

## Fersk i faget

Ingvild Sagberg  
forsker og skribent  
ingvild.sagberg@icloud.com

Nyutdannede psykologer møter arbeidslivet med optimisme og ansvarsfølelse. Men det er utfordrende å finne sin plass i et tverrfaglig arbeidsmiljø.



MØTET MED ARBEIDSLIVET blir ofte omtalt som et «virkelighetssjokk». Den nyutdannede skal etablere en profesjonell identitet i et nytt arbeidsmiljø – men hvordan? For at ferske psykologer skal få en god start på arbeidslivet, er det viktig å forstå hva som fremmer og hemmer mestring av overgangen fra studier til arbeid.

Nyutdannede psykologer har forberedt seg gjennom en lang utdanning, med praksiserfaring. De er likevel i en spesiell situasjon fordi de fra starten av skal jobbe mye selvstendig og alene med klienter, samtidig som de er del av en større organisasjon og et kollegafellesskap. I jobben kommer de tett på andre mennesker og deres lidelser. I doktorgradsarbeidet mitt utforsket jeg hvordan nyutdannede psykologer mestrer overgangen til og den første tiden i jobb.

## Mestring og frustrasjon

Jeg gjennomførte en intervjustudie med nyutdannede psykologer: 22 deltagere fra to ulike kull med studenter fra to universiteter. Erfaringene til de nyutdannede psykologene viste seg tvetydige og motsetningsfylte. Psykologene var i en fase der de testet ut en ny identitet som selvstendig profesjonsutøver – og det gikk litt opp og ned med mestringsfølelsen. Funnene i undersøkelsen gir imidlertid inntrykk av at psykologene gikk ut i arbeidslivet med nesten overraskende mye mestring,

ansvarsfølelse og optimisme. For eksempel opplevde de å få god kontakt med klientene. Det var neppe snakk om noe virkelighetssjokk for disse ferske psykologene. Samtidig møtte de utfordringer som det kan være vanskelig å forberede seg på gjennom utdanningen, og som kan ha negative virkninger på lengre sikt.

Mange av de jeg snakket med, fortalte at de ble frustrerte av systemet. Flere oppga at det var vanskelig å forstå hvordan systemet i og rundt organisasjonen fungerte, og å operere innenfor det på en faglig forsvarlig måte. Det kunne være vanskelig å finne ut hvor grensene for ens egen rolle skulle gå, for eksempel overfor leger og miljøpersonell på egen arbeidsplass eller ansatte i andre etater som hadde med klientene å gjøre. Det virket krevende å forholde seg til et tverrfaglig arbeidsmiljø, der kollegaer fra ulike profesjoner hadde ulike tilnærminger til arbeidet. Frustrasjonen så videre ut til å øke i løpet av den første tiden, og i økende grad tilskrives systemet framfor deres egen uerfarenhet som nyutdannede. De nyutdannede psykologene tok likevel hele veien selv stort ansvar for å håndtere utfordringene de møtte.

Ikke bare det som foregikk i selve organisasjonen, men også livet rundt jobben og egen helse og velvære viste seg å spille en vesentlig rolle. Å ha det bra ellers i livet ble fremhevet som viktig for å håndtere overgangen til arbeidslivet. På motsatt side ble personlige problemer og dårlig helse hevdet å kunne hemme mestring. At et krevende emosjonelt nærvær i jobben kan gå utover både familieliv og velvære, ble også erfart av flere nyutdannede. Støtte fra familie, venner og studiekamerater ble trukket fram som en fremmede faktor. Møtet med arbeidslivet ble i starten beskrevet som å gi et etterlengtet skille mellom arbeid og fritid, men det virket som dette skillet etter hvert ble mer uklart for de ferske psykologene.

## Arbeidsgivere har en viktig rolle

Kanskje kan utdanningsinstitusjonene bli bedre til å forberede nyutdannede på tverrfaglig arbeid i større systemer. Imidlertid kan også arbeidsgivere ta et større ansvar for å gi nyutdannede en god start. Organisasjoner som ansetter psykologer og andre med emosjonelt krevende arbeid, har antagelig et vesentlig potensial når det gjelder å gi en grundig og helhetlig oppfølging i startfasen. Mange av psykologene i denne studien fikk en fadder på arbeidsplassen og deltok på noen kurs, men utover det beskrev de nyutdannede ikke særlig omfattende formelle introduksjonstiltak. Nyansatte bør veiledes i hvordan organisasjonen og systemet rundt dem fungerer, og hvordan man jobber godt med andre på og rundt arbeidsplassen. En helhetlig oppfølging innebærer også at arbeidsgiver støtter medarbeideren i å finne en god måte å ivareta privatliv, helse og velvære på i den nye jobbsituasjonen. Det kan fremme nyutdannedes tilpasning til arbeidslivet – og i tillegg bidra til å utvikle sunne organisasjoner som er godt rustet til å utføre sin samfunnsoppgave overfor klienter og brukere.

### Fakta om studien

- Seksten nyutdannede kvinner og seks menn i alderen 25 til 44 år deltok i undersøkelsen.
- Alle jobbet med klienter eller pasienter i løpet av intervjuperioden, og ved flere ulike arbeidsplasser.
- Erfaringene til de nyutdannede psykologene var karakterisert av optimisme og frustrasjon, frihetsfølelse og forpliktelse samt ansvarsfølelse og sårbarhet.
- Psykologene gikk ut i arbeidslivet med mye mestringsfølelse.

- De møtte utfordringer som det kan være vanskelig å forberede seg på gjennom utdanningen, for eksempel fant de det krevende å forholde seg til et tverrfaglig arbeidsmiljø.
- Mange av de ferske psykologene uttrykte frustrasjon over systemet de jobbet innenfor.