

Praksis-sjokket

Gode kollegagrupper kan bidra til at psykologer gjør jobben bedre.

TEKST

Knut Skjærvold

PUBLISERT 5. mai 2014

PSYK
KOLOGI



SELVSTØTTE: Egenomsorg i hjelperollen må få mer plass i utdannelsen, mener Yngre psykologers utvalg.

DEBATT: PSYKOLOGROLLEN

«Mange opplever et stort gap mellom det vi i utdanningsforløpet lærer er god praksis, og hva som faktisk møter oss den dagen vi begynner å praktisere», skrev Marianne Vatne og Ellen Skilhagen i april.

I forrige utgave skriver Marianne Vatne og Ellen Skilhagen fra Yngre psykologers utvalg om det som ofte kalles praksis-sjokket. Jeg kjenner igjen mange av de faktorene som trekkes fram, selv om både samfunnet og profesjonen har endret seg mye siden jeg var ferdigutdannet i 1974. Nye utfordringer har kommet, andre er mindre synlige enn før. For mange den gang var idealet at vi skulle ut og være til nytte for «folket», og vi var kanskje mindre opptatt av inntjening og egen karriere enn i dag. Vi opplevde vel at

idealene har en tendens til å bli utsatt for livets harde realiteter, og at det ikke alltid er så lett å takle belastningene og utfordringene en blir utsatt for.

Kollegagrupper

Jeg vil i denne sammenhengen trekke fram organisering av kollegagrupper som et egnet tiltak som jeg tror også kan være av forebyggende karakter. Vår gruppe: «Torsdagsgruppa», kan være et eksempel på et slikt tiltak. Vi er ei gruppe godt voksne psykologer som har holdt sammen siden 1978. Dette har vært ei gruppe med gode muligheter til å ta opp ulike utfordringer av både profesjonell og privat karakter. Gruppa har vært stabil og har møttes jevnlig hver 14. dag opp igjennom årene. I Psykologtidsskriftet oppsummerte vi i en artikkel de første 10 åra.

Veiledning

Gruppas faglige virksomhet har vært av en slik karakter at den har blitt godkjent som en del av kravene til spesialistgodkjenning. Her har gjensidig veiledning av terapier vært viktig, men også informasjon om aktuelle forhold for øvrig som har vært av betydning for psykologer. Det er jo selvfølgelig problemer av en karakter som må løses i andre fora enn i ei kollegagruppe, og her kommer fagforeninga naturlig nok inn i bildet.

Mye har endret seg opp gjennom åra, men gruppa har bestått og har utviklet seg med de utfordringene som vi har stått, og står, oppe i. Vi har også greid å kaste et faglig lys over de endringene vi har vært igjennom av privat karakter, og slik sett på ulike faser i livet fra forskjellige ståsteder. Dette gjør at det er få begrensninger på hvordan ei gruppe kan fungere, og jeg vil derfor anbefale kollegagrupper som et godt tiltak i forhold til mange av de utfordringene psykologer kommer opp i, og som Vatne og Skilhagen trekker fram.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 5, 2014, side

TEKST

Knud Skjærvold, Førstelektor, psykologspesialist