å hvile mellom vakter og ikke føler seg uthvilt når de skal tilbake på jobb (7). Én av fem yngre leger jobber mer enn 60 timer i uka. Dét er en god oppskrift på kognitiv dissonans, spør du meg.

### **«Én av fem yngre leger jobber mer enn 60 timer i uka. Dét er en god oppskrift på kognitiv dissonans»**

Uroen blant medisinstudentene er et viktig signal om at noe må gjøres.

Arbeidslivskomiteen i Norsk medisinstudentforening har lenge arbeidet for en forbedring av arbeidskulturen i helseinstitusjoner. Blant annet gjennomførte man kampanjen #kollektivtvern, som omhandlet uryddige ansettelsesprosesser (8). Er dagens medisinstudenter, som vil ta vare på seg selv i tillegg til andre, klare for arbeidsmarkedet som venter? Svaret er sikkert, som det ofte er, litt ja og litt nei. Ja, fordi den indre motivasjonen til å hjelpe mennesker og lysten til å jobbe i et interessant fagfelt er minst like stor som før blant studentene. Nei, fordi det finnes så altfor mange gamle vaner som er vonde å vende.

Vi må tørre å være uenige med hverandre, uavhengig av pondus og åringer. Jeg skal tørre å si fra om hvor grensene mine går, og håper du som lytter, hører meg. Og jeg skal ta vare på meg selv, så jeg kan ta vare på andre.

---

## LITTERATUR

1. Fimland SK, Kjenås AS, Rø KI et al. Medisinstudenters holdninger og forventninger til fremtidige arbeidsvilkår. Tidsskr Nor Legeforen 2019; 139. doi: 10.4045/tidsskr.19.0185. [CrossRef]

2. Samordna opptak. Opptakstall fordelt på utdanningsområde og type i hovedopptaket 2018–2019. <https://rapport-dv.uhad.no/t/SO-datavarehus/views/Opptakstallfordeltputdanningsomrdeogtypeihovedopptaket2018-2019/Opptakstallfordeltputdanningsomrdeogtypeihovedopptaket?:iid=1&:isGuestRedirectFromVizportal=y&:embed=y> Lest 15.10.2019.
3. Limb M. Junior doctors hesitate to speak up over unprofessional behaviour, study finds. *BMJ* 2017; 357: j2720. [PubMed][CrossRef]
4. Baugstø VS. Frykter for fremtiden som leger på sykehus. *Dagens Medisin* 1.12.2016. <https://www.dagensmedisin.no/artikler/2016/12/01/frykter-for-fremtiden-som-leger-pa-sykehus/> Lest 15.10.2019.
5. Moe L. Streiken er over. *Dagens Medisin* 11.10.2016. <https://www.dagensmedisin.no/artikler/2016/10/11/Streiken-er-over/> Lest 15.10.2019.
6. Mjåset C. Hva taper vi på å ikke skrive overtid? *Yngre Leger* 18.3.2019. [https://yngreleger.no/artikkel/hva-taper-vi-p%C3%A5-ikke-%C3%A5-skrive-overtid?fbclid=IwAR3eCKsY2tCp8e\\_j3sfeVhlHyAnYGcxYVfQ1pp6fy\\_NeyaTwkS9nXI1cN4k](https://yngreleger.no/artikkel/hva-taper-vi-p%C3%A5-ikke-%C3%A5-skrive-overtid?fbclid=IwAR3eCKsY2tCp8e_j3sfeVhlHyAnYGcxYVfQ1pp6fy_NeyaTwkS9nXI1cN4k) Lest 15.10.2019.
7. Nilsen L. Yngre leger jobber mer enn 60 timer i uka. *Dagens Medisin* 3.12.2017. <https://www.dagensmedisin.no/artikler/2017/12/03/droyt-en-av-fem-yngre-leger-jobber-mer-enn-60-timer-i-uka/> Lest 15.10.2019.
8. Selli AL. Vi vil ha arbeidsgivere som tar oss alvorlig. *Dagens Medisin* 18.5.2018. <https://www.dagensmedisin.no/artikler/2018/05/18/vi-vil-ha-arbeidsgivere-som-tar-oss-alvorlig/> Lest 15.10.2019.

---

Publisert: 18. november 2019. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0617

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 12. juli 2026.