

Hovedoplæg: Kroppens sprog - overset potentiale i professionel praksis

Vi har ikke blot en krop - vi er vores krop. Det er vigtigt at huske, da vi ikke kan agere reflekteret i professionelle sammenhænge uden at tænke kroppen med. I størstedelen af vores liv benytter vi det verbale sprog til at kommunikere med hinanden, men hvordan finder man ind til et menneske, der ikke kan mødes gennem ord som f.eks. demente? Her kommer kroppen i spil.

Helle Winther, lektor ved Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet

Kropslighed skaber tillid

Helle Winther præsenterer kroppens sprog som det første, det sidste og det vigtigste sprog mennesket har. Allerede fra fødslen kommunikerer det lille barn helt kompetent med sin krop for at udtrykke sine følelser og behov. I udsatte situationer er man afhængig af, at andre bærer en igennem.

Tillid er derfor i mange professionelle sammenhænge afgørende for at skabe et menneskeligt møde, og tillid er oftest forbundet med kropslighed.

Det nærsanselige møde og de nærsanselige relationer skal vi turde som professionelle på trods af, at det kropslige i professionelle sammenhænge har været underbelyst og næsten tabuiseret. Det har været en tavs bevidsthed hos mange

plejere.

Professionspersonlig ledelseskompetence

Helle Winther har udviklet begrebet *det professionspersonlige*, som kort fortalt er samspillet mellem det personlige, det kropslige og det professionelle.

Vi har alle en unik kropslighed, som vi bærer med ind i vores profession, og den bør vi være meget bevidste om og bruge aktivt og reflekteret.

Hun understregede denne pointe ved at bede alle oplæggets deltagere om at rejse sig op og gå rundt i salen og tage kontakt til hinanden - først med øjnene, og så med berøring.

Hun lod derefter deltagerne føre hinanden rundt på skift. De måtte ikke tale sammen, men skulle udelukkende bruge deres kroppe til at vise vej. Flere udtrykte bagefter, at de i højere grad havde set hele mennesket, når kroppen var med i kontakten.

Den professionspersonlige ledelseskompetence bygger på følgende:

1. **Egenkontakt.** Her er kodeordene grounding og centrering. Det er vigtigt at have kontakt til sin krop for at kunne benytte kroppens sprog som et redskab i professionelt arbejde.



Foto: Videnskab.dk

2. **Kommunikationslæsning og kontaktevene.** Det er den professionelles opgave at skabe

klangbund hos den anden, ikke omvendte.

For at hjælpe og støtte bedst skal man som professionel holde fokus på at se, læse, lytte og reagere kompetent og nærværende.

Øjenkontakten er et af menneskets mest betydningsfulde redskaber. Vi formidler vores tilgængelighed over for hinanden gennem øjnene, og det er ofte trygt for den demente at kunne fornemme den professionelle tilgængelighed. Det gælder også situationer, hvor vi ikke selv har ønsket, at den professionelle går ind i vores intimsfære.

3: Lederskab over gruppe eller situation. Her er tale om den måde, vi indtager og behersker et rum på. Helle Winther kom især ind på, hvordan vi kommunikerer gennem kropslige status. Det signalerer en høj status, når man indtager meget fysisk plads, ofte i centrum af rummet, og når man ikke viger for øjenkontakt eller afgiver kontrol.

Meget kraftfulde og langsomme bevægelser er også et udtryk for høj status og dominans. Det signalerer omvendt lav status, når man beskytter kroppen og undlader at indtage meget fysisk plads, f.eks. ved at sætte sig på udkanten af en stol eller vige for øjenkontakt.

Balanceret status er karakteriseret ved skiftevis at kunne gå fra høj til lav status. Man skal både kunne tage og give plads samt give og afgive kontrol.

Kroppen som læremester

Helle Winther sluttede sit oplæg af ved at understrege, at professionspersonlige kompetencer ikke bare noget vi har.

Det er en konstant bevægelse og en meget personlig kompetence, som kan bevidstgøres, opøves og modnes gennem hele livet.

Kontakt oplægsholder:
hwinther@ifi.ku.dk

