



TANKER FRA STOLEN:

Hvad er det, der slider på vores trivsel?

Nu er det fire år siden, vores liv blev fundamentalt ændret af corona-nedlukningerne. Det er ved at være glemt igen. Men mon ikke vi alle kan huske vores mange bekymringer for, hvordan vi skulle komme igennem den svære tid, og om vi nogensinde ville få vores hverdag tilbage? For to år siden blev vi vidner til en russisk invasion af et europæisk land, og hele koldkrigsfrygten blev vakt til live igen. Nu synes atomkrigsstruslen at være trådt i baggrunden, og hverdagen er stort set sig selv igen. Men hvad nu, hvis Trump bliver valgt?

Fra vores egen verden husker jeg "Det ku' ha' været mig"-kampagnen, der pirkede til en frygt for tilsyn og overvågning – men som nu synes stort

set afblæst. Og i efteråret 2023 den store blæst om økonomiløftet, der af flere blev italesat som et tilintetgørende regionalt overgreb, men som i skrivende stund ser ud til at få meget lille reel økonomisk betydning i klinikkerne. Mest aktuelt frygter mange, at Strukturkommissionens udmeldinger vil få fatale konsekvenser for vores arbejdsliv. Det skaber frygt og usikkerhed.

Jeg tror, at det i vid udstrækning er frygt og usikkerhed for fremtiden, der skaber mistrivsel blandt os praktiserende læger. Måske er det i særlig grad udfordrende for os at være stillet over for en uvis og truende fremtid, fordi vi i vores kontakt med patienterne har til opgave at indgyde tryghed og fortrøstning – og en tiltro til, at systemet nok skal fungere, og at det, der skal gøres, bliver gjort. Men hvem trøster lægen? Hvem kan vi have tillid til i en usikker verden? Vores rolle som selvstændige myndighedspersoner giver os et indblik i tilværelsens skyggesider og i samfundets styrelse, som i

kombination med vores forpligtelse for samfundets svage og udsatte er egnet til at skabe en følelse af magtesløshed og fremtidsangst – udbrændthed, som nu er en risiko for næsten halvdelen af os.

Vores forening har gjort sig store bestræbelser for på den ene side at tage den negative udvikling i vores trivsel alvorligt og på den anden side at betone, at der er lys forude, at vi vil blive hjulpet og aflastet af flere fremtidige kolleger, at der er mulighed for trøst og vejledning, og at vi ikke står alene i samfundet med vores trivselsproblemer. Mest opmuntring er der dog nok at finde i det faktum, at 88 pct. af os er glade for vores arbejde.

Jeg synes også selv, at jeg har en dybt meningsfuld hverdag. Jeg tror, at det bedste værn mod nedslidning og udbrændthed er en leveregel, der første gang blev formuleret af kejser Marcus Aurelius: 'Giv mig sindsro til at acceptere de ting, jeg ikke kan ændre, mod til at ændre de ting, jeg kan, og visdom til at se forskellen'.//



Debatindlæg inspireret af denne
klumme kan sendes til practicus@dsam.dk