

## *Aðalheiður Jónsdóttir, Aðalheiður Sigfúsdóttir, Jóhanna Bergsdóttir, Karen Júlía Sigurðardóttir og Valdís Eyja Pálsdóttir* Störf sálfræðinga á Norður- og Austurlandi

Samfélögin á landsbyggðinni eru ólík og á það einnig við um störf sálfræðinga sem þar starfa. Starfsskilyrði í litlum samfélögum eru ólík þeim í fjölmennari bæjarfélögum, bæði samfélagslega og faglega. Enda þótt hér verði fjallað um störf sálfræðinga á Norður- og Austurlandi, má búast við að staða sálfræðinga sé svipuð á landsbyggðinni í heild.

Starfsstöðvar sálfræðinga á Norður- og Austurlandi eru margar innan heilbrigðiskerfisins: Á sjúkrahúsum, heilsugæslustöðvum og a.m.k. einu öldrunarheimili. Sálfræðingar starfa einnig innan skólakerfisins, hjá sérfræðiþjónustu leik- og grunnskóla, hjá a.m.k. einum framhaldsskóla og við Háskólann á Akureyri. Þeir eru að störfum hjá félagsþjónustu, barnavernd, við starfsendurhæfingu og hjá frjálsum félagasamtökum. Auk þess reka sálfræðingar eigin stofur, einn eða fleiri saman. Á svæðinu eru nokkrir sálfræðingar í stjórnunarstöðum. Til dæmis er sálfræðingur í stöðu framkvæmdastjóra lyflækningasviðs hjá Sjúkrahúsinu á Akureyri og er þetta í fyrsta skipti á Íslandi sem sálfræðingur gegnir slíkri stöðu. Á sumum svæðum eru fáir eða engir sálfræðingar og þjónusta því lítil sem engin. Við þessar aðstæður hafa sálfræðingar verið fengnir í verktakavinnu annars staðar frá og boðið hefur verið upp á fjarþjónustu í gegnum netið.

Sálfræðingar á svæðinu sinna öllum aldurshópum og bjóða meðal annars upp á einstaklings- og hópmeðferð, ráðgjöf og fræðslu við vinnustaði og stofnanir. Þeir nota, líkt og kollegar annarsstaðar á landinu, ýmiskonar

fræðilega nálgun í meðferðarvinnu, hafa vísindalegar aðferðir að leiðarljósi og viðhalda faglegri færni. Hjá mörgum er grunnurinn hugræn atferlismeðferð. Auk hennar er núvítund nokkuð notuð, jákvæð sálfræði, dýnamískar og húnánískar meðferðarleiðir sem og samþætt meðferðarnálgun.

### **Félag sálfræðinga á Norður- og Austurlandi (FSNA)**

Sálfræðingar á Norður- og Austurlandi stofnuðu félag þann 18. janúar 2013 sem er undirfélag í Sálfræðingafélagi Íslands. Forsaga félagsins var að nokkrir sálfræðingar á Akureyri, m.a. sem unnu við sérfræðiþjónustu skóla, tóku sig saman í námsferð til Reykjavíkur um að stofna félag um hagsmuna- og áhugamál sálfræðinga á landsvæðinu. Á árum áður höfðu sálfræðingar á Akureyrarsvæðinu styrkt tengsl sín með stofnun félagsskapar sem þeir nefndu „Akursál“.

Hlutverk félagsins er fjórþætt: 1. Standa vörð um hagsmuni sálfræðinga á Norður- og Austurlandi, 2. Stuðla að því að félagsmenn uppfylli faglegar kröfur er varða menntun og siðgæði í starfi, 3. Stuðla að hagnýtingu sálfræðilegrar þekkingar og koma sálfræðilegri þekkingu á framfæri og 4. Stuðla að samstarfi og samheldni milli félagsmanna. Félagssvæðið nær frá Hrutafirði í vestri að Djúpavogi í austri. Fjöldi félagsmanna hefur verið í kringum 30 manns frá stofnun félagsins.

Félagið hefur reglulega staðið fyrir samverustundum og fræðsluviðburðum fyrir félagsmenn og aðra. Í febrúar 2014 hélt félagið

vel heppnaða ráðstefnu með fjölbreyttum erindum í samstarfi við Háskólann á Akureyri. Ráðstefnan var vel sótt af ýmsum fagstéttum og þökkðu margir fyrir svona ráðstefnu í heimabyggð. Ánægjulegt var að taka á móti formanni og framkvæmdastjóra SÍ af þessu tilefni.

Eitt helsta hagsmunamál sálfræðinga á Norður- og Austurlandi er bætt aðgengi að fræðslu og símenntun ásamt auknum möguleikum á faglegum tengslum óháð búsetu. Í því sambandi er betri nýting fjarfundatækni forgangsmál. Sú staða að þurfa iðulega að leggja í kostnaðarsamt og tímafrekt ferðalag til að viðhalda faglegri þekkingu, til viðbótar við annan námskeiðskostnað, er hindrun sem auðvelt væri að ryðja úr vegi með nútíma tækni. Fram að þessu hafa sálfræðingar á landsbyggðinni ekki mætt nægum skilningi á þörfinni fyrir betra aðgengi að fræðslu, fundum o.s.frv. í gegnum netið. Þó er gott að geta þess að hjá sumum stofnunum ríkir vaxandi áhugi á að gera vel í tæknimálum með fjarfundum eða netútsendingum. Að sjálfsögðu er einnig mikilvægt fyrir sálfræðinga á landsbyggðinni að sækja sér reglulega fræðslu utan heimabyggðar og rækta tengsl við kollega augliti til auglitis.

### Vinnuaðstæður á landsbyggðinni

Starf sálfræðings á landsbyggðinni er oft mjög fjölbreytt sem hefur bæði kosti og galla. Kostur er hvað boðleiðir eru oft stuttar því það getur auðveldað samstarf milli stofnana og fagaðila. Eins getur sálfræðingurinn mögulega haft mikið um ýmis málefni að segja. Ýmis tækifæri geta verið til þróunarvinnu og til þess að hasla sér völl á margvíslegum sviðum, sem getur verið spennandi kostur fyrir marga að takast á við.

Það geta einnig fylgt því ýmsar áskoranir að starfa sem sálfræðingur á landsbyggðinni. Stundum er ætlast til að sálfræðingur sinni margvíslegum vanda og því getur verið erfitt að sérhæfa sig í ákveðinni sérgrein eða

sálrænum vanda. Viðfeðmu starfssvæði sumra sálfræðinga fylgir stundum langur ferðatími auk þess sem veður og færð geta sett strík í reikninginn. Á afskekktari stöðum starfa sálfræðingar því gjarnan í nokkurra daga lotum og geta þá þurft að gera ráðstafanir vegna eigin fjölskyldu á meðan. Á stöðum þar sem flestir þekkjast getur það reynt á faglega færni að halda hlutverki sínu sem sálfræðingur aðskildu frá öðrum hlutverkum í samfélaginu. Til dæmis getur sálfræðingur þurft að taka að sér mál þrátt fyrir ýmiskonar tengsl við skjólstaðing eða fjölskyldu hans. Um leið getur þessi staða auðveldað sálfræðingnum að skilja aðstæður skjólstaðings fljótt og vel.

Erfitt hefur reynt að manna stöður sálfræðinga á landsbyggðinni hvort sem það er í fámennum sveitarfélögum eða þeim stærri. Algennt er að þeir starfi sem einyrkjar eða í fámennum samstarfseiningum og geta því upplifað faglega einangrun. Þá getur verið erfitt að koma upp sérhæfðum úrræðum sem krefjast tveggja sálfræðinga, svo sem ýmiskonar fræðslu, námskeiðum eða meðferðarhópum. Einnig er markaðurinn fyrir slíkt lítill en kostnaðurinn sá sami, óháð nýtingu.

Hluti af hinni faglegu einangrun felst í því að erfitt er fyrir sálfræðinga á svæðinu að sækja sér nauðsynlega endurmenntun og efla fagleg tengsl vegna fjarlægða og kostnaðar við ferðalög. Vinnustaðir bera oft einhvern kostnað af slíkum ferðalögum en yfirleitt ekki nema lítinn hluta þess sem sálfræðingurinn telur mikilvægt til að sinna starfsþróun sinni. Hann þarf því yfirleitt að bera mikinn kostnað sjálfur. Þrátt fyrir reglulegar flugsamgöngur má benda á að oft þarf að ferðast deginum áður með tilheyrandi gistikostnaði og meiri fjarveru frá vinnu og heimili. Vegna mikils kostnaðar við ferðir og gistingu, nýtast starfsmenntasjóðir til mun færri fræðslustunda en ella. Eins og fyrr hefur komið fram er því nauðsynlegt að nýta mun betur tæknina til þess að sálfræðingar utan höfuðborgarsvæðisins geti haldið sér betur við í starfi.

## Horft til framtíðar

Skilingur almennings á mikilvægi sálfræðipjónustu fer vaxandi og mikil eftirspurn er eftir sálfræðipjónustu á landsbyggðinni eins og annars staðar á landinu. Stöður sálfræðinga á Norður- og Austurlandi eru um þrjátíu talsins og fyrirjábanlegt að þeim muni fjölga eitthvað á næstunni, til dæmis í kjölfar áforma heilbrigðisyrivalda um fjölgun sálfræðinga á heilsugæslustöðvum um allt land. Einkareknar sálfræðistofur eru allnokkrar á svæðinu og virðast þær hafa næg verkefni og myndast hafa biðlistar á sumum þeirra. Sálfræðimeðferð yfir netið virðist lofa góðu og getur aukið aðgengi að þjónustu. Þetta hlýtur að vera áhugaverður kostur fyrir skjólstaðinga sem búa mjög afskekkt þrátt fyrir að meðferðarsamband verði mögulega ekki eins náð.

Misvel hefur gengið að ráða í auglýstar stöður sálfræðinga á svæðinu. Með auknu aðgengi að símenntun og sterkara fagsamfélagi

sálfræðinga standa vonir til að úr rætist, til dæmis með því að sálfræðinemar úr Háskólanum á Akureyri skili sér einhverjir til baka, eftir að hafa sótt sér framhaldsnám til starfsleyfis annars staðar. Háskólaumhverfið eykur einnig möguleika á að taka þátt í rannsóknum og kennslu.

Líklegt er að sálfræðingar á landsbyggðinni haldi áfram að sækja sér fræðslu og faglegan innblástur innan- sem utanlands eftir fremsta megni. En óneitanlega standa vonir sálfræðinga á landsbyggðinni til þess að eiga greiðari aðgang að símenntun og öðru faglegu starfi með aukinni notkun á tölvu- og nettækni eins og fjarfundabúnaði.

Þar sem sálfræðileg verkefni á landsbyggðinni eru ærin og fáum sálfræðingum til að dreifa, þá liggur í augum uppi að þar eru mörg tækifæri fyrir sálfræðinga sem líkar að vera í fjölbreyttum og krefjandi verkefnum.