
Jobbtilfredshet og selvmordstanker hos leger

LEGALIVET

ELIN ANITA FADUM

elin.anita.fadum@lefo.no

Elin Anita Fadum er forsker i Legeforskningsinstituttet.

ØIVIND EKEBERG

Øivind Ekeberg er professor emeritus, tidligere overlege i psykiatri og har arbeidet med selvmordsatferd klinisk og forskningsmessig i 35 år.

Leger som rapporterte selvmordstanker, hadde lavere jobbtilfredshet i opptil tjue år tilbake i tid, viser en ny studie fra Legeforskningsinstituttet.

Selvmordstanker er relativt vanlig hos leger ([1](#), [2](#)). De siste årene har jobbtilfredsheten blant norske leger falt, mens arbeidsbelastningen har økt ([3](#), [4](#)). Likevel vet vi lite om hvordan arbeidslivet oppleves for leger som lever med selvmordstanker.

Legeforskningsinstituttet har i mange år fulgt et stort, landsrepresentativt utvalg av norske leger (Legepanelet), med jevnlig spørreundersøkelser om helse, levekår og arbeidsforhold. I en ny studie har vi undersøkt yrkesaktive leger som rapporterte om selvmordstanker og studert deres jobbtilfredshet bakover i tid ([5](#)).

Vi brukte Warrs jobbtilfredshetsskala (JSS) i perioden 2002–21, Maslach Burnout Inventory (MBI) i 2019 og 2021 og Paykels spørreskjema for selvmordstanker i 2021. I analysene inngikk 1 470 leger som deltok i Legepanelet i 2021.

Har du behov for å snakke med noen etter å ha lest denne saken?

Dersom det er akutt selvmordsfare, ring 113. Ring legevakt på

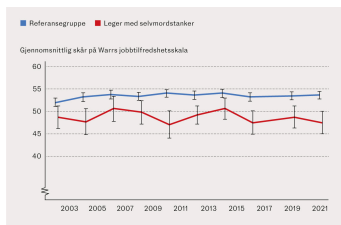
tlf. 116117 for øyeblikkelig hjelp. Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging har en nettside der du finner en oversikt, tilpasset dine behov, over hvor du kan ringe hvis situasjonen er mindre akutt: Nssfinfo.no. På din kommunes nettsider kan du se hvilke andre lavterskeltilbud som er tilgjengelige der du bor.

Hva fant vi?

Leger med selvmordstanker rapporterte lavere jobbtilfredshet og høyere grad av emosjonell utmattelse og depersonalisering enn leger uten slike tanker. Blant dem som hadde planlagt eller forsøkt selvmord, var jobbtilfredsheten lavest. Likevel var det få som oppga arbeidsforhold som hovedårsak til selvmordsforsøkene.

«Leger med selvmordstanker rapporterte lavere jobbtilfredshet og høyere grad av emosjonell utmattelse og depersonalisering enn leger uten slike tanker»

Resultatene viste også at leger som hadde selvmordstanker i 2021, konsekvent skåret nesten fem poeng lavere på jobbtilfredshet i samtlige undersøkelser tilbake til 2002 (figur 1). I justerte multivariate analyser var lav jobbtilfredshet en selvstendig prediktor for selvmordstanker, sammen med emosjonell utmattelse, redusert mestringfølelse og tidligere selvmordstanker. Nære relasjoner viste seg å ha en beskyttende effekt.



Figur 1 Jobbtilfredshet blant leger født i perioden 1953–73, med og uten selvmordstanker i 2021 ($N = 516$).

«Støttende kolleger og nære relasjoner kan bidra til å dempe både psykisk smerte og belastningen fra en krevende arbeidshverdag»

Hva betyr resultatene?

Sammenhengen mellom arbeidssituasjon og psykisk helse er sammensatt. Støttende kolleger og nære relasjoner kan bidra til å dempe både psykisk smerte og belastningen fra en krevende arbeidshverdag.

Jobbens betydning for selvmordstanker varierer trolig gjennom livet, i samspill med andre faktorer som påvirker psykisk og fysisk helse, familieliv og annen psykososial støtte. Derfor er det tankevekkende at forskjellene i jobbtilfredshet mellom leger med og uten selvmordstanker var så stabile over tid. Legene som rapporterte selvmordstanker, var gjennomgående mindre tilfredse med jobben allerede tidlig i karrieren. Dette kan tyde på at forebyggende tiltak bør settes inn tidlig og rettes mot unge leger, slik at negative tankemønstre kan brytes før de fester seg. Forebygging av selvmord blant leger bør ikke utformes som akutt kriseintervensjon alene, men inngå i et langsiktig og helhetlig arbeid for å styrke psykososial støtte, bygge gode relasjoner og utvikle et trygt og støttende arbeidsmiljø.

REFERENCES

1. Hem E, Grønvold NT, Aasland OG et al. The prevalence of suicidal ideation and suicidal attempts among Norwegian physicians. Results from a cross-sectional survey of a nationwide sample. *Eur Psychiatry* 2000; 15: 183–9. [PubMed][CrossRef]
2. Rosta J, Aasland OG. Changes in the lifetime prevalence of suicidal feelings and thoughts among Norwegian doctors from 2000 to 2010: a longitudinal study based on national samples. *BMC Psychiatry* 2013; 13: 322. [PubMed][CrossRef]
3. Rosta J, Bååthe F, Aasland OG et al. Changes in work stress among doctors in Norway from 2010 to 2019: a study based on repeated surveys. *BMJ Open* 2020; 10: e037474. [PubMed][CrossRef]
4. Rosta J, Aasland OG, Nylenna M. Changes in job satisfaction among doctors in Norway from 2010 to 2017: a study based on repeated surveys. *BMJ Open* 2019; 9: e027891. [PubMed][CrossRef]
5. Fadum EA, Ekeberg Ø, Hem E. Job satisfaction in doctors with suicidal ideation: a national longitudinal panel study 2002-2021. *BMC Psychiatry* 2025; 25: 666. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 8. september 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0483
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 7. juli 2026.