

1 av 3...

...nya sjuksköterskor är missnöjda med sin introduktion.
Fakta: LUST-studien

Hjälp!

► Nyutbildades största skräck är att arbetsleda och att hamna i akuta situationer.

Yrkesotrygg. Hundratals nyutbildade sjuksköterskor tar just nu ansvar för sina första patienter – osäkra på sin kunskap och rädda för att göra fel. Måste det vara en skräckupplevelse att vara ny i yrket?

TEXT **JENNY KALLIN** ILLUSTRATION **HELENA HALVARSSON**

Traineeen är tillbaka – igen

Jag har valt helt fel yrke. Det här är ingenting för mig. Jag kan ingenting och jag kommer att döda alla mina patienter. En 21-årig sjuksköterska berättar hur hon upplever sina första dagar på sitt första jobb. Oförberedd på ansvaret, rädd, osäker – och absolut inte ensam om sina känslor.

Varenda undersökning som granskar sjuksköterskors första tid i yrket kommer fram till samma sak: mötet med vårdens verklighet är ofta så brutal att den leder till stress, utbrändhet och en önskan om att byta yrke.

NÄR VÅRDFOKUS frågar en avgångsklass på Röda korsets högskola i Stockholm vilka förväntningar och farhågor de har inför jobbstarten svarar bara 3 av 55 studenter att de inte känner någon rädsla inför att börja arbeta.

Chefer, forskare, studenter, nyutbil-

dade – alla är överens om att sjuksköterskors yrkesintroduktion måste bli bättre. Ändå visar Vårdfokus kartläggning att bara 6 av 21 landsting och regioner erbjuder någon form av traineeprogram. Det vill säga strukturerad introduktion med arbete på olika avdelningar, schemalagd kompetensutveckling och regelbunden reflektion kring yrkesrollen.

Genom åren har traineeprogram startats och lagts ner. Programmens livscykel följer ett tydligt mönster. När det är brist på sjuksköterskor vill arbetsgivarna ha något extra att locka med. Vid budgetproblem läggs programmen ner.

TVÅ AV LANDETS just nu mest svårbebyggade sjukhus är aktuella exempel. Karolinska universitetssjukhuset i Solna och Huddinge, som inte har mött studenternas krav på högre ingångslö-

ner, startar ett traineeprogram i sommar. Akademiska sjukhuset i Uppsala, som saknat 100 sjuksköterskor inför sommaren, drar i gång ett program i höst.

EN ERFAREN intensivvårdsjuksköterska på ett större svenskt sjukhus berättar om situationen på sin arbetsplats just nu, och sätter fingret på varför det är så viktigt att nya i yrket får starta med en trygg och välplanerad inskolning.

Hennes minst erfarna kolleger har lyckats hålla sig undan – eller inte fått delta i – akuta situationer som hjärtstopp. Nu, när deras insats behövs och de förväntas agera självständigt, vet de inte hur de ska göra.

”Nu är vi så få gamla kvar på arbetsplatsen att vi vid ett hjärtstopp fått börja knuffa fram de unga och säga: ta tag i det här nu, jag står här bakom dig”, berättar hon.

DET FINNS liknande historier från andra arbetsplatser som rör mindre akuta saker, som att sätta en urinkateter.

I dag är det vanligt att studenter aldrig får tillfälle att öva på detta under praktiken eftersom katetersättning blivit ett allt ovanligare ingrepp.

Ändå är det här

en typisk kunskapsbrist som får erfarna kolleger att höja på ögonbrynen och ifrågasätta dagens sjuksköterskeutbildning.

FÖR ATT SLIPPA be om hjälp och hamna i pinsamma situationer är det inte helt ovanlig strategi att som oerfaren mörka sin okunskap och undvika situationer som egentligen skulle vara utvecklande.

Ju längre tiden går, desto jobbigare blir det att berätta vad du inte kan. Särskilt om du har anledning att oroa dig för kollegernas reaktioner. Bemö-

”Finns det erfarna att fråga?”

tande och att få komma in i arbetsgruppen och känna sig trygg är viktigt för yrkesutvecklingen, visar forskningen.

VAD NYUTBILDADE är rädda för, och dåliga på enligt chefer i vården, är framför allt att arbeta, prioritera och agera i komplexa och akuta situationer, sådant som det är svårt att utbilda i. Nya sjuksköterskor behöver därför få tid och utrymme på arbetsplatserna att växa in i yrkesrollen och ansvaret.

När förväntningarna är rimliga och du känner att du klarar av ditt jobb växer självförtroendet.

Sjuksköterskor som får genomtänkta och strukturerade introduktioner både trivs och mår bättre. Och stannar kvar längre på arbetsplatsen, enligt arbetsgivare med erfarenhet av traineeprogram.

”Räcker min kunskap?”

MEN DET finns också kritik mot traineeprogrammen. Birgitta Bisholt, forskare och lektor vid Röda korsets högskola och Karlstads universitet, tycker att nyutbildade riskerar att fastna i studentrollen och få för lite ansvar. Det ständiga hoppandet mellan arbetsplatser leder till onödig otrygghet. I stället borde mer omfattande introduktion erbjudas på en och samma arbetsplats, anser hon.

Birgitta Bisholt efterfrågar också bättre handledning. I dag finns framforskade modeller för handledning av studenter, men inte för nya i yrket. På många arbetsplatser blir handledningen av nyutbildade kolleger lite som den blir. Och på avdelningar där personalomsättningen är stor är det inte ovanligt att unga, som själva inte kommit in i sin yrkesroll, får handleda de allra mest oerfarna.

PROJEKT FÖR att stötta nya i yrket pågår runt om i landet. I Östergötland håller landstinget på att etablera en

”Jag är jätterädd, inte alls förberedd på att ta ansvar för ett helt gäng patienter!”

I vården finns en stor vilja att ge nyutbildade sjuksköterskor en tryggare start i yrket. Även idéerna om hur det borde gå till finns redan där. Nu gäller det bara att få ansvariga politiker att se vinsterna och våga satsa på bättre introduktion. ◀

”Jag är rädd för att skada någon.”

Tankebubblorna bygger på en enkät om förväntningar och farhågor inför jobbstarten som en avgångsklass på Röda korsets högskola i Stockholm svarade på åt Vårdfokus den 9 april i år.

kvalitetssäkrad yrkesintroduktion som ska garantera att arbetsplatserna lever upp till det grundläggande i en bra introduktion; att tydliggöra vad som krävs av en sjuksköterska på en specifik arbetsplats, ta reda på vad de nyanställda kan och sedan göra en plan för hur kunskapsluckorna ska fyllas. För att bli trygga i yrket ska nyutbildade nyanställda också erbjudas mentorer och reflekterande gruppsamtal.

Bakgrunden till projektet är att situationen blev ohållbar på Linköpings universitetssjukhus i höstas. När många oerfarna och unga sjuksköterskor anställdes på kort tid blev det uppenbart att de inte fick tillräckligt mycket stöd för att kunna leva upp till de krav som ställdes på dem i arbetet.

PÅ LASARETTET i Ljungby i Småland bedrivs sedan tio år tillbaka ett mentorprogram, tack vare eldsjälar. Alla nyutbildade erbjuds mentorer, alltid en sjuksköterska från en annan arbetsplats. Samtalen brukar handla om allt från etik och stress till jobbiga kolleger.

Lasarettet har sett i utvärderingar att nyutbildade stärks av mentorprogrammet, att det motverkar utbrändhet och att det får unga sjuksköterskor att vilja jobba kvar.

Nyligen utvidgades mentorprogrammet till Centrallasarettet i Växjö.



LARS NYMAN

Checklista COACHA EN NY KOLLEGA

- 1 Släpp snabbt in** din nya kollega i arbetslaget – att känna sig trygg är viktigt för att utvecklas.
- 2 Var ett stöd** utan att ta över. Din kollega behöver dina goda råd, men måste få använda sina kunskaper från utbildningen och få träna för att bli självständig.
- 3 Korrigera** utan att kritisera. Osäkerheten och känslan av otillräcklighet är redan stor hos många nya. Ha en positiv attityd så att alla vågar berätta vad de inte kan. Leta inte fel. Ta i stället reda på vad de nya sjuksköterskorna behöver för att kunna växa och bli trygga i yrket.
- 4 Intressera dig** för din nyutbildade kollegas kunskaper.
- 5 Ge nya utrymme** att agera, även vid akuta och svåra situationer.
- 6 Reflektera.** Ta dig tid att prata om era upplevelser i arbetet. Berätta att du också var osäker som ny, men att det kommer att bli bättre.

► Vänd blad och läs om vad som lockar och skrämmer de blivande sjuksköterskorna på Röda korsets högskola i Stockholm.

Ansvararet lockar och skrämmer

Nio blivande sjuksköterskor på Röda korsets högskola i Stockholm berättar om förväntningar och farhågor inför jobbstarten.

TEXT **JENNY KALLIN** FOTO **LARS NYMAN**

JIM STEIN, 30

Sommarjobb: Vikariat på Norrtälje sjukhus

Introduktion: 2 veckor

”Jag är rädd för att introduktionen blir så kort att jag inte hinner bli bekväm och säker.” ◀



FREDRIKA TORELL, 26

Sommarjobb: Skjuter på jobbstarten, ska ut och resa

”Jag vill arbeta med akutvård, men tänker välja en första arbetsplats där jag vet att jag får en lugn start.” ◀



ANDERS SALOMONSSON, 32

Sommarjobb: Vikariat på akutvårdsavdelning

Introduktion: 1 vecka

”Jag har praktiserat där jag ska arbeta i sommar och är redan bekant med personalen och chefen. Jag vet vem jag kan fråga och vad som förväntas av mig. Det gör att jag känner mig trygg.” ◀



LISA NYLANDER, 28

Sommarjobb: Fast anställning på ortopedavdelning

Introduktion: 3 veckor

”Jag går gärna utbildningen en gång till. Du blir aldrig färdig.” ◀



THERESE OSKARSSON, 23

Sommarjobb: Vikariat inom neurorehabilitering

Introduktion: 1 vecka

”Som ny och osäker kan det vara svårt att bli accepterad i gruppen om du direkt börjar ifrågasätta dina erfarna kollegers invanda rutiner och tillvägagångssätt. Självklart säger jag ifrån om någon gör något direkt patientfarligt. Men småsaker vet jag inte om jag vågar påpeka varje gång.” ◀



SUZANNE LINDBERG, 39

Sommarjobb: Vikariat på vårdcentral

Introduktion: 2 veckor

”Alla säger att det tar minst sex månader innan du är sjuksköterska. Lik förbaskat kastas du ut i strama organisationer och förväntas ta lika många patienter som alla andra.” ◀



ZANDILE LUNGA, 30

Sommarjobb: Vikariat på geriatrisk klinik

Introduktion: 2 veckor

”Jag längtar efter att få rädda liv självständigt men är samtidigt rädd för det stora ansvaret.” ◀



ELEONOR LARSSON, 24

Sommarjobb: Vikariat på geriatrisk klinik

Introduktion: 2 veckor

”Jag hoppas komma in i arbetslaget och i rutinerna med stöd från personalen.” ◀



SVANTE KVARNSTRÖM, 25

Sommarjobb: Vikariat på privat rehabiliteringsklinik

Introduktion: 3 veckor

”Min känsla efter praktiken är att det inte finns förutsättningar att arbeta enligt det vi lärt oss. Viktiga moment hoppas över för att de inte hinns med och det finns en kultur att lösa problem inom den lilla gruppen i stället för att skriva avvikelserapporter och ta frågan till en högre nivå.” ◀



VANLIGAST MED TVÅ VECKORS INTRODUKTION

I april träffade Vårdfokus en avgångsklass på Röda korsets högskola i Stockholm. Majoriteten av studenterna som hade fått jobb i sommar skulle få två veckors introduktion (18 av 39 studenter). Näst vanligast var tre introduktionsveckor (7 studenter) och en vecka (6 studenter).



▶ Avgångsstudenterna på Röda korsets högskola i Stockholm längtar efter att äntligen få utöva sitt nya yrke självständigt.

Tankar hos en trainee



► Alexandra Källström ägnar mycket fritid åt att tänka på sitt nya jobb.

I **Halland** har nyutbildade sjuksköterskor en unik möjlighet att snabbt få bred erfarenhet inom psykiatri. Men när det är dags för tredje arbetsplatsen på två månader börjar orken att tryta.

TEXT JENNY KALLIN FOTO ANDERS ANDERSSON



► Alexandra Källström

Stirrande tom blick. Långsamma steg. Händerna krampaktigt om matbrickan.

Alexandra Källström håller sig undan när en blek och sammanbiten person passerar i korridoren. Hon är fortfarande ovan vid de svårt sjuka patienterna på den slutna psykosavdelningen på Varbergs sjukhus, hennes tredje arbetsplats sedan hon tog sjuksköterskeexamen i början av året.

Patienten som precis gick förbi hör röster och har upprepade gånger försökt skada sig själv och andra

HALLANDS TRAINEEPROGRAM

◉ **VAD INGÅR?** Arbete på fyra olika arbetsplatser inom psykiatri under fyra månader plus ett sommarvikariat.

◉ **MER?** Introduktion, utbildning, reflekterande samtal och en konferens.

◉ **RESULTAT?** 75 procent av sjuksköterskorna som har gått traineeprogrammet stannar inom psykiatri i Halland.

och har därför extra övervakning.

Sjuksköterskeutbildningens fokus på den fysiska kroppen gjorde att Alexandra Källström nästan glömde bort sitt stora intresse för människors psyke. Hon blev påmind när Region Halland i termin fem kom och presenterade sitt traineeprogram.

UNDER FYRA månader på våren roterar traineesjuksköterskorna på fyra olika arbetsplatser inom psykiatrins slut- och öppenvård. De går utöver den ordinarie personalen fram till sommaren, då traineeprogrammet övergår i vikariat.

Alexandra Källström arbetar vidare på psykosavdelningen i sommar. Det är hon glad för. Personalen här är ett positivt sammansvetsat gäng med tydliga rutiner och gemensam syn på hur patienterna ska bemötas.

– Det gör det lättare att komma in som ny, säger hon.

ÅNGESTEN LYSER i ögonen på en man som inte kan bestämma sig för när han ska gå ut och röka. Alexandra Källström stöttar med lugnande röst.

Hon får bra kontakt med patienterna och passar för jobbet, hon vet det själv. Ändå växer hon lite extra och får större tilltro till sin egen förmåga när hon får de erfarna kollegernas bekräftelse, berättar hon.

Ibland är traineerollen otydlig. Det har hänt att kolleger stått bakom henne och kontrollerat när hon delar mediciner, som om hon var en student på praktik. Men hon har sin legitimation och vill fortsätta utveck-

las. Därför ser hon till att ta egna initiativ och så mycket eget ansvar som möjligt.

NÄR EN grupp traineesjuksköterskor samlas på eftermiddagen för ett reflekterande samtal bubblar starka känslor upp.

”Hon ser till att ta egna initiativ och så mycket eget ansvar som möjligt.”

– Jag är så trött, säger en av Alexandra Källströms kolleger och tårarna rinner ner för kinderna när hon berättar om hur hon kämpar för att hitta sin roll.

TRAINEEPROGRAMMET ger en bra grund för framtiden, det är alla överens om. Men att hela tiden byta

6 AV 21 LANDSTING OCH REGIONER HAR TRAINEEPROGRAM

◉ **HALLAND:** Finns inom psykiatri.

◉ **STOCKHOLM:** Finns på Karolinska universitetssjukhuset. Startar på Danderyds sjukhus i höst.

◉ **VÄSTRA GÖTALAND:** Inom NU-sjukvårdens rättspsykiatri.

◉ **VÄRMLAND:** Finns på sjukhuset i Arvika. Även på gång på sjukhuset i Torsby och centralsjukhuset i Karlstad.

◉ **KRONOBERG:** Inom rättspsykiatri.

◉ **ÖSTERGÖTLAND:** Inom närsjukvården i västra Östergötland finns en AT-liknande verksamhet som både nyexaminerade och erfarna som vill bredda sin kompetens kan söka till.

PÅ GÅNG:

◉ **UPPSALA LÄN:** Startar på Akademiska sjukhuset i höst.

arbetsplats börjar ta på krafterna.

Du ska anpassa dig till nya arbetsgrupper, komma in i rutiner, prestera, hantera patienternas lidande och din egen känsla av otillräcklighet.

– Och någonstans ska du bli sjuksköterska också, säger hon som gråter.

PÅ CYKELN på väg hem och i timplånga samtal med sambon vrider och vänder Alexandra Källström på sina upplevelser som ny i yrket. Hon ägnar mycket fritid åt att tänka på jobbet.

Men ser inte det som ett problem. Hon accepterar att det kan kännas jobbigt att vara ny och att det tar tid att komma in i yrket.

– Jag har bestämt mig för att tänka mycket nu, för att kunna göra det mindre sen. Jag vill bli säker på mina värderingar och vem jag vill vara som sjuksköterska. ◀