

FAGUTVIKLING

## Skriveseminarer kan bidra til effektiv og hyggelig fagutvikling

Å utvikle kunnskap i en travel hverdag kan være utfordrende. På Nord universitet har skriveseminarer fungert godt.

**Anita Tymi**

Universitetslektor

Vernepleierutdanning i Bodø og Namsos, Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, Nord universitet

**Lise Karin Grimstad**

Universitetslektor

Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, Nord universitet - Bodø

**Lise Sandnes**

Universitetslektor og intensivsykepleier

Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, Nord universitet, Bodø

**Akademikerne**

**Mastergradsutdanning**

**Publisering**

Sykepleien 2023;111(94084):e-94084

DOI: [10.4220/Sykepleiens.2023.94084](https://doi.org/10.4220/Sykepleiens.2023.94084)

Hovedbudskap

Å skape seg rom for å jobbe med forskning og fagutvikling i en travel hverdag er viktig, enten man jobber i helsetjenesten eller på universiteter og høyskoler. Mange sykepleiere jobber med masteroppgaver, skriver eksamener, fagartikler eller annet i tillegg til vanlig jobb. Det kan være ensomt og krevende å motivere seg til dette arbeidet. Vi vil beskrive og reflektere over hvordan skriveseminarer kan hjelpe oss å komme i gang og opprettholde skrivingen, samtidig som det gir både faglig og sosial forpliktelse, fellesskap og synergieffekt for deltakerne.

Det er forventet at både sykepleiere i helsetjenesten og vitenskapelig ansatte ved universitetene utvikler seg faglig. Ansvaret ligger hos både arbeidsgiver og arbeidstaker. Arbeidsmiljøloven stiller følgende krav til arbeidsgivere: «Det legges til rette for at arbeidstaker gis mulighet for faglig og personlig utvikling gjennom sitt arbeid» (1, § 4-2).

Sykepleiernes yrkesetiske retningslinjer stiller krav om at vi holder oss faglig oppdatert (2). Helsepersonelloven stiller også krav om faglig forsvarlighet hos sykepleiere i klinisk virksomhet (3).

Å holde seg faglig oppdatert og utvikle kunnskap krever tid, konsentrasjon og kontinuitet. For å gjøre det i en travel hverdag og opprettholde kontinuiteten er det viktig å finne en god måte å jobbe på.

Forsknings- og utviklingsarbeid (FoU) er viktig på universiteter og høyskoler. Statistisk sentralbyrå (SSB) beskriver FoU som «kreativ virksomhet som utføres systematisk. Forskning er systematisk arbeid for å skaffe til veie ny kunnskap. Utviklingsarbeid er systematisk eller eksperimentelt arbeid som utnytter eksisterende kunnskap for å utvikle nye eller forbedrede materialer, produkter eller prosesser» (4).

## **Vi trenger støtte, veiledning og et fellesskap**

Tidsskriftet Sykepleien har publisert resultater fra en undersøkelse hvor sykepleiere rapporterer at tid er det største hindret for å oppdatere seg faglig (5). Et helsefremmende arbeidsmiljø innebærer ifølge Ingstad (6) at utformingen av den enkeltes arbeidssituasjon legger til rette for faglig og personlig utvikling, mulighet for selvbestemmelse, innflytelse og faglig ansvar.

I en travel arbeidshverdag kan faglig oppdatering og utviklingsarbeid bli utsatt. I en travel arbeidshverdag kan faglig oppdatering og utviklingsarbeid bli utsatt. Det oppleves frustrerende å ikke få tid til denne konsentrasjonsjobben, siden det oppleves meningsfullt og personlig utviklende å holde på med ulike prosjekter.

De rundt oss har ikke alltid kunnskap om omfang og innhold i våre utviklingsprosjekter, artikler, ph.d.-kurs og annet akademisk arbeid. Arbeidet blir ikke synlig før vi har publisert noe eller oppnår en ny grad. Forfatterne av denne artikkelen har vekslet mellom å jobbe som sykepleiere i sykehus og kommuner og ved universiteter. Vi har behov for støtte, veiledning og et fellesskap.

Skriveseminarer likner det vi anbefaler våre studenter, nemlig å danne en kollokviegruppe. Christensen beskriver ulike grupper som kan fortsette over år, blant annet prosjekt- og lesegrupper (7).

Det som er viktig for gruppedannelsen, er forventningsavklaring, struktur, diskusjonskultur og arbeidsdisiplin. I tillegg er det viktig å være oppmerksom på de sosialpsykologiske mekanismene i gruppen, altså hvordan rollene fungerer og hvordan konflikter håndteres (7).

## **Fem faktorer øker publiseringen**

Å jobbe i gruppe forplikter. Man møter opp selv om man enkelte dager føler seg for sliten. Jevnlige møter eller avtaler gjør at det blir kontinuitet i arbeidet. På den måten slipper man på hvert møte å sette seg inn i hvor langt man har kommet.

Skriveseminarer finnes i mange former. Kornhaber og medarbeidere beskriver fem viktige suksessfaktorer som øker publiseringen: uforstyrret tid og sted, kollegial støtte, utvikling av akademisk skrivekompetanse, selvsikkerhet og motivasjon samt tilgang til veileder (8).

Mange faggrupper arrangerer skriveseminarer av ulik varighet, og universiteter tilbyr ulike kurs og skriveopphold. Norsk Sykepleierforbund (NSF) tilbyr medlemmer skriveverksted i Hellas (9). Slike skriveseminar innebærer ofte faglig veiledning og undervisning, men mest av alt tid til å skrive selv.

## **Kan hygge og fagutvikling kombineres?**

Å delta på et skriveseminar øker ph.d-kandidatens skriveferdigheter og mestringsevne. Samtidig gir det en ideell mulighet til å skrive, skriver Vincent og medarbeidere (10).

I forbindelse med et skriveseminar i regi av en forskningsgruppe for ni år siden oppsto ideen som for oss er en suksesshistorie. Vi startet jevnlig skriveseminarer med enkel organisering. Det kunne være en ettermiddag i uken eller en langhelg, men det ble gjort systematisk og med god planlegging.

Det viktige er å sette av tid til å skrive, tenke og ha noen å diskutere med.

Det viktige er å sette av tid til å skrive, tenke og ha noen å diskutere med. Vi er glade i å prate, strikke og kose oss. Kan det kombineres å drive fagutviklingsprosjekter samtidig som vi har det hyggelig?

## Tid og sted må avtales

I starten av semesteret setter vi oss sammen og planlegger. Vi avtaler om vi skal samle møtene til en ukedag, en skrivehelg eller begge deler. Det varierer ut ifra hvilke behov og muligheter vi har. I perioder har det passet best å møtes en dag i uka, rett etter jobb.

Bell og Murray nevner flere nøkkelementer i forbindelse med skriveseminarer: struktur, å kun ha søkelys på skrivingen, fri fra travle hverdagsaktiviteter og å ha en fasilitator tilgjengelig (11).

Fasilitatoren er ofte tilgjengelig under større skriveseminarer. Vår gruppe er likemannsarbeid, og vi må eventuelt sende inn arbeidet vårt til en veileder eller medforfatter for oppfølging.

## Ettermiddagsseminarer starter med noe hyggelig

På ettermiddagene starter vi med middag og kaffe, strikking og avslapning. Det høres langtekkelig ut, men klokken 16.30 er vi i gang med skrivingen (se tabell 1).

**Tabell 1.** Program for en skrivekveld

15.30	Middag i kantina
16.00–16.30	Kaffe, strikking og planlegging
16.30–17.45	Skriving
17.45–18.05	Pause, strikking og prating
18.05–19.00	Skriving
19.00–19.15	Pause, strikking og prating
19.15–20.00	Skriving og oppsummering

**Vel hjem!**



Å passe tiden er viktig. Christensen påpeker viktigheten av at hyggen og pratingen holdes innenfor bestemte tidsrammer, slik at det ikke går utover arbeidsinnsatsen (7).

I pausen setter vi telefonen på 15–20-minutters nedtelling. Når klokka ringer, blir det stille, og vi begynner å jobbe. På slutten av pausen snakker vi om hva vi skal jobbe med videre etterpå. Før arbeidsøkten avtaler vi hvor lenge vi jobber før pause.

## Vi har også helgeseminarer

Vi har den lengste arbeidsøkten først, og den er på cirka 60–90 minutter. Deretter har vi kortere økter på 45 minutter. Vi er ofte mest opplagt i starten, og det er viktig å jobbe seg inn i stoffet. Det er også rom for å ha en dårlig dag og avtale kortere økter.

Vi har helgeseminarer cirka en gang i halvåret. Vi har erfart at en helg er litt lite, og vi setter helst av en til to dager ekstra for å få god fremgang. Tidspunktet må planlegges i god tid, for kalenderen fylles fort opp. På disse seminarene bruker vi både FoU-tid og egentid (se tabell 2).

**Tabell 2.** Program for en utvidet skrivehelg

<b>Torsdag kveld</b>	Etter jobb	Reise, matinnkjøp og felles måltid Gjennomgang av planene til hver enkelt
<b>Fredag og lørdag</b>	08.00–09.00	Frokost, strikking og prating
	09.00–10.30	Skriving
	10.30–10.50	Pause, strikking og prating
	10.50–12.30	Skriving
	12.30–13.30	Lunsj
	13.30–15.00	Skriving
	15.00–16.00	Pause og tur
	16.00–18.00	Skriving
	18.00–	Middag, strikking og prating
<b>Noen ganger utvider vi med en dag</b>		
<b>Søndag</b>	08.00–09.00	Frokost, strikking og prating
	09.00–10.30	Skriving
	10.30–10.50	Pause, strikking og prating
	10.50–12.30	Skriving
	12.30–13.30	Lunsj
	13.30–15.00	Skriving
	15.00–16.00	Opprydding og planlegging videre

## Vel hjem!

Seminaret er på hytta til en av oss. For at ingen skal bruke tid på å være vertinne, deler vi på hvem som lager måltider, og vi har med eget sengetøy. Det skal være lave skuldre og søkelys på skriving.

## **Pausene er viktig**

En av de viktigste grunnene til at vi har holdt ut i så mange år, er at vi bryr oss om hverandre. Vi var ikke venner da vi startet, men er blitt godt kjent. En viktig basis er at vi har valgt hverandre, og at vi vil hverandre vel. Bell og Murray beskriver også viktigheten av «pauser og sosial aktivitet for å muliggjøre sosialt samspill og ytterligere fremme støtte» (11).

I pausene diskuteres alt mulig, men også aktuelle faglige temaer.

I pausene diskuteres alt mulig, men også aktuelle faglige temaer som metode, sykepleieteoretikere og pedagogiske prinsipper. Vi utveksler erfaringer med alt fra artikkelsøk til matoppskrifter.

Det er viktig at et skriveseminar ikke det samme som et strikkeseminar, men vi har erfart at mange kloke tanker kommer frem samtidig som vi gjør noe hyggelig. Det faglige er alltid med oss i pausene, selv om det kan være godt å tenke på noe annet.

På helgeseminarene har vi alltid en litt lengre pause hvor vi går tur, en kort skitur eller brenner bål. Vår erfaring er at det gjør godt med frisk luft og fysisk aktivitet. Når vi kommer inn, kan det som var vanskelig før pausen, løses lettere.

## **Hva har vi gjort, og hva har vi oppnådd?**

Vi er tre faste som deltar på skriveseminarene. Gjennom årene har vi invitert andre. De har deltatt en eller flere ganger. Likevel er det en hard kjerne som deltar fast. Vi er ulike når det gjelder både utdanning og arbeidserfaring. Vi har jobbet med fagartikler, rapporter, forskningsartikler, kronikker, mastergradsemner og doktorgradskurs, universitetspedagogikk, skrevet bokkapitler og gjennomført førstelektorprogrammer.

To av oss har oppnådd universitetslektorgrad i løpet av disse årene. Vi har ikke skrevet felles dokumenter før denne artikkelen, men vi har jobbet med ting vi har måttet ferdigstille samtidig.

Vi feirer når noe leveres inn.

At andre er til stede i et omsorgsfullt og støttende miljø, gjør også at deltakerne viser omsorg for hverandre ved å anerkjenne enkeltpersoners suksess, skriver Vincent og medarbeidere (10). Vi feirer når noe leveres inn. Vi debrifer når noe kommer i retur, og vi feirer når vi får godkjent en eksamen eller artikkel. Når vi er usikre på egen argumentasjon, kan vi diskutere for å komme videre. Vi støtter hverandre.

## **Hvordan kan arbeidsgiver tilrettelegge for FoU-arbeid?**

Vi har til dels jobbet utenfor vår ordinære arbeidstid med skrivingen. Kanskje er det ikke lurt å bruke fritiden til alt, men det har vist seg å være nødvendig for å rekke over alt og få kontinuitet i arbeidet.

To av oss er i et førstelektorprogram som gir oss litt ekstra FoU-tid til å jobbe med opprykk. Likevel kan det være vanskelig å sette av tid. Daglige oppgaver, undervisning, timeplaner og annet tar fort av denne tiden. Vi må selv passe på å prioritere FoU-tiden. Arbeidsgivere kan likevel gjøre noe for å legge til rette for FoU i arbeidstiden, for eksempel ved å unngå å legge fellesmøter til enkelte faste ukedager.

På den måten er arbeidsgivere med på å tilrettelegge for arbeidsro. Det er viktig at ledere gir uttrykk for at også denne delen av jobben er viktig, og at vi får hjelp og støtte til å prioritere å sette av tid. Kornhaber beskriver det som en viktig nøkkelfaktor for å lykkes med skriving (8).

## **Gruppearbeid forplikter**

Skriveseminarer skaper et faglig og sosialt fellesskap som er viktig for å sikre kontinuitet med FoU-arbeid, uavhengig av om vi har ulike arbeidsplasser. Det krever en betydelig indre motivasjon og disiplin for å komme i mål med FoU-arbeid eller en masteroppgave.

På den ene siden bør man sette søkelys på muligheten for slik jobbing i arbeidstiden. På den andre siden er det et arbeid som ofte krever ekstra egeninnsats. Å jobbe sammen i grupper forplikter. I så måte er struktur, tidsplan og felles arbeidsmåte viktig.

Skriveseminarer er viktig for å motivere til skriving. Når man planlegger større skriveseminarer, bør det i tillegg til fellesundervisning settes av rikelig tid til egenjobbing.

Å kunne fordype seg og jobbe med skriving er i seg selv motiverende. Man kommer fremover i teksten og bruker liten tid på å finne ut av hvor langt man er kommet. Det er ikke nødvendig å skrive om det samme. Det viktigste er å være motivert til å jobbe på denne måten. Å dele skaper fellesskap og gir læringssynergier.

*Forfatterne oppgir ingen interessekonflikter.*



GRUPPEARBEID FORPLIKTER: Struktur, tidsplan og felles arbeidsmåte er viktig når man skal jobbe sammen i grupper. *Illustrasjonsfoto: Maskot/NTB*

1. Lov 17. juni 2005 nr. 62 om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern mv. (arbeidsmiljøloven). Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62/> (nedlastet 16.10.2023).
2. Norsk Sykepleierforbund (NSF). Yrkesetiske retningslinjer for sykepleiere. Oslo: NSF; 2023. Tilgjengelig fra: [https://www.nsf.no/sites/default/files/2023-06/ny\\_sykepleieren\\_og\\_mennesker\\_som\\_trenger\\_sykepleie.pdf](https://www.nsf.no/sites/default/files/2023-06/ny_sykepleieren_og_mennesker_som_trenger_sykepleie.pdf) (nedlastet 16.10.2023).
3. Lov 2. juli 1999 nr. 64 om helsepersonell (helsepersonelloven). Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-64> (nedlastet 16.10.2023).
4. Statistisk sentralbyrå (SSB). Hva menes med forsknings- og utviklingsarbeid (FoU)? SSB: Oslo; u.å. Tilgjengelig fra: [https://www.ssb.no/innrapportering/naeringsliv/\\_attachment/349841?\\_ts=1635e8032d0](https://www.ssb.no/innrapportering/naeringsliv/_attachment/349841?_ts=1635e8032d0) (nedlastet 16.11.2023).
5. Jakobsen SE. Sykepleiere stoler på egen erfaring eller spør kolleger når de skal oppdatere seg. Oslo: Sykepleien; 12. desember 2022. Tilgjengelig fra: <https://sykepleien.no/2022/10/sykepleiere-stoler-pa-egen-erfaring-eller-spor-kolleger-nar-de-skal-oppdatere-seg> (nedlastet 16.11.2023).
6. Ingstad K. Organisasjon og ledelse i helsefag og sykepleie. Oslo: Gyldendal; 2019.



7. Christensen G. Gruppearbejde. I: Rienecker L, Jørgensen PS, Dolin J, Ingerslev GH, red. Universitetspædagogik. 1. utg. Frederiksberg: Samfundslitteratur; 2015. s. 189–99.
8. Kornhaber R, Cross M, Betihavas V, Bridgman H. The benefits and challenges of academic writing retreats: an integrative review. Higher Education Research and Development. 2016;35(6):1210–1227. DOI: 10.1080/07294360.2016.1144572Full
9. Norsk Sykepleierforbund (NSF). Skriveverksted med veiledning i Hellas. Oslo: NSF; u.å. Tilgjengelig fra: <https://www.nsf.no/medlemsfordeler-og-forsikringer/skriveverksted-med-veiledning-i-hellas> (nedlastet 16.11.2023).
10. Vincent C, Tremblay-Wragg E, Dèri C, Plante I, Chartier SM. How writing retreats represent an ideal opportunity to enhance PhD candidates' writing self-efficacy and self-regulation. Teaching in Higher Education. 2021;28(7)1600–1619. DOI: [10.1080/13562517.2021.1918661](https://doi.org/10.1080/13562517.2021.1918661)
11. Bell M, Murray R. Structured academic writing retreats in healthcare professional practice. The Clinical Teacher. 2020;18(3)243–246. DOI: [10.1111/tct.13287](https://doi.org/10.1111/tct.13287)