

# Dans på sygeplejerskeuddannelserne?

Innovative uddannelses- og klinikforløb med fokus på kroppens sprog, egenkontakt, kommunikation og lederskab

© **Helle Winther & Susanne Næsgaard Grøntved**

Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet

*Publiceret på idrottsforum.org 2020-06-02*

Allerede i de første sekunders møde mellem patient og sygeplejerske taler begge parter kroppens sprog. Kroppen er altid i bevægelse som en stille eller stormfuld dans. Altid signalerende, sansende og kommunikerende gennem spejling, øjenkontakt, berøring og rytmisk og følelsesmæssig afstemning. Kroppens sprog har stor betydning for kontakt, tillid og lederskab i sundhedsprofessionel praksis. Ny forskning viser endvidere, at kroppens sprog kan trænes. Igennem bevægelse, dans, inquiry og praksisnære teoribårne refleksioner. Alligevel er kroppen og ikke mindst bevægelsen ofte overset i professionelle og uddannelsesmæssige sammenhænge. Det gælder også sygeplejerskeuddannelsen på trods af, at det ofte kropsnære møde med sårbare patienter stiller store krav til, at sygeplejersken både kan rumme egne følelser og er i stand til at læse og forstå patientens ofte udelukkende sanselige kommunikation. Denne omsorgskundskab kan erhverves gennem årelang erfaring. Samtidig kan denne dimension af sygeplejergemingen være overvældende for unge sygeplejestuderende.

Spørgsmålet er derfor, om kommende sygeplejerskers professionalitet kan trænes gennem en fornyet og kollektiv opmærksomhed på kropslighed, sanselighed og kommunikation i sygeplejerskeuddannelsen, og om denne bevidsthed kan læres gennem bevægelse og dans.

UC Diakonissestiftelsen, Sygeplejerskeuddannelsen i København og Institut for Idræt og Ernæring Københavns Universitet har igennem flere år sammen undersøgt, hvordan undervisningsforløb, der kombinerer teori, bevægelsesforløb og et øget fokus på kroppens sprog i klinik kan være udviklende for unge sygeplejestuderendes professionspersonlighed.

Resultaterne giver konkrete bud på, hvordan uddannelsesinstitutioner og klinisk praksis kan arbejde meget konkret med en svært tilgængelig, essentiel og altid nærværende del af sygeplejefaget. Projektet har fået både national og international opmærksomhed, da det har innovative uddannelsespotentialer, der også kan være inspirerende for andre uddannelsesmæssige sammenhænge.

HELLE WINTHER er lektor og Ph.d. ved Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet og leder af forskningsgruppen Krop, læring og social forandring. Hun er desuden eksamineret danse- og kropsspsykoterapeut og uddannet i Heartfulness.

SUSANNE NÆSGAARD GRÖNTVED er lektor og cand.cur. ved Sygeplejerskeuddannelsen, UC Diakonissestiftelsen. Susanne underviser i sygepleje, og har igennem mange år haft særligt fokus på sygeplejerskers professionsudvikling historisk og aktuelt.

## Stilhed, stemthed og kropslighed Aktuelle udfordringer

Den moderne samfundsudvikling har betydet, at mange unge på trods af et voksende fokus på kroppen som iscenesættelse paradoksalt nok også er prægede af en større angst og blufærdighed over for kroppens sanselighed. Der er derfor i dag nye problemstillinger på spil i de uddannelser, hvor kropsligheden er en nødvendig og naturlig del af de studerendes kommende professionalitet. Det er også en problematik, der ses i sundhedsprofessionel praksis. Her uddannes også unge sygeplejerskestuderende til en profession, hvor sanselighed, kropskontakt, følelser og nøgenhed er en uomgængelig del af den daglige praksis.

Samtidig viser aktuell forskning, at der er en klar sammenhæng mellem kropslighed, professionel kommunikation og lederskab (Ladkin & Taylor, 2010; Avolio, Walumbwa, Weber, 2010; Ashkanasy & Dasborough, 2010; Diddams & Chang, 2012; Webster-Wright, 2009; Winther, 2012, 2013, 2020; Østern & Irgends, 2018).

Også sansefilosofien, som især den nordiske forskning er inspireret af og den fænomenologiske inspiration, som præger den internationale forskning, har i mange år kastet lys på sygeplejens sanselige dimensioner (Thomas & Pollio, 2002; Galwin & Todres, 2012; Martinsen, 2012; Andersen Kjør, 2012). Bevidstheden om, at kropslighed er grundlæggende for sygeplejen er måske lige så gammelt som faget selv. Både Kari Martinsen (2012) og Tom Andersen Kjør (2012) betoner ofte, at den stemte sansning er en åbenhed til det eksistentielle. Hageman beskriver allerede i 1930, hvordan sygeplejerskens sanselige kontakt, stilhed og ro i eget indre er grundlag for at kunne fornemme tonerne i de mennesker, hun møder (Martinsen, 2012)

Også fænomenologiske studier pointerer, at sygeplejerskens åbenhjertethed og kropsligt tonede respons til patienten er en holistisk og ofte i forskningsmæssigt øjemed overset dimension i sygepleje (Thomas & Pollio, 2002; Galwin & Todres, 2012).

Det er netop dette spændingsfelt, dette projekt bevæger sig ind i. Pointen er nemlig at sanselighed, åbenhjertethed og kropslighed nok kan erkendes gennem dybtgående erfaringer, sansefilosofi og fænomenologi, men de sanselige dimensioner kan kun trænes – *gennem kroppen*.

Derfor kan dansen være en vedkommende fornyer i uddannelseslandskabet.

## Forskningsmetode

### *Embodiment in Education – et større tiltag*

Sygeplejerskeprojektet er en del af et større forskningstiltag om kroppens betydning for professionalitet og uddannelse. Her er der udført flere projekter om *Kroppens sprog i professionel praksis* (Winther, 2012, 2013, 2018, 2020; Herskind & Winther, 2015; Winther, Grøntved, Graversen, Ilkjær 2015; Berg, 2018). Sygeplejerskeprojektet har omhandlet flere faser – hvoraf det seneste havde titlen ”Sygeplejerskestuderendes udvikling af kompetent lederskab med kroppens som lærermester” (Winther, Grøntved, Graversen, Ilkjær, 2015; Grøntved og Winther, 2018; Næsgaard Grøntved, S. Ilkjær, I., Winther H. & Gravesen, E. 2012)

Nævnte sygeplejerskeuddannelse ser i lighed med aktuel forskning og hele det internationale uddannelsesfelt, at netop kropsligheden i sygeplejehvervet er en stor udfordring for unge studerende (Juul Jensen, 2018; Næsgaard Grøntved & Winther, 2018). Uddannelsen fremhæver, at frafald blandt studerende, ofte er begrundet i det overvældende møde med patienterne og den virkelige verden i de første klinikker. Projektet har derfor til formål at udvikle kvaliteten af sygeplejerskeuddannelsen og sætte fornyet fokus på pleje og omsorg i samspil med træning i den kropslige kommunikation. Baggrunden for denne artikel hentes fra to undervisningsforløb med i alt 24 studerende. Alle studerende her både deltaget i undervisningsforløb med fokus på bevægelse, dans og kroppens sprog- og haft en særlig opmærksomhed på kropsligheden igennem deres klinikforløb. De studerende har igennem hele projektet nedskrevet korte praksisnære fortællinger. Det er således de studerendes mangfoldige oplevelser, læreprocesser og refleksioner, der danner baggrund for denne artikel.

### *Praktikerforskning og fænomenologisk inspiration:*

#### *Om oplevelsesbeskrivelser*

Forskning i og igennem praksis er inspireret af aktionsforskning og praktikerforskning (Jarvis, 1999; Dadds Hart & Crotty, 2001).<sup>1</sup>

---

1 Interventionen i de to forløb med studerende, der danner grundlag for artiklen bestod af:  
i. En hel dags introducerende teoretisk og bevægelsesbaseret undervisning i ”Kroppens sprog i professionel praksis”.

Igennem hele forløbet blev der desuden arbejdet med en fænomenologisk og narrativ inspireret forskningstilgang (Todres, 2007; Sparkes, 2003, 2016; Allen- Collison, 2016; van Manen, 2016; Winther, 2015a). Her er der også hentet inspiration fra det, som Andrew Sparkes (2016, p. 345) benævner som ”the sensual revolution”, da det var væsentligt at få indsigt i de studerendes nærsanselige oplevelser og hverdagsfortællinger, for at kunne belyse betydningen af kroppens sprog. Halvdelen af de studerende har endvidere skrevet om, hvordan undervisningen har sat spor i deres virke et år efter endt uddannelse.

Både fænomenologi og nyere narrative forskningsmetoder er kendetegnet af en åbenhed over for kropsligheden og den levede erfaring (Todres, 2007). Her er der også udviklet en særlig opmærksomhed på praksis. Fænomenologien undersøger menneskers livsverden, som den viser sig (Todres, 2007; Merleau-Ponty, 1945/2002; van Manen, 2016). Set fra et fænomenologisk synspunkt kan selv små situationer ”bring us a sense of wonder” og ”arise from the flow of everyday existence” (van Manen, 2016, p. 31 og 35). Den fænomenologiske tilgang kan således åbne for dybdegående beskrivelser af meningsfulde øjeblikke, ”experiences as we live through them” (van Manen, 2016, p. 27). Derfor blev de studerende set som med-forskere, der nedskrev korte situative fortællinger i form af oplevelsesbeskrivelser. Oplevelsesbeskrivelser, skriver sig ind i øjeblikket og kan beskrive følelsesmæssige processer og udfordrende eller bevægende stunder (Winther, 2015b). Essensen af disse er brugt i artiklen som et sammenhængende narrativ og uddrag af de studerendes fortællinger er brugt direkte i artiklen. Fænomenologisk inspireret praktikerforskning kan fra et positivistisk perspektiv kritiseres for ikke at leve op til traditionelle kriterier for evidens. Fænomenologisk evidens handler dog om at opnå en dybere forståelse af et fænomen (van Manen, 2016). Den vil derfor altid være mangetydig, kompleks og aldrig komplet. Det indebærer også åbenhed og ydmyghed over for de subjektivt oplevede erfaringer, som er ”true to life” – og transparente refleksioner over for de, der læser teksten (Todres, 2001; Richardson, 2005).

- 
- ii. Ugentlige sessioner med dans med et helhedsorienteret og bevægelseskommunikativt fokus dokumenteret gennem oplevelsesbeskrivelser.
  - iii. Klinikforløb dokumenteret gennem dagsbogsnotater og oplevelsesbeskrivelser.
  - iv. Opsamlende forløb med teori, bevægelsespraksis og erfaringsbaseret dialog i midten af de studerendes praktik.
  - v. Supervisionsforløb med bevægelse.
  - vi. Opfølgende evaluering et år efter projektets ophør (fase 2).

## Teoretisk baggrund

### *Et helhedsorienteret syn på kroppen*

Projektet er både i teori og praksis baseret på fænomenologi, (Thomas & Pollio, 2002; Todres, 2007; Merleau-Ponty, 1945/2002; Engelsrud, 2006), sansefilosofi (Løgstrup, 1983), kroppsykologi (Lowen, 2006; Sabetti & Freligh, 2001) og bevægelsespsykologi (Winther, 2012, 2014; 2017; Laban, 1980). Denne teoretiske base ser kroppen som en energetisk organisme, der konstant sanser og udtrykker stemthed, sårbarhed og levet liv. Her er især det fænomenologiske begreb den levede krop relevant, da det også hentyder til, at livet leves i og igennem den eksistentielle kropps tvetydighed. Derfor er kroppen også på uundgåelig og nærværende vis til stede i relationen mellem patient og sygeplejerske.

For sygeplejersker bruger i høj grad deres egen kropslighed i omsorgsarbejdet.

### *Kroppens sprog – en lille dans med patienten som underviser*

Kroppens sprog er menneskets første, sidste og måske vigtigste sprog. Det udvikler sig lang tid før talesproget og følger os som en form for modersmål hele livet (Winther, 2012; Winther 2013; Halprin, 2002). Denne kropsligt levende kommunikation kan være både bevidst og præ-fleksiv – men ikke desto mindre både synlig og mærkbar i hverdagens kommunikation (Martinsen, 2012; Winther, 2012, 2013; Ladkin, 2010). Denne kommunikation kan også, som Kenneth Gergen skriver, ses som en ”co-created dance”, hvor sygeplejersken må lære af patienten.

The patient must teach the nurse how to care, and the nurse must listen, not only to the patient’s words but to his or her unspoken bodily response (Gergen, 2000 & Gergen in Thomas & Pollio, 2002, p. 6).

Da denne ”lille dans” ofte i hverdagen er udtrykt gennem meget små kropslige signaler og konstant forandrende energi, kan den være vanskelig udelukkende at træne i det virkelighedsnære sygeplejerske-patient forhold. Derfor arbejdede vi i projektet med opmærksomheden på ”den lille dans” mellem patient og sygeplejerske, samtidig med at vigtige dynamikker blev

forstørrede og bevidstgjorte i den undervisning, hvor de studerende havde mulighed for at lære om ”den store dans” i et trykt og kreativt fællesskab.

### *Den store dans: At kunne lære om rytme, energiskift, berøring og kontakt igennem bevægelse*

De fleste holistisk inspirerede former for dans er egentlig forbundet med grundlæggende dynamikker i kroppens sprog. Dans kan derfor både berøre de fysiske, psykiske, emotionelle og sociale dimensioner af kropsligheden (Halprin, 2002; Engel, 2015; Winther, 2017).

Derfor arbejdede vi i forløbet med enkle improvisationer med inspiration fra pardans, danseterapi og kontaktimprovisation (Winther, 2015b; Sabetti & Freligh, 2001; Novak, 1990). Her var der fokus på grounding, centrering, balance og grænser. Der blev også i særlig grad arbejdet med fælles puls, spejling, berøring, øjenkontakt, energiskift og fornemmelse for uforudsete øjeblikke. Når de studerende bevægede sig sammen parvis var det ofte med fokus på, at den ene af dem var ”sygeplejerske” og den anden ”patient”. Når man bevæger sig sammen med en anden, er det vigtigt at kunne mærke og synkronisere sig med den andens flow. Det handler også om modet til at se og sanse, føre og blive ført – og om at kunne mærke og rumme et andet menneskes sanselighed, skrøbelighed og sårbarhed. Denne kropslige kommunikation er også konstant nærværende i relationen mellem patient og sygeplejerske (Picard, 1995; Winther et al., 2015).

Både den ”lille dans” med patienterne og ”den store dans” med medstuderende var desuden fokuserede på et bevidst arbejde med de tre dimensioner i den professionspersonlige ledelseskompetence (Winther, 2012, 2013; Winther et al., 2015).

### *Den professionspersonlige ledelseskompetence*

Den professionspersonlige ledelseskompetence defineres som en kombination af:

- *Egenkontakt*: Kontakt til egen krop og personlige følelser, evnen til at være fokuseret og nærværende, evnen til at have hjertet med og samtidig bevare et professionelt fokus og en privat afgrænsning.

- *Kommunikationslæsning og kontaktevne*: Evnen til at se, lytte, sanse og mærke. Evnen til at læse både den verbale og kropslige kommunikation. Evnen til at skabe tillidvækkende kontakt med andre. Evnen til sætte grænser.
- *Lederskab over gruppe eller situation*: Professionelt overblik, udstråling, centrering, klart lederskab over gruppe eller situation. Evnen til at indtage eller holde et rum med en sund og kropsligt forankret autoritet og ydmyghed (Winther, 2012).

Den professionspersonlige ledelseskompetence er en konstant nærværende både professionsorienteret og personbåret kompetence, som kan udvikles, bevidstgøres og modnes (Winther, 2012, 2013).

Også for de unge sygeplejersstuderende er denne kompetence altid i spil. Lad os derfor nu åbne de studerendes rejse med både den store og lille dans. En rejse, der bliver formidlet som fortællinger igennem de tre niveauer i den professionspersonlige ledelseskompetence og spejlet i perspektiver fra den fremlagte teoretiske baggrund.

## Level 1, Egenkontakt

### *At lære om rytme, tillid, kontakt, grounding og grænser igennem dans*

I dag, den første dag, går vi rundt mellem hinanden /.../ Det bliver lettere, jo længere tid vi laver denne øvelse. Lidt efter lidt kommer alle ind i en fælles rytme og man kan føle at folk hygger sig. (Selma)<sup>2</sup>

I både dansens og virkelighedens verden er de tre niveauer i den professionspersonlige ledelseskompetence uløseligt vævet sammen. Først når den professionelle er i en nærværende og rolig kontakt med sig selv, kan vedkommende finde en stemthed, en tone eller en fælles rytme med patienten. I både danseforløbet og klinikforløbet blev det tydeligt for de studerende, hvilken betydning kontakten til deres egen krop havde, og hvor ofte, de blev berørte, udfordrede eller rystede.

På den første dag skriver Kettie:

---

2 Alle deltagere er anonymiserede.

Vi laver en række øvelser, hvor vi danser med hinanden. Den ene er ”patient” og den anden sygeplejerske. Jeg er lidt spændt på, hvad der skal ske /.../ I øvelsen skal sygeplejersken føre, og det er Berit, der gør det. Vi danser over for hinanden og holder hinanden i hånden. Vi kigger på hinanden, hun smiler og jeg smiler igen /.../ Jeg føler, at vi klikker godt sammen, og hun har en rigtig god fornemmelse af det hele. Jeg føler ikke, at dansen er akavet, men føler mig tryk og glad. Hun svinger mig rundt. Bagefter siger hun, at hun synes, jeg er ”let at danse med”.

Når Kettie beskriver, at kommunikationen klikker og hun føler sig let og glad, lærer hun også, hvordan rytmen, synkroniseringen og det sanselige samspil med den anden påvirker hendes egen åbenhed, tryghed og dermed – dansen. I Ketties oplevelse lykkes kommunikationen. Den er ”let” og med Martinsens (2012) ord stemt og det er Berit, der som ”sygeplejerske” danner en energigivende støtte for hende.

Selvom de studerende i danseforløbet oplevede et trygt læringsrum og gennem deres egne stemmer fremhæver, hvordan dansen skabte tillid, glæde, og sammenhold, blev der også arbejdet med processer, der var udfordrende for deres kropslige bevidsthed. Især i udfordrende situationer er det vigtigt, at kunne bevare ro og tryghed i egen krop, for netop gennem kroppen sanses og udtrykkes både sygeplejerskens og patientens ro, usikkerhed, blufærdighed, grænser og angst. Her kan dansen danne grobund for, at udviklingsprocesser, der starter i den store dans, kan bringes med som erfaringsbund i mødet med patienterne.

Igennem dansen bevægede de studerende sig langsomt fra forskrækkelse til fortrolighed over for både egne og andres kroppe.

Både danseforløbet og mødet med patienterne i klinikken har været udviklende, glædesfuldt, bevægende og til tider grænseovervindende for de studerende. Mange af dem har tydeligt mærket deres egen levede krop og er overraskede over betydningen.

Her skriver Nanna:

Det, der har klart overrasket mig mest, er, at ens krop lagrer på informationer fra hele ens liv, og det ofte er det, der har betydning for, hvordan jeg reagerer på bestemte situationer. En lille sitren i kroppen, et smil, et nedslået blik, en knugen i maven eller rystende hænder, som kan vare et lille sekund. Det kan være så kort et øjeblik og så anderledes, at jeg ikke ved, hvorfor jeg reagerer sådan.

Igennem dansen får de studerende redskaber til at kunne rumme og mestre egne processer, men deres evne til at bevare og genfinde deres egenkontakt



gennem grounding bliver først for alvor testet i klinikken. Oplevelserne i hospitalets verden kan nemlig også være voldsomme, chokerende og dybt berørende- og her er det vigtigt, at de studerende kan genfinde fodfæstet i svære situationer. Gerda skriver her:

Jeg skal udføre en sårbehandling på en patient /.../ Jeg kender hendes sår, de er store og de volder hende meget smerte /.../ Vi taler lidt sammen, ... det letter stemningen for os begge. Jeg fjerner bandagen, der er helt roligt i rummet /.../ Hun gisper og vrider ansigtet. Jeg kan nærmest mærke smerterne, gennem min egen krop. Det er sådan en underlig følelse, for jeg kan jo ikke mærke dem, men alligevel føle dem /.../ Jeg gør mit arbejde, i rolige bevægelser. Hver gang jeg ser hendes sår, får jeg et chok /.../ Jeg får sådan et hul i maven, det gør bare så ondt på mig, at hun har så ondt. Da jeg er færdig går jeg ud og tager en tår vand og trækker vejret. Puha tænker jeg. Nu er det overstået. Det er lige meget, hvor mange gange jeg har udført behandlingen. Jeg får det sådan i kroppen hver evig eneste gang.

Gerda prøver, set fra et bevægelsespsykologisk synspunkt, i hele situationen på trods af chok og medfølelse at *grounde* sig selv og komme tilbage til en tilstand af ro og egenkontakt. I mødet med patienten. Netop denne fortælling viser, hvordan unge studerende kan reagere på situationer i det job, som de på et senere tidspunkt forventes at kunne mestre og være i med overskud og klarhed.

Derfor må deres evne til at finde eller genfinde sig selv igennem kroppen trænes igen og igen. Her kan træningen i dansens rum måske kun være til ydmyg gavn, men oplevelsesbeskrivelserne kan støtte erkendelses- og bearbejdningsprocessen.

## Level 2, Kommunikationslæsning og kontaktevne

De studerendes kommunikationslæsning og deres evne til at se, lytte, sanse og læse den kropslige kommunikation bliver sammen med deres evne til at skabe en tillidsvækkende empatisk kontakt med andre også udviklet og udfordret igennem projektperioden.

De studerende har skrevet om mange stemte og udfordrende situationer på hospitalerne. Fortællinger, der viser, hvordan de langsomt udvikler deres egenkontakt og kommunikationsevne.

De temaer, der træder tydeligst frem her, handler om øjenkontakt og kropskontakt, som begge har at gøre med at være i et kropsligt, intimt og dog professionelt rum med medstuderende eller patienter. Mange studerende bliver både igennem danseundervisningen og i deres klinik på hospitalet opmærksomme på øjenkontaktens betydning (Winther et al. 2015). Nogle studerende oplever i starten øjenkontakt som værende skræmmende, da man igennem blikket kommer tættere på et andet menneske. Også her er det nærheden og kontakten, der på paradoksal vis opleves som værende både det åbende og skræmmende i relationen. Denne oplevede dobbelthed i forhold til øjenkontakt er måske ikke uden grund, for øjenkontakten er også et af menneskets mest betydningsfulde kommunikationsredskaber (Thornquist, 2005). For patienterne kan energien i den professionelle blik have en afgørende betydning for, om de føler sig set eller overset (Winther, 2012). De studerende bliver langsomt medvidende om blikkets sårbarhed, magt og muligheder og kastes i både den store og lille dans ud på en rejse, hvor deres blufærdighedsgrænser udfordres, mens ægtheden og den eksistentielle åbenhed indimellem træder frem.

Det viser de også igennem fortællinger om kropskontakt.

### *Kropskontakt og berøring: At rykke grænser og komme tættere på andre*

Da vi skulle berolige hinanden ved berøring af de, som sad på en stol med lukkede øjne, oplevede jeg hvor stor en forskel det har for, hvordan man viser, at man er der.

Ovenstående skriver Ann i forbindelse med en øvelse med berøring, for også kropskontakt kan trænes imellem de unge i en udforskende stille dans. Men det at turde være der og virkelig stille sig til rådighed for en anden gennem sin egen kropslighed, kan også være forbundet med grænser.

Behovet for kropskontakt følger mennesker gennem hele livet, fra fødsel til død og berøring kan derfor også være med til at skabe ro, omsorg og lindring, ligesom det i mange dagligdags situationer kan udgøre en fysisk støtte for et sygt menneske (Winther, 2009; Argyle, 2002; Moberg, 2003). Netop fordi kropskontakt er så essentiel for mennesket, er den også i hverdagskontekster beskyttet via energetiske territorialzoner, som beskytter den intime sfære. Og dog er det nødvendigt, at sygeplejersker kan finde vej i intimsfærens grænseland, da det ofte er en uomgængelig del af deres arbejde. Derfor må også dette sprog trænes. Det trænes både i danseundervisningen

og i klinikken, hvor de må føre og finde og som Gergen (2000) skriver, blive undervist af patienten.

Det kan være en bevægende oplevelse, og i hospitalets hverdag viser det sig for Jane som en stille afstemt lille dans i mødet med den ældre mand, Hr. W.

Mens vi snakker prøver jeg at fange hans øjne, men han sidder foroverbøjet og kigger ned i jorden. Jeg tager hans hånd, mest for at føle jeg har kontakt til ham. Hans hånd er varm og tør og stor. Ligesom min farfars. Jeg synker en gang. Jeg mistede ham i sommer. Men det er ikke det, jeg skal fokusere på nu. Hr. W lader sig ikke mærke med, at jeg har min lille hånd på hans. Samtalen er gået i stå, og rummet larmer af stilhed. Ikke engang uret tikker. Jeg har det ikke længere så godt med, at jeg ikke kan se hans ansigt, så uden at fjerne hånden fra ham, triller jeg stolen hen foran hans seng, og sætter mig ved siden af ham. Spejler hans kropssprog. Min vejrtækning falder sammen med hans, den er rolig og dyb, og jeg føler egentlig, at det er okay at sidde der på sengekanten sammen med ham i stilhed. Hr. W klemmer min hånd, og vi sidder bare der sammen lidt, indtil han rømmer sig og nikker. Jeg ved, at det er tid til at gå. Jeg rejser mig. Retter på kitlen- og smiler til ham på vej ud af døren.

Jane arbejder her med både første og andet niveau af den professionspersonlige ledelseskompentence. Hun er fortrolig med både berøringen og sin egen krops berørthed. Hun har mod til at tage Hr. W i hånden og arbejde med både kropskontakt, stilhed og spejling som følelsesmæssigt beroligende redskab. Det lykkes derfor for Jane og Hr. W at finde hinanden i en stemt og sikker lille dans.

Janes oplevelse handler ikke kun om kropskontakt og kommunikationslæsning. Den handler også om lederskab, – det tredje niveau i den professionspersonlige kompetence.

## Level 3, Lederskab og følgeskab

Lederskab handler i kropssproglig henseende om både at kunne skabe, indtage og holde et rum og samtidigt være opmærksom på både egenkontakt, kommunikationslæsning og kontaktevne (Winther, 2012, 2013, 2020). Disse niveauer er nemlig forudsætning for et situativt lederskab, der også i høj grad sanses og udtrykkes gennem kroppen.

Et kropsligt baseret lederskab handler ikke om magt, men om klarhed, sikkerhed og tillid. I nedenstående lykkes det for Rita at mestre et kompetent lederskab og skabe grobund for følgeskab, da hun skal finde ud af, hvordan hun kan støtte en patient, der skal i bad:

Da jeg går ind til ham og spørger, om han ikke kunne tænke sig at komme i bad, lægger jeg mærke til, hvordan jeg kompenserer for min nervøsitet – jeg står rank og det virker. Jeg spørger, med en klar og tydelig stemme, om han kan klare det selv, og lægger i min tone lidt op til, at det kan han godt, men så siger han alligevel, lidt sart i tonen, ”du må godt lige hjælpe mig derud” (Rita).

Selvom ovenstående lille episode er et dagligdags øjeblik, er det betydningsfuldt for Rita at mærke, at hun har overskud og lederskab i situationen. Også Sara, giver i sine fortællinger udtryk for, at dansen, de kropslige øvelser og bevidstheden om kroppens betydning for lederskab hjælper hende. Hun skriver:

Det er tirsdag morgen. Det er begyndt at blive koldere om morgen. Jeg står foran spejlet og ser på mig selv. ”Kan du lede sygeplejen?”. Jeg kigger på mig selv. ”Det kan du og skal du i dag”.

Da jeg kommer ind til kontoret, siger min daglige sygeplejeske, at jeg skal have ansvaret for en ny patient. Jeg mærker en glæde og varme i kroppen. Jeg mærker, at jeg står godt fast og er klar.

Allerede da vi går ned at gangen, tænker jeg: Tag lederskab. Jeg går bevidst ind foran min sygeplejeske, da jeg vil gå ind først og vise jeg tør. Inden jeg går ind, retter jeg ryggen, smiler for mig selv, tager to gode vejtrækninger og mærker gulvet under mig. Jeg åbner døren og ser patienten ligger i sengen. Jeg går hen og rækker hånden frem og siger, at jeg primært vil stå for hendes indlægnings forløb, i samarbejde med sygeplejersken. Hun kigger op mig og tager fat i min arm og siger: ”Det er glad for.” Så ånder hun lettet op og smiler.

Selvom de studerende har glæde af den professionspersonlige træning, er hverdagen på et hospital uforudsigelig. Ofte er det små og tilsyneladende dagligdags hændelser, der vipper de studerende af pinden. Og følelsesmættede situationer kan være så udfordrende, at de studerende føler, at de mister deres egenkontakt og derfor må kæmpe for deres lederskab.

Det oplever Klara på en nattevagt.

Jeg er i nattevagt og vi skal modtage en patient, Jeg synes i forvejen, at det er meget anderledes at være sygeplejestuderende i vagt om natten, hvilket jeg godt kan mærke påvirker mig, fordi det er mørkt på gangen og der er helt stille.

Vi modtager patienten. Jeg får fremstammet, at jeg skal måle hans blodtryk, blodprøver og puls samt tage et EKG. Patienten giver udtryk for, at han er frygtelig bange for nåle. Jeg bliver super nervøs, fordi patienten direkte siger til mig, at han er rædselsslagen, og spørger, om jeg nu har prøvet det før. Han ved godt, at jeg er studerende. Jeg bliver altid så nervøs, når jeg

skal stikke folk, hvis nu det går galt, så er det altså en fysisk skade, jeg har pådraget patienten. Jeg kan mærke varmen stige til vejrs i mit hoved, og jeg fornemmer, at blive helt rød i ansigtet, Jeg tænker slet ikke på min arbejdsstilling, før min vejleder nævner det for mig. Jeg retter min ryg, Jeg stikker. Jeg trækker nålen ud igen, og patienten ømmer sig. Nu er det overstået, Jeg er helt oppe og køre bagefter af glæde. Det irriterer mig bare så meget, at jeg skal blive så nervøs hver gang, jeg skal stikke en patient”

Her lykkes det efterhånden Klara, at handle professionelt på trods af en for hende oplevet kaotisk situation, hvor patienten både tvivler på hendes faglighed og lederskab. Hendes fortælling viser også, hvor let unge sygeplejerskestuderende kan blive smittede af patienternes følelser og hvor nervøse, de kan være for at udføre deres kommende sygeplejefaglighed. Den studerende har i denne situation i et sygeplejefagligt sprog, overvundet en ”præmatur” ledelsesudfordring. Klinisk lederskab kan nemlig forstås som en interpersonel og multidimensional tværfaglig proces, hvor patient, sygeplejerske og sygepleje konstant interagerer med hinanden (Munksgård, 2018).

Som det fremgår af artiklen, er de tre niveauer af den professionspersonlige ledelseskompetence uløseligt forbundne og kan skifte mange gange i løbet af en dag. Dagligdagen på et hospital er både bevægende og krævende – og langt fra altid en dans på roser. De studerende må dag efter dag genfinde grounding, mod og lederskab. Netop derfor har det også betydning, at de har fået redskaber, som de kan bruge i mange år frem.

I den forbindelse skriver Jane et år efter, at hun er blevet færdiguddannet som sygeplejerske:

Før jeg deltog i projektet, havde jeg intet filter, jeg opslugte alt og bar mange ting og skæbner på mine skuldre. Derudover delte jeg ofte alt for meget om mig selv, fordi jeg så gerne ville fremstå menneskelig og involveret.

Projektet har lært mig at sætte grænser for, hvor meget jeg skal og kan tage på mine skuldre, selvom nogle skæbner er tunge og svære. /.../ Men det går lige så stille fremad.

De studerende fortæller også, at forløbet kun er starten på en mangeårig udviklings- og modningsproces. Her skriver Ester efter endt uddannelse:

Jeg bruger principperne dagligt i mit virke som sygeplejerske /.../ Dog ville det være godt, hvis der blev samlet op efter endt uddannelse. Jeg kunne godt bruge en refleksionsgruppe til at bearbejde de oplevelser, jeg har som nyuddannet sygeplejerske.

## Diskussion, konkluderende refleksioner og fremtidig forskning

Undervisningsforløb om kroppens sprog og træning af både den store og lille dans sætter naturligvis ikke de studerende i stand til at mestre alle situationer i deres kommende virke, men det kan give dem konkrete handle-redskaber og en både kropslig, erkendelsesmæssig og teoretisk forståelse af processer, der ellers kan være svære at tumle med. Kroppen er hos både patienten og sygeplejersken forbundet med følsomhed, levet liv og eksistentielle dimensioner. Derfor er dette ingen magisk recept. Den professionspersonlige ledelseskompetence vil blive udfordret igen og igen igennem den professionelles rejse i virkelighedens verden. Ikke desto mindre viser projektet og de studerendes fyldige stemmer, at de har fået en dybere bevidsthed og en større fortrolighed til at kunne arbejde med kroppens sprog i deres kommende praksis. De studerende viser i deres fortællinger, at de også igennem både glædesfyldte, chokerende og sårbare situationer har fundet nye veje og lært om ydmyghed og erkendelse. Frem for alt er projektets måske største potentiale, at det kan flytte det, som ellers kan opleves som private nederlag til en fælles rejse. Kropsforskrækkelse kan bearbejdes og kropskontakt kan trænes igennem bevægelse i et trygt, kollektivt og kreativt uddannelsesrum både før, under og efter klinikkens chokerende og følelsesmættede små danse. Her har det også haft betydning, at de hverdagsnære erfaringer blev nedskrevet og til dels bearbejdet i et fælles rum. Dermed viser det sig også, at projektets forskningsmetode med fordel kan implementeres i uddannelsessammenhænge og berige de studerendes læreprocesser.

Den første del af dette projekt var endnu ikke en del af det obligatoriske curriculum. Projektets innovative forandringspotentialer, har dog betydet, at arbejdet med dans, bevægelse og den professionspersonlige ledelseskompetence sidenhen er blevet implementeret som en obligatorisk del på både den uddannelse projektets er udført på og på andre professionsuddannelser. Derudover er der afviklet et Nordisk seminar med stor tilslutning fra en række hospitaler og uddannelser i Danmark, Norge og Sverige, samt mange inspirationsdage i det sundhedsprofessionelle feltet. Også American Association for Holistic Nursing har udviklet et kursus på baggrund af projektets resultater. Projektet og den efterfølgende opmærksomhed viser derfor, at landskabet omkring kroppens sprog kan skabe et fælles tredje og en kollektiv bevidsthed for både studerende, undervisere og vejledere. Det giver dog nye udfordringer, for det betoner også vigtigheden af, at politikere, uddannelsesansvarlig, undervisere og kliniske vejledere har forståelse for

området betydning. Projektet peger dermed også på muligheder for fortsat udvikling af fremtidens uddannelseslandskaber.

Projektet viser nytænkende veje og peger samtidig på muligheder for at tage vare på gamle og essentielle værdier af sygeplejen. Samtidig viser det nye veje for dansen. For det er netop i det utraditionelle samarbejde mellem professionelle eller uddannelsesinstitutioner med danse- og bevægelsesbaggrund og undervisere med sygeplejebaggrund, at nye bølger brydes i takt med, at utraditionelle nytænkende forløb skabes.

Der er dog behov for mere forskning inden for området. Også på den internationale scene. Derfor må også andre uddannelser og andre forskere bydes op til dans. Dermed kan vi sammen møde fremtidens uddannelsesmæssige udfordringer. Og give unge sygeplejersker mulighed for både at udvikle sig selv og et kompetent og sikkert professionspersonligt lederskab.

Dermed vil de også kunne blive fortrolige med det mellemmenneskelige møde med patienten gennem en fornyet opmærksomhed på samklangen mellem body, mind, heart and spirit.

## Referencer

- Allen-Collinson, J. (2016). Breathing in life: phenomenological perspectives on sport and exercise. I: Smith, B. & Sparkes, A. (Eds.), *Routledge International Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise* (s. 11-24). New York: Routledge.
- Andersen Kjær, T. (2012). Mennesker taler først med kroppen. I: Winther, H., *Kroppens sprog i professionel praksis*, (s. 40-54). København: Billesø og Baltzer.
- Argyle, M. (2002). *Körpersprache und Kommunikation. Das Handbuch zur non-verbalen Kommunikation*. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Ashkanasy, N. M. & Dasborough, M. T. (2010). Emotional Awareness and Emotional Intelligence in Leadership Teaching. *Journal of Education for Business*, 79(1), s. 18-22.
- Avolio, B., Walumbwa, F. & Weber, T. J. (2009). *Leadership: Current Theories, Research, and Future Directions*. Management Department Faculty Publications, 37.
- Berg, M. & Thilo, T. (2012). At blive kastet for de sultne løver. I: Winther, H., *Kroppens sprog i professionel praksis – kontakt, nærvær, lederskab og personlig kommunikation*, (s. 142-153). København: Billesø og Baltzer.
- Borghäll, J. (1990). *Pædagogik for forrykte – om den ekspressive idræt*. Roskilde: Forlaget ROAS.
- Dadds, M., Hart, S. & Crotty, T. (2001). *Doing practitioner research differently*. London: Routledge/Falmer.

- Diddams, M. & Chang, G. C. (2012). Only human: Exploring the nature of weakness in authentic leadership. *The Leadership Quarterly*, 23, s. 593-603.
- Engel, L. (2015). Kroppens fortællinger. I: Winther, H., Engel, L., Nørgaard, M. og Herskind, M., *Fodfæste og himmelkys – Undervisningsbog i bevægelse, rytmisk gymnastik og dans* (s. 11-20). Værløse. Billesø & Baltzer.
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Galwin, K. & Todres, L. (2012). *Caring and wellbeing. A Lifeworld Approach*. London, UK: Karnac Books.
- Gergen, K. (2000). The nature of human care. Paper presented to the Applied Phenomenology Study Group at the University of Tennessee, Knoxville.
- Halprin, D. (2002). *The Expressive Body in Life, Art, and Therapy: Working With Movement, Metaphor, and Meaning*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Ilkjær, I. (2012). *Åndenød. En undersøgelse af eksistentielle og åndelige fænomeners betydning for alvorligt syge patienter med kronisk obstruktiv lungelidelse*. Afdelingen for systematisk teologi. Det teologiske fakultet. Københavns Universitet: København.
- Jarvis, P. (1999). *The practitioner-researcher: Developing theory from practice*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Juul Jensen C. (2018). *Nyuddannede sygeplejerskers møder med realiteterne på medicinske afsnit i reformerede sygehuse – en institutionel etnografisk undersøgelse for nyuddannede sygeplejersker*. Ph.d. afhandling. UCC.
- Laban, R. (1980). *The mastery of movement*. Plymouth: Macdonald & Evans, Ltd.
- Ladkin, D., & Taylor, S. (2010). Enacting the true Towards a theory of embodied authentic leadership. *The Leadership Quarterly*, 21(1), s. 64-74.
- Lowen, A. (2006). *The Language of the Body: Physical Dynamics of Character Structure*. Alachua, Fla: Bioenergetic Press.
- Løgstrup, K. E. (1983). *Kunst og erkendelse. Metafysik II*. (1st ed.). Haslev: Gyl-dendal.
- Martinsen, K. (2012). *Løgstrup og sygeplejen*. Århus Denmark: Klim
- Merleau-Ponty, M. (1945/2002). *Phenomenology of Perception*. London/New York: Routledge Classics.
- Moberg K. (2003). *The Oxytocin Factor: Tapping the Hormone of Calm, Love and Healing*. London: Pinter & Martin.
- Munksgaard M. E. (2018). Klinisk lederskab. I S. Hundborg (red.), *Sundhedsvæsenet under forandring*. København: Munksgaard 1. Udg. s.123-147.
- Novack, C. J. (1990). *Sharing the Dance. Contact Improvisation and American Culture*. Madison, WI: The University of Wisconsin Press
- Næsgaard Grøntved, S., Ilkjær, I., Winther, H. & Gravesen, E. (2012). Projektbeskrivelse Krop, kontakt og professionspersonlig kompetence. København: Diakonissestiftelsen. Upub
- Næsgaard Grøntved, S. & Ilkjær, I. (2013). Evaluering af projekt Krop, kontakt og professionspersonlig kompetence. København: Diakonissestiftelsen. Upub.
- Næsgaard Grøntved, S. og Winther, H. (2018). *Sygeplejerskestuderendes udvikling af kompetent professionspersonligt lederskab med kroppen som lærermester. Evaluering af projekt*. København: UC Diakonissestiftelsen. Projekt rapport. Upubliceret. In press.



- Picard, C. (1995). Images of Caring in Nursing and Dance. *Journal of Holistic Nursing*, 13(4), 323–331. <https://doi.org/10.1177/089801019501300404>.
- Richardson, L. (2005). “Qualitative Writing”. I: Richardson, L. & Pierre, E. A. “In Qualitative Writing” I: Denzin, N. K. & Lincoln, Y. (red.) *The Sage Handbook of Qualitative Research*, (3rd ed.). London: Sage.
- Sabetti, S., & Freligh, L. (2001). *Life Energy Process, Forms – Dynamics – Principles*. München: Life Energy Media.
- Sparkes, S. (1996). Interrupted Body Projects and the Self in Teaching: Exploring an absent presence. *International Studies in Sociology of Education*, 6(2), s. 167-89.
- Sparkes, A. (2002). *Telling tales in sport and physical activity: A qualitative journey*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sparkes A. (2016). Researching the senses in sport and exercise. I: Smith, B. & Sparkes, A. (Eds.), *Routledge International Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise* (p. 11-24). New York: Routledge.
- Thomas, S. P. & Pollio, H. R. (2002). *Listening to Patients: A Phenomenological Approach to Nursing Research and Practice*. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Thornquist, E. (2005). *Klinik, Kommunikation, Information*. København: Hans Reitzel.
- Todres, L. & Wheeler, S. (2001). The complementarity of phenomenology, hermeneutics and existentialism as a philosophical perspective for nursing research. *International Journal of Nursing Studies*, 38(1), s. 1-8.
- Todres, L. (2007). *Embodied Enquiry: Phenomenological Touchstones for Research, Psychotherapy and Spirituality*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Webster-Wright, A. (2009). Reframing Professional Development through Understanding Authentic Professional Learning. *Review of Educational Research*. 2009;79(2), s. 702-739.
- van Manen, M. (2016). *Phenomenology of Practice. Meaning-Giving Methods in Phenomenological Research and Writing*. London and New York. Routledge.
- Winther, H. (2012). *Kroppens sprog i professionel praksis – kontakt, nærvær, lederskab og personlig kommunikation*. København: Billesø og Baltzer.
- Winther, H. (2013). Professionals Are Their Bodies. The Language of the Body as Sounding Board in Leadership and Professional Communication. I: Melina, L., Burgess, G. & Falkman, L., *The embodiment of Leadership: Building leadership bridges* (s. 217-239). San Francisco: Jossey Bass
- Winther, H. (2015a). Praktikerforskning. I: Thing, L. F. & Ottesen, L. S. (red.), *Metoder i Idræts- og Fysioterapiforskning*. (2. udg., s. 172-189). København: Munksgaard
- Winther, H. (2015b). Alle danse – improvisation, gruppedynamik og energi. I: Winther, H., Engel, L., Nørgaard, M. og Herskind, M. *Fodfæste og himmelkys – Undervisningsbog i bevægelse, rytmisk gymnastik og dans*, (s. 154-178). Værløse: Billesø & Baltzer.
- Winther, H., Grøntved, S. N., Graversen, E. K., & Ilkjær, I. (2015). The dancing nurses and the language of the body: Training somatic awareness, bodily

- communication, and embodied professional competence in nurse education. *Journal of Holistic Nursing*, 33(3), s. 182-192.
- Winther, H. (2018). Dancing Days with Young People: An Art-Based Coproduced Research Film on Embodied Leadership, Creativity, and Innovative Education. *International Journal of Qualitative Methods*, 17, s. 1-10.
- Winther, H. (2020). Let's move: Embodiment, leadership, and dance in education in M. B. Tin, F. Telseth, J.O. Tangen & R. Giulianotti. *The Nordic Model and Physical Culture*. (1 udg.) Oxon & New York: Routledge.
- Østern, T. P. & Irgends, E. J. (2018). Interfering with lived field of dance pedagogy from organizational and leadership studies perspectives – an explorative intervention with performing and teaching dance artists. *Research in Dance Education*, 19:1, s. 57-73.