



Lise Gladhus, førstelektor, Høgskolen i Buskerud og student ved Norsk Psykodrama-Akademi.

Mindre stryk med psykodrama

Bruk av psykodramatiske øvelser i faget medikamentregning synes å bidra til større selvtillit og bedre prestasjoner

Mange av studentene frykter faget medikamentregning, og strykprosenten har vært høy. Ved Høgskolen i Buskerud har den nå gått kraftig ned. I denne artikkelen reflekteres det over en psykodramatisk tilnærming som er anvendt i undervisningen de siste tre årene, og denne tilnærmingens betydning for kvaliteten på undervisningen og læringsutbytte.

Medikamentregning

Medikamentregningsprøven i sykepleierutdanningene er i en særstilling fordi resultatet må være «alt riktig». Dette kravet kom i ny rammeplan for sykepleierutdanning i 2000 (1). Etter denne innføringen ble det en svært høy strykprosent i hele landet.

Etter flere år med ansvar for undervisningen i medikamentregning, har jeg opplevd at en del studenter sier de har liten selvtillit i matematikk og er redd for eksamen. I en britisk studie ble sykepleierstudenter spurt om deres erfaring med matematikk i tidligere skolegang. Resultatene fra denne studien viser også at de uttrykker manglende selvtillit i matematikk. Betegnelsen «frustrerende» var den mest brukte for å beskrive forholdet til matematikk (2). I en amerikansk studie om sykepleierstudenter og matematikkangst viste det seg at matematikkangst var en faktor med hensyn til om sykepleierstudentene mestret medikamentregning, selv om det ikke var noen signifikant sammenheng (3).

PowerPoint

Høgskolen i Buskerud har økt antallet studenter de senere årene. For 15 år siden besto klassene av 30–40 studenter. Nå er kullene opp mot 160 studenter. Samtidig har bruk av dataprogrammet PowerPoint eskalert. Det har blitt en standard for presentasjoner og brukes mye i undervisningen. I dette programmet kan man lage, redigere og vise fremvisninger og presentasjoner for lysbildefremvisninger (4). I 2007 hadde norske nettaviser en diskusjon, og bakgrunnen for diskusjonen var en australsk artikkel om at «the use of PowerPoint has

been a disaster» (5,6). Ofte blir verktøyet PowerPoint anvendt på en måte som gjør at undervisningen blir svært lærerstyrt. Det skaper passive studenter, samt fokuserer lite på gruppens prosesser. Dette er et paradoks når Kvalitetsreformen initierte en betydelig endring av høyere utdanning. Mer studentaktive læringsformer og bedre oppfølging av studentene var viktige områder som ble poengtert (7). En ny nordisk rapport om læringsutbytte gir en oversikt over ulike trender med beskrivelser av læringsutbytte og ulike tilnærminger i undervisningen, samt utfordringer i evaluering av læringsutbytte i høyere utdanning (8).

Hva er psykodrama?

Psykodrama er en kreativ metode med terapeutisk virkning egnet til arbeid med grupper i alle felt i samfunnet (9). Jacob Levi Moreno (1889–1974) er grunnleggeren av psykodrama (10,11). Hans virksomhet er mangfoldig; han studerte først filosofi, senere medisin og spesialisering innen psykiatri, og han var også teaterskaper (12). Moreno var nyskapende og ble sett på som kontroversiell. Hans metode og filosofi kjennetegnes av en ukuelig tillit til individets og gruppens skaperevne (9).

Jana Segula, faglig leder ved Norsk Psykodrama-Akademi

Psykodramatisk tilnærming er egnet i alle fag i sykepleien.

(13), trekker frem at psykodrama er en allmennmenneskelig metode med stort potensial som skal brukes respektfullt, varsomt, direkte og konkret. Metoden kan brukes i forhold til alle livets problemområder og eksistensielle spørsmål. Den kan også brukes i forhold til dilemmaer og visjoner (9). Man uttrykker temaet gjennom dramatisk handling i stedet for, eller i tillegg til å snakke om det (14). Psykodrama består av to teorier: spontanitets- og kreativitetsteorien og rolleteorien og tre teknikker: rollebytte, speiling og dublering, og fem instrumenter: scenen,

www.sykepleien.no

Les mer og finn litteraturhenvisninger på våre nettsider.

Søkeord:

- ▶ Pedagogikk
- ▶ Undervisning
- ▶ Utdanning





LÆRER MER: Ulike undervisningsmetoder gir økt læringsutbytte. Her fra gruppearbeid på Høyskolen Diakonova. Arkivfoto: Stig M. Weston.

gruppen, hovedpersonen, lederen og medspillerne (10,15,16).

Rollebytte

Ideen om spontanitet og rollebytte utviklet Moreno ved å observere barns lek. Han så hvordan barn går inn i alle slags roller når de leker (15). Ved å gå inn og spille rollen som det skumle kan barn bearbeide ubehagelige følelser på en naturlig måte. Moreno anser kreativitet og spontanitet som de primære drivkreftene i livet. Disse kreftene utvikles og tas i bruk i møtet med livets utfordringer (10). Moreno sier at psykodramatiske metoder også kan benyttes for å minne menneskene om deres potensial som kreative vesener (17).

Moreno definerer spontanitet som en adekvat respons på en ny situasjon eller en ny respons på en gammel situasjon. Spontanitet er ikke bare en prosess i personen, men også en flyt av følelser i retning av en annen persons spontane tilstand. Denne flyten av følelser mellom to eller flere personer kalles tele (15). Tele stammer fra gresk og betyr innflytelse på avstand (18). Tele bidrar til økt interaksjon mellom medlemmene av en gruppe (16). Moreno la i begrepet tele et forhold mellom mennesker som ser hverandre klart. Et godt teleforhold forutsetter at partene har tilstrekkelig avstand til å kunne skille mellom seg selv og den andre (18). Oppbygging av tele er ikke

bare viktig i en terapissammenheng, men også i en pedagogisk sammenheng. Det fører til økt trygghet som er et viktig grunnlag for læring.

Psykodrama i undervisningen

Moreno anbefaler at man gjør bruk av metoden også i pedagogiske sammenhenger og ikke bare i terapi (15). Utdanninger til yrker hvor det gjelder å utvikle personlig kompetanse utgjør

Psykodrama er en kreativ metode med terapeutisk virkning.

et viktig anvendelsesområde for psykodramatiske metoder. Jeg mener at en psykodramatisk tilnærming er egnet i alle fag i sykepleien, ikke bare i de fagene som handler om personlig kompetanse. Studenter har gjennom mange år gitt uttrykk for engstelse for faget medikamentregning. Faget kan lettere tilegnes ved bruk av en psykodramatisk tilnærming i undervisningen, selv om det er naturvitenskapelig.

Pedagogiske prosesser har et annet mål enn terapeutiske. I en pedagogisk prosess vil det være et kunnskapselement i



tillegg til personen selv som inngår i prosessen (19). Undervisning handler om å tilrettelegge og skape betingelser for andres læring. Undervisning er ikke og kan ikke, forstås som bare et faglig forhold. Undervisning handler også om lærerens forhold til deltakerne og om deltakernes forhold til hverandre (20). Rollo May, en fremtredende representant for den humanistisk-eksistensielle psykologien, sier at alle yrker krever et visst skapende mot, ikke minst undervisning (21). I likhet med Moreno skriver May om kreativitet, og han sier videre at en blir slått av mangelen på arbeider om kreativitet. Han sier at temaet i hovedsak ble unngått; det ble ansett som mystisk, forstyrrende og ikke vitenskapelig nok.

Krever «timing»

I et godt studiefellesskap mellom lærer og student og studenter imellom er det trygt å være og å uttrykke seg. En velutviklet gruppe har høy grad av tele, den enkelte student er stjerne eller hovedrolleinnehaver på omgang, samt at det er uten konkurranse. Alle skal få mulighet til å utfolde seg. Det er utfordrende å få til dette i en storgruppe i et auditorium. Hvordan bidra til at den enkelte kjenner tilhørighet, blir sett og får mulighet til å utfolde seg? En annen utfordring er å finne fremgangsmåter for å unngå forvirring, skepsis og motstand når en går

Strykprosenten i medikamentregning har vært på over 50 prosent og er nå på 10 prosent.

fra tradisjonell til psykodramatisk tilnærming i undervisningen. I tradisjonell forelesning blir deltakerne ofte passive, anonyme og distansert fra læreren og de øvrige deltakerne. Dersom formidlingen i tillegg baseres på en lærerstyrt bruk av PowerPoint-presentasjonen, blir overgangen stor. Introduksjon av psykodramatisk tilnærming i undervisningen krever derfor en omtentksom «timing».

Litteratur om temaet, eksempelvis McLaughlin, Freed og Tadych samt Drew, handler alle om smågrupper à 20–30 deltakere i klasserom (22,23). Artiklene beskriver psykodramatisk tilnærming i høyere utdanning, og faktisk også i sykepleierutdanningen, i motsetning til majoriteten av litteraturen som handler om tilnærmingen anvendt i grunn- og videregående skole. Det ideelle er klasserom med mulighet for å flytte pulter og stoler slik at det blir plass til bevegelse (22). Jeg har derfor stått overfor flere utfordringer i auditoriet, som innebærer en stor gruppe og møbler som ikke lar flytte på seg, og dermed lite rom for bevegelse. Bevegelse er en vanlig aktivitet i oppvarmingsfasen i psykodrama, blant annet for at alle skal bli møtt og sett av hverandre. Alle kan heller ikke bli møtt og sett av alle i en så stor gruppe, slik at målet har vært at noen blir møtt og sett av noen.

Psykodramatiske øvelser

Moreno er opptatt av at vi trenger en oppvarmingsfase for å bli mer spontane og oppmerksomme (15). Slik vil man kunne bygge relasjoner innad i gruppen. Alle blir møtt og tatt imot på egne premisser. Det er da vi bygger opp tele. I en pedagogisk sammenheng vil oppvarming ha en funksjon for å skape en trygg atmosfære, en viktig forutsetning for et godt læringsmiljø og læringsutbytte. Oppvarming vil også ha en funksjon for å fremme et læringsmiljø der student og lærer opplever seg som subjekter i læringsprosessen. I det følgende gir jeg eksempler

på forskjellig psykodramatiske tilnærminger jeg har benyttet i undervisningen. Eksemplene er ikke hentet fra samme kull.

1) Oppvarming til hverandre

Det å bli kjent med navn er en egnet øvelse å starte med. Selv med 110 studenter har jeg erfart at dette er mulig; ikke å bli kjent med alle, men med noen. Studenten blir kjent med navn (identitet) på dem som sitter i nærheten av dem, samtidig som de får instruks om å snakke om noe trygt, eksempelvis det faget de liker best (ressurs). Hensikten med en slik trygghetsøvelse er å hjelpe studentene til å komme i kontakt med hverandre og til å bli litt kjent med hverandre.

2) Oppvarming til tema

Jeg ba studentene om å snakke med den ved siden av seg om hva de har hørt om faget og om forventninger eller ønsker. Neste instruks: «Hvis faget hadde vært et dyr, hvilket dyr kunne det da ha vært?» Dette er en spontanitetsøvelse. Dette deler de med de to nærmeste studentene. Hensikten er å hjelpe studentene til å komme i kontakt med hverandre, til å bli kjent og til å forberede studentene på faget. Slik kan man få et visst inntrykk av hva den enkelte student har med seg. Jeg ba studentene si høyt hvilke dyr de hadde kommet frem til. Videre spurte jeg om det «er flere edderkopper her» og så videre. Hensikten med dette er gjenkjenning; «da har vi det til felles». Det er flere måter å få tak i dyrenes kvaliteter på. Enten ved å spørre i plenum eller ved å sette opp stoler for dyrene. Dette for å se på hvilke av disse kvalitetene som forbindes med faget medikamentregning. Dette er også en spontanitetsøvelse med den hensikt å forberede studentene på faget og å redusere angst.

3) Den tomme stolen

En tom stol er et sentralt moment på psykodramascenen: «Hvem sitter i stolen for deg?». Dette er en av de grunnleggende teknikkene Moreno skapte. Jeg ba studentene som opplever å ha dårlig selvtillit i faget matematikk eller eksamensangst, å se om det umiddelbart dukker opp en eller flere personer fra deres liv. Fortell den personen hva du mener og hva du vil kvitte deg med. Studentene ble bedt om å si dette «inne i seg». De kan også dele dette med studenten ved siden av seg. Jeg har også brukt denne øvelsen individuelt, og da får studenten anledning til å si høyt hva hun eller han mener.

4) Rollebytte

I individuell veiledning og i mindre grupper gjorde jeg også bruk av rollebytte. I rollebytte er du nødt til å oppleve deg selv i den andres rolle og gjenta den replikken du har tillagt motparten (18). Studenten får på denne måten anledning til å si hva hun eller han mener til en person. Når det bare er en student og lederen til stede, inntar lederen rollen som denne personen når man spiller ut dette.

5) Deling og avslutning av sesjonen

Etter endt undervisningsdag ba jeg noen ganger hver enkelt dele med personen ved siden av seg hva vedkommende tar med seg som det viktigste den dagen. Hensikten er en avrundning og en avslutning på sesjonen.

Avslutning

I den tradisjonelle forelesningsformen, og spesielt ved en lærerstyrt bruk av presentasjonsverktøyet PowerPoint, blir deltakerne ofte passive, anonyme og distansert fra læreren

og de øvrige deltakerne. Med psykodramatisk tilnærming er deltakernes og gruppens engasjement i fokus, og tilnærmingen gir økt tilgang til den enkeltes ressurser. En velutviklet gruppe har høy grad av tele, og den enkelte student er stjerne eller hovedrolleinnhaver på omgang. Til grupper som forventer tradisjonell undervisning må en gå frem på en taktfull måte, slik at gruppen ikke blir forelagt svært uventede øvelser.

Strykprosenten i medikamentregning har vært på over 50 prosent og er nå på 10 prosent. Jeg har gjort flere endringer i faget på samme tid. Jeg har hatt fokus på visualisering av temaet i undervisningen, samt at studentene har fått mulighet til en betydelig mengdetrening i forhold til praksis- og eksamensrelevante oppgaver. Dette har også vært viktig. Men muntlige og skriftlige tilbakemeldinger og evalueringer fra studenter som hadde liten selvtillit i matematikk, gjør meg overbevist om at psykodramatisk tilnærming i undervisningen har bidratt til økt mestring. Det skjer en positiv utvikling med studenter når de blir møtt med tillit. PowerPoint er kanskje ikke «a disaster», men må anvendes med omhu. Studentene trenger ulike tilnærminger i undervisningen for å få læringsutbytte. Jeg har også tro på at man kan utdanne flere kreative og spontane sykepleiere med et større rollerepertoar i møte med pasienter og pårørende ved å bruke en psykodramatisk tilnærming i undervisningen. Men vi trenger også forskning på temaet. ■■■

LITTERATUR

- Rammeplan og forskrift for 3-årig sykepleierutdanning. Kirke-, utdannings- og forskningsdepartementet. 7. januar 2000.
- Lerwill CJ. Ability and attitudes to mathematics of post-registration health-care professionals. *Nurse Education Today* 1999;19:319-322.
- Hodge JE. The effect of math anxiety, math self-efficacy, and computer-assisted instruction on the ability of undergraduate nursing students to calculate drug dosages. West Virginia University, Ed.D., 2002.
- Wikipedia, den frie encyklopedi. Tilgjengelig fra: <http://no.wikipedia.org/wiki/PowerPoint>. (23.05.2008).
- Solstad Ø. Avskaffe Powerpoint? NRKbeta, April 16, 2007. Tilgjengelig fra <http://nrkbeta.no/avskaffe-powerpoint/>. (06.01.09).
- Patty A. Research points the finger at PowerPoint. *The Sydney Morning Herald*. Tilgjengelig fra <http://www.smh.com.au/news/technology/powerpoint-presentations-a-disaster/2007/04/03/1175366240499.html>. (06.01.09).
- Kvalitetsreformen. Kunnskapsdepartementet. Tilgjengelig fra: <http://www.regjeringen.no/nb/dep/kd.html?id=586>. (18.05.2008).
- Gallavara G, Suominen T (Gallavara G, Hreinsson E, Kajaste M, Lindesjö E, Sölvhjelm C, Sørskår AK, Sedigh Zadeh M). Learning outcomes: Common Framework-different approaches to evaluation outcomes in the Nordic countries. Joint Nordic project 2007-2008, by the Nordic Quality Assurance Network for Higher Education (NOQA). Rapport. European Association for Quality Assurance in Higher Education, Helsinki. Tilgjengelig fra: <http://www.enqa.eu/pubs.lasso>. (03.11.2008).
- Segula J. Psykodrama – en metode for deg? Om psykodrama, Norsk Psykodrama-Akademi og All Nations's Psykodrama-Academy. *Drama. Nordisk dramapedagogisk tidsskrift* 2008;45 (3-4): 57-59.
- Fox J. *The Essential Moreno*. New York: Springer Publishing Company, 1987.
- Marineau RF. *Jacob Levy Moreno 1889-1974*. London & New York: Tavistock/Routledge, 1989.
- Rasmussen B. *Sjel i handling*. Trondheim: Tapir Forlag, 1989.
- Norsk Psykodrama-Akademi, Jana Segula/Kristina Malm. *Utdanning i gruppedelse, psykodrama og gruppepsykoterapi*. Tilgjengelig fra: <http://www.psykodrama.biz/NPA.htm>. (05.01.2009).
- Blatner A. *Praktisk psykodrama*. Stockholm: Bokforlaget Natur og kultur, 1984 (1973).
- Moreno JL with Zerka T. *Psychodrama. First Volume*. New York: Beacon House, 1985 (1946).
- Moreno JL. *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy, and sociodrama*. 2nd ed. New York: Bacon House Press, 1993 (1934).
- Blatner A, Blatner A. *Foundations of Psychodrama. History, Theory & practice*. New York: Springer Publishing Company, 1988.
- Slettemark G. *Psykodrama og sosiometri i praksis*. Oslo: Fagspesialisten, 2004.
May er flyttet etter slettemark
- Sandtrøen S. *Hvordan kan psykodrama bidra til utvikling i lærerrollen? HBO-notat nr. 1/2007*, Høgskolen i Bodø, 2007.
- Petterson RC. *Kvalitetslæring i høyere utdanning*. Oslo: Universitetsforlaget, 2005.
- May R. *Mot til å skape*. Oslo: Aventura forlag A/S, 1994 (1975).
- McLaughlin DE, Freed PE, Tadych RA. *Action methods in the classroom: creative strategies for nursing education*. *International Journal of Nursing Education Scholarship* 2006;3(1): 1-16.
- Drew N. *Psychodrama in nursing education*. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry* 1990;43(2).



80 000 helsearbeidere har tilgang til PPS

Vi har levert kunnskapsbaserte prosedyrer til norsk helsevesen i nærmere 10 år. PPS brukes ved alle høgskoler, i 160 kommuner og ved flere store sykehus.

Vil du vite mer om PPS og ulike bruksområder, gå inn på våre nettsider

www.akribe.no/pps

PPS»

Praktiske Prosedyrer i Sykepleietjenesten