

Kollegavejledning,

en af inspirationskilderne til et godt liv i almen praksis

AV JENS RUBAK

Jeg har p.t. været praktiserende læge i knap 30 år. Lang tid, ja tidsperspektivet kom klart frem, da min datter sagde: »Jamen far, det er jo over et kvart århundrede«. Men alt er jo relativt, som Storm P. fortæller: To videnskabsmænd mødtes på en vandretur, den ene spurgte »hvordan har din frue det?«, den anden svarede »sammenlignet med hvem?«.

Jeg har **aldrig** følt tiden lang, men ofte som stillestående, eksempelvis i vanskelige beslutningssituationer, eller i de menneskeligt specielle givende konsultationer. Men kedet mig, **nej**. En af årsagerne hertil er nok kollegavejledning

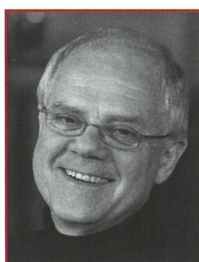
Kan kollegavejledning bidrage til et godt og langt liv i almen praksis?

På forespørgslen, om *kollegavejledning* kan bidrage til et godt og langt liv i almen praksis, tænkte jeg umiddelbart: Hvorfor/hvordan?

Det skyldes formentlig en af mine gamle vejledere fra sygehus tiden, som sagde: Ordiner aldrig en laboratorieprøve eller en undersøgelse, med mindre du kan besvare spørgsmålet: Hvorfor vil du bestille den og hvordan vil du bruge resultatet? – Hvorfor vælger nogen læger almen praksis og hvordan udfylder vi pladsen?

Vi har jo alle hørt svarene: Jeg vil selv bestemme over min dagligdag, »føle« resultatet direkte af min indsats, være med i centrum omkring det evigt udviklende menneske, nysgerrighed til at søge svar på hvorfor, og have adgang til hele tiden blot at spørge løs.

I bund og grund er det de samme kvaliteter, der er i »kollegavejledning«, men ordet virker jo lidt skræmmende. Er det noget, man skal uddanne sig til, er det noget, der kræver speciel faglig viden om handlinger, relationer, kommunikationsprocesser? – Ja, ja jeg kan godt høre en eller anden sige, uddannelse og viden kan man vel ikke få for meget af? Nej, men vi lærte vel alle at cykle uden at vide en masse om »tyngdeloven«, læringen kom jo stille og roligt af sig selv.



Jens Rubak

Praktiserende læge, Region Midtjylland (fra 1981). Medinitiativtager til opbygning af Praksiskonsulentordningen i Danmark. Leder af Praksiskonsulentordningens Koordinationsgruppe for Danmark. Leder af Praksiskonsulentordningen for Region Midtjylland. Medinitiativtager til udformning af første Praksisenhed, placeret i Århus. Underviser for studenter og kommende praktiserende

læger. Deltaget i diverse nationale arbejdsgrupper vedr. praksissektoren. Fik Mahlerprisen (praktiserende lægers hæderspris) i 2005. Praksislærer ved universitetet i Bergen.

Kollegavejledning spænder fra det at tale med en nær og kendt kollega til en mulighed for en faglig/menneskelig og organisatorisk indsats. – En form for mentor indsats, hvor såvel den yngre som ældre kollega profiterer heraf.

Kollegavejledning som en givende dialog

Vi kender det jo alle. Kurset, hvor man om aftenen kom til at sidde og tale om ting fra det daglige praksis liv, og ved morgenbordet dagen efter kollegaen, der sagde: Tak for en god snak i aftes. Kollegavejledning. Dejligt, ikke sandt, lærende, inspirerende, livsforlængende og energigivende. Hvorfor og hvordan? Jo, du var dig selv og stillede dig til rådighed for en kollega. Ja, du tænker: Det er jo det, jeg gør i min praktiserende læge-dagligdag, over for patienterne, menneskerne. Ja, men kollegaer er jo også mennesker. Eller i en større gruppe af kendte gode kollegaer at fortælle om, hvordan man gør med det og det, vise sine resultater for kollegaerne og opleve deres spontane tilbagemeldinger om egne handlinger.

Jeg husker min forsigtighed, når jeg spurgte om gode råd hos de gamle og »kloge« kollegaer, men husker også den forandring der skete hos den ældre/kloge kollega. Usikkerheden tittede frem, og dialogen kom i gang, jamen hvad mener du »som ny« om dette eller hint. Så, måske også den ældre tog hjem med gode ideer og inspiration.

Noget af ideen for mig ved kollegavejledning er at omsætte den dejlige fornemmelse, det er fra at være den, der bliver

spurgt til råds, til at være den der får en trængt/træt kollega i gang med »at være den spørgende«. Så er dialogen/ligeværdigheden i gang og mulighederne for gensidig påvirkning uanede. Processen vil næsten altid føre igangsætning af noget med sig, ofte selvfølgelig krævende en form for opfølgning. Efter en tid en opringning, eller prik på skulderen ved lejlighed: Hvordan gik det med? Naturligvis med en hårfin balance mellem »kontrol« og fornemmelsen af at »føle sig taget af«. – Genkender du det fra patientsituationerne?

Hen over årene tror jeg faktisk, at det er sådanne oplevelser og tanker, der fik mig til at »dyrke« kollegavejledning i det daglige arbejdsliv. I starten i passende situationer, men efterhånden ofte næsten uden at tænke på det, det blev en del af mit almene praksis-arbejdsliv.

Men, når en eller anden kommer og siger: Kan du ikke tale med »ham«, han har nogle problemer med sig selv, sit arbejde, med henvisninger, med kvalitet af patientbehandlingen, ja så opleves kollegavejledning pludseligt som noget »helt andet«, større og krævende både fagligt og menneskeligt. Hvad giver mig tro på, at jeg kan hjælpe ham, hvorfor er jeg »bedre« end ham, gør jeg mere skade end gavn, er der noget jeg bør vide om ham, er der nogen faglige procedurer jeg bør bruge, hvad sætter jeg egentlig gang i hos ham. – Ja, hvem tør nu gå i gang med kollegavejledning, vi har imidlertid alle udført kollegavejledning uden at tænke så meget over alle disse hæmnings.

Men stadig: Hvad med kollegaen der ikke kommer, er han et »bad apple«. Jeg har aldrig brudt mig om udtrykket, idet vi hver især har »lidt af et bad apple« i vores daglige praksis-arbejde her og der, når vi ser på den enormt store faglige og organisatoriske viden, vi skal rumme og anvende i næsten hver konsultation.

Hvordan sætter vi ord på »situationen«

På et tidspunkt prøvede jeg metoden, vi anvender over for patienterne, nemlig at spørge lige ud: Jeg synes, du virker træt, og jeg ser dig aldrig til vores arrangementer, kan vi ikke tage en snak om det?

Eller, når jeg som praksiskonsulent fra en afdeling hører om en kollega, de er »sure på« grundet gentagne dårlige henvisninger og mangelfuld ambulant opfølgning, da at vende det over for kollegaen til: Jeg har hørt fra sygehuset, at du finder deres procedure og udskrivningskort mangelfulde, kan vi ikke tage en snak om det, så vil jeg se på, hvad jeg kan gøre?

Det har givet mig en del inspirerende og lærende samtaler med en kollega, der måske havde brug for hjælp og egentlig

gerne ville tage imod, men som ikke kunne tage sig sammen til at bede om det. Ofte har jeg lært meget af samtalerne. Selvfølgelig har jeg også oplevet afvisning, men senere alligevel set kollegaen til møder.

Muligheder for opsøgende dialog

Kan denne simple form for kollegavejledning løftes op til en mulighed for hjælp til de af os, der i situationer er ved at køre fast, eller direkte af andre er udpeget som en kollega, der har brug for vejledning til almen praksis-arbejdet?

Her er der brug for at skaffe sig solid viden om eksemplerne og så få en kontakt med kollegaen. Det optimale må vel være at komme med eksempler til hinanden, inden det kommer så langt. I mit årelange arbejde med Praksiskonsulentorganisationen har jeg samlet mange eksempler, som alle ville kunne anvende i kollegavejledning. Du har dem selv i din dagligdag. Det er der, hvor du gerne ville have handlet anderledes, måske var tæt på en fejl, men også der hvor du undrede dig over, hvorfor blev »denne konsultation så givende for patienten, og inspirerende for dig selv«. Altså tid til refleksion i dagligdagen, husker vi det, tager vi os tid til det, eller endnu bedre, indvier vi en kollega i det?

Begrebet »utilsigtede hændelser, eller næsten-fejl« giver stof til eftertanke hos den enkelte, dersom de opsamles, systematiseres og dermed giver adgang til læring. Det kan også være en god indfaldsvinkel til den samtale, man gerne vil have i gang med en kollega, at man fortæller: Nu skal du høre, hvad jeg var lige ved. Kender du også sådant?

En organisatorisk tankegang omkring kollegavejledning rummer overvejelser over:

- Den praktiserende læges *roller*, bl.a. udredning, behandling, medvirken til sammenhold i patientforløb, aktivering af patienten, samordning af »specialist viden«.
- Den praktiserende læges *redskaber*, bl.a. lyst, viden, erfaring til at arbejde med overblik over patient-situation, evne til at være gate-keeper, eller måske efterhånden gate-advisor, brug af netværk såsom patientens pårørende, specialister og kommunetilbud.

– Så, nogen siger: Kvaliteten i almen praksis skal bedres, mere styring. – Jeg og andre siger: Kunne vi friste med sikring af viden, overblik, adgang til »de rigtige døre«, færdiggørelse af patienten, bedre brug af overenskomst og hermed mulighed for kvalitetsforbedring. Medvirken til en accept af udefra kommende påvirkninger.

Hvad er »trylleordene«? Viden, økonomi og tid. Noget nyt i det, nej, men, kan vi komme ind til den kollega, kan vi få

den kollega, der trænger, med i en dialog? Hvordan finder vi ham egentlig?

Er det ham, der har for stort forbrug af visse ydelser, er det ham der har for mange henvisninger i.f.t. øvrige kollegaer, er det ham der aldrig kommer til møderne, er det ham der hele tiden skifter personale ud, er det ham der fik en depression, er det ham der aldrig er færdig før sent på eftermiddagen. Er vi som praktiserende læger parate til at ville »tage imod«? Ja, jeg synes generelt, at holdningen ændrer sig. Flere og flere søger sammen i grupper og beder »en eller anden« om at kigge med og kommentere handlinger og procedure i disse praksis.

Samlende forum: Praksisenhed

Tanken om opbygning af »et sted«, hvor man som kollega kunne ringe til og høre om lokale faglige og organisatoriske muligheder tog form. Jeg har medvirket til opbygning af »Praksisenhed«. Et sted, hvor alle faglige og organisatoriske »elementer« er repræsenteret. Det er kollegaen, der arbejder med Praksiskonsulentordningen (dermed kendskab til sygehusets-, specialisterne- og kommunernes muligheder), kollegaen der arbejder med udvikling af intern struktur i den enkelte praksis (lægens udvikling fagligt og menneskeligt, personalets sammensætning, viden og kunnen), kollegaen med IT-viden, eller om medicinpræparater, kollegaen der arbejder deltid på Institut for almen medicin, kollegaen der repræsenterer Dansk Selskab for Almen Medicin.

De er der alle, dem der kender noget til de områder/problemer vi støder på i vores daglige praksis liv. De bruges til, at vi alle kan lære: *Vanskelige ting tager lang tid, de umulige tager lidt længere* (Chaim Weizmann). Der arrangeres gå-hjem møder, hvor nynedsatte, eller ældre kollegaer kan mødes til en snak om problemer, udfordringer og gode ideer.

Praksisenheden i Århus er i fast driftsfase på det Regionale budget for sundhedssektoren. Enheden er to år gammel, endnu ikke evalueret, men bliver i stigende grad brugt af praktiserende læger. Tanken blev skabt i samarbejde med administrative personer. De omtalte kollegaer er ansat på deltid, med ansatte sekretærer m.m. er lønnet af Regionen. Herved opnås et medejerskab, men også en legitimering af, at Regionen har sin opfattelse af, hvad de praktiserende læger kan tilbyde borgerne, og vi kommer længst ved fælles holdning. Dette fremmes ved daglig snak i kaffepauser m.m.

Ideer og fremadrettede handlinger afklares i et Kvalitetsudviklingsudvalg, der lægger strategi for, hvad der skal fremmes i kommende tidsperiode for almen praksis i Regionen.

Kollegavejledning har givet mig et »bibliotek« af historier, faglig viden, inspiration til organisatorisk arbejde, dels i egen klinik, men også centralt. Det har givet mig støtte til tryghed i min egen praksis arbejdsdag. Det har givet mig et større perspektiv til, at det at være almen praksislæge, det har givet mig energi til de perioder, hvor jeg syntes »nu kan det være nok«. Det har bidraget til mit gode og lange fortsatte praksis liv.

Så, hvorfor ikke bare gå i gang kære kollega. Tiden? Du vil opdage, at anvendt tid til kollega-snak/kollegavejledning kommer rigeligt igen, din egen daglig perspektiveres og får mere energi.

Du løftes væk fra »kun« at se på forhøjet blodtryk, halsbetændelser, ja selv hele patienten, til at se dit arbejde i en anden sammenhæng. Du vil opleve, at praktiserende læger tager sig af hinanden. – Ring nu og få aftalt en snak med en kollega, om det du har »problem« med.

Er det let? Nej, men husker du fornemmelsen, da du lærte at cykle og pludselig fik »udvidet din verden«.

Evt. spørgsmål og kommentarer kan rettes til: jmr@dadlnet.dk



FOTO: © REGIN HJERTHOLM