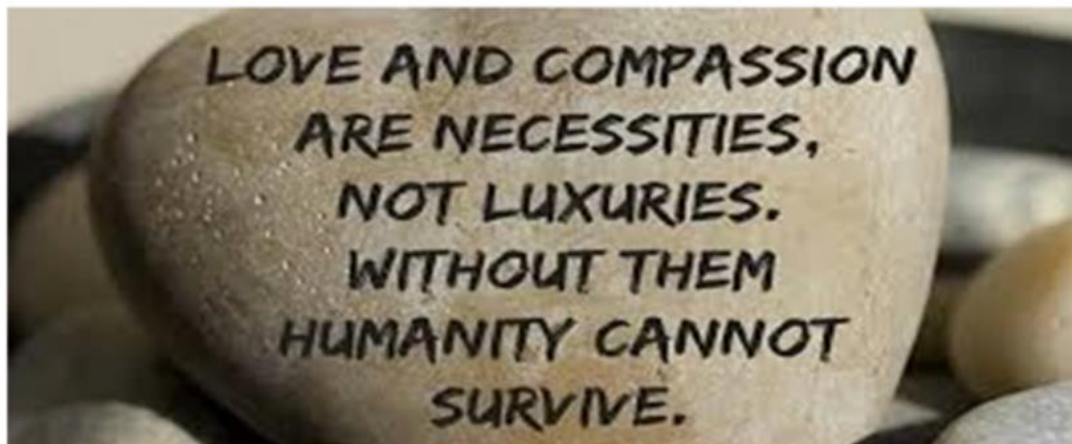


# Center for Compassion i Sundhedsvæsenet

## Love and Compassion – the answer?



*Dalai Lama*

## Can Health Care?

Compassion fokuserer på at lindre egen og andres lidelse og kan medvirke til at forhindre udbrændthed hos klinikerne. Sundhedsvæsenet har igennem mange år undervurderet det faktum at sundhedspersonalets trivsel er central for at skabe omsorgsfulde og tillidsskabende relationer til patienterne.

Center for Compassion i sundhedsvæsenet tager afsæt i internationalt anerkendt forskning i Compassion og kærlighed og oprettes med det formål at fremme disse kompetencer i sundhedsvæsenet – både på individuelt, på gruppeniveau og organisatorisk niveau.

Centret vil drive forskning, undervisning og formidlingsaktiviteter med henblik på udbredelse af kærlighed, Compassion og relationelle kompetencer til gavn for såvel personale, patienter og pårørende i en travl og ofte meget presset klinisk hverdag.

Etablering af centret er drevet af en gruppe erfarne sundhedsfaglige forskere fra de kliniske institutter på SDU. Gruppen har et mål om at udbrede viden og udvikle kompetencer translationelt på tværs af sektorer, videnskaber og faggrupper.

# Center for Compassion i Sundhedsvæsenet

## Indhold

1. Introduktion.....	3
2. Baggrund.....	3
3. Navn.....	5
4. Vision .....	5
5. Mission - hovedopgaver .....	5
6. Værdigrundlag og profil.....	6
7. Målsætninger.....	7
8. Organisering .....	7
9. Budget.....	8
10. Medarbejdere.....	8
11. Lokaler .....	8
12. Arbejdsformer og projektportefølje .....	9
13. Samarbejdspartnere .....	9
14. Perspektiver.....	10
Bilag til centerbeskrivelse.....	11

## 1. Introduktion

Center for Compassion i Sundhedsvæsenet (CCS) er forankret på Klinisk Institut (KI) og Institut for Regional Sundhedsforskning (IRS) på SDU og har aktiviteter indenfor universitets tre hovedopgaver: forskning, undervisning og formidling.

Centeret vil på baggrund af relevante forskningsbaserede metoder og erfaringer indenfor Compassion bidrage til at forebygge stress, empatitræthed og udbrændthed blandt medarbejdere.

Målet er at øge trivsel og omsorgsfulde relationer blandt sundhedspersonalet, da vi antager at trivsel hos sundhedspersonalet skaber de bedste vilkår for erkendelse af lidelse både hos sig selv, kolleger og patienter, og dermed de bedste vilkår for lindring af lidelse gennem handling.

Sundhedsvæsenet har igennem mange år undervurderet et faktum: sundhedspersonalets trivsel og mentale sundhedstilstand er central for at skabe omsorgsfulde og tillidsskabende relationer til patienterne. At patienterne bliver set, hørt og behandlet som hele mennesker er en forudsætning for effektiv patientbehandling.

Realiseringen af et sådant integreret syn på "patienten først" kræver nytænkning og nye initiativer.

Center for Compassion i Sundhedsvæsenet tager afsæt i internationalt anerkendt forskning i Compassion og bliver udviklet med det formål at udvikle mentale, eksistentielle og relationelle kompetencer i sundhedsvæsenet – både på individuelt og organisatorisk niveau. Compassion fokuserer på at lindre lidelse og kan medvirke til at forhindre udbrændthed hos klinikerne.

Centeret vil drive forskning, undervisning og implementeringsaktiviteter på sygehusene i region Syddanmark. Alle aktiviteter er direkte målrettet sundhedspersonalet og patienternes interesser, hvilket indebærer høj grad af inddragelse i udvikling af alle centerets hovedopgaver.

Etablering af centeret er drevet af en gruppe af erfarne sundhedsfaglige forskere og institutlederne på Klinisk Institut og Institut for Regional Sundhedsforskning. Gruppen har en interdisciplinær interesse i at udbrede viden og udvikle kompetencer der kan få stor gavn for både patienter og personalet i en travl og ofte meget presset klinisk hverdag.

## 2. Baggrund

Vi oplever i disse år en stigende interesse for Compassion i Danmark og globalt, og deraf opstår flere forskellige definitioner af begrebet.

Centerets definition af begrebet er:

Compassion kan oversættes til aktiverende medfølelse

Compassion er en kompetence, der kan trænes, og som kan sætte den enkelte i stand til at:

- erkende at der er lidelse til stede
- tolerere ubehagelige følelser
- forstå det universelle i menneskelig lidelse
- have følelser som varme, omsorg, bekymring eller tilknytning til den som lider, ledsaget af et dybtfølt ønske om til at lindre lidelsen (intention) og en villighed til at handle (motivation)

Center for Compassion i Sundhedsvæsenet bygger videre på veletableret international forskning i Compassion ved bl.a. Stanford University, Harvard University, University of California Berkeley, University of Texas, Oxford University (*Stephen Trzeciak og Anthony Mazzarelli: Compassionomics*)

Ifølge denne forskning er menneskers empati todelt. Den ene komponent er empatisk identifikation, som gør, at vi kan fornemme andres smerte og lidelse som om, det var vores egen. Den anden komponent er Compassion eller aktiverende medfølelse, der gør, at vi opfatter andres smerte som en indre tilskyndelse til at gøre noget for andre. Empatisk identifikation aktiverer menneskers smertecenter, hvor aktiverende medfølelse aktiverer menneskers belønningscenter og udløser bl.a. omsorg.

Mange husker nok, hvordan spillerne på det danske landshold i fodbold på smukkeste vis praktiserede Compassion, da Christian Eriksen kollapsede under åbningskampen ved EM i fodbold i 2021. Her var vi vidne til, hvordan spillere og publikum spontant udviste klassiske menneskelige dyder som ansvarlighed, hjælpsomhed, sammenhold og kærlighed i situationen og i de lange minutter til beskeden om at Christian havde det godt blev delt på stadion.

Ved at træne Compassion, kan sundhedspersonale blive i stand til at bevæge deres egen indlevelse i patientens lidelse hen mod en mere omsorgsfuld aktiverende medfølelse til gavn for både patienterne og for en selv, som det skete den dag på fodboldbanen.

CCS vil arbejde for en udbredelse af Compassion iblandt sundhedspersonalet med henblik på at skabe mening og arbejdsglæde i dagligdagen igennem bæredygtige og frugtbare relationer mellem patient og personale. I de traditionelle rollemønstre mellem læger og sygeplejersker har patientens sygdom og behandling været omdrejningspunkt, hvilket ikke altid kan rumme anerkendelse og oplevelser af det fælles menneskelige og det at se det hele menneske foran dig. Den øgede arbejdsbelastning som en følge af flere og mere komplekse krav i forhold til de tiltagende accelererede patientforløb, nye medicinske, organisatoriske og teknologiske tiltag i den kliniske praksis, sætter også relationerne under pres og øger risikoen for udbrændthed hos medarbejdere.

På nogle afdelinger er der allerede en god compassionate praksis. Hos andre findes den i mindre grad eller slet ikke. De fleste kender historier og har læst analyser om sundhedsvæsnets lidelsesfulde tilstand. CCS har som mission at ændre praksis til gavn for såvel medarbejdere, ledere og patienter og pårørende.

Der er sparsom viden om Compassion og dens effekter i praksis (*"Effect of Compassion Cultivating Training Program for Caregivers of People with Mental Illness in Denmark", JAMA open, 2021*), men der er meget lidt erfaring med at indarbejde Compassion systematisk i praksis i den danske sundhedssektor, og en af udfordringerne for CCS er at tilegne sig viden gennem forskning og erfaring med implementering og vedligeholdelse i såvel mindre som større organisationer.

Centrets vigtigste opgave bliver dermed at udbrede en god praksis for Compassion. Dette sker gennem universitetets klassiske tre ben: forskning, undervisning og formidling. For at kunne imødekomme implementeringsudfordringer er vægtning og rækkefølge dog anderledes end traditionelt.

Der er brug for Compassion i sundhedsvæsenet for at kunne opfylde sundhedsvæsnets vision om at sætte patienten først. Med praksis for Compassion bliver relationer mellem patienter og personale mere indbyrdes bæredygtige. Implementering i praksis indebærer både en organisatorisk og en personaleorienteret indsats. CCS ønsker på sigt at blive det kraftcenter, der skal opbygge og drive indsatsen.

FN's Verdensmål nr. 3: Sundhed og trivsel; som har som målsætning at sikre et sundt liv for alle og fremme trivsel for alle aldersgrupper. Centerets formål er at øge medarbejdernes trivsel, så de bliver i stand til at agere med Compassion i relation til sig selv, kollegaen, patienten og den pårørende.

### 3. Navn

Center for Compassion i Sundhedsvæsenet (CCS)

### 4. Vision

Centrets vision er et sundhedsvæsen, hvor professionel behandling og pleje af patienter på sygehusene er båret af omsorgsfulde relationer mellem patienter, pårørende og personale samt sundhedspersonalets omsorg for sig selv.

### 5. Mission - hovedopgaver

Centrets hovedopgaver består af tre områder:

- Forskning i Compassion i klinisk praksis
- Undervisning i Compassion
- Udbredelse og formidling af Compassion i klinisk praksis bl.a. gennem oplæg, kollegacafeer, SoMe, medier mm

*Forskning i Compassion* i praksis bliver drevet af erfarne forskere med brug af udvalgte og afprøvede metoder, der er designet til formålet. Metodemæssigt trækker centret på bl.a. participatory design og implementeringsforskning (kilder). F.eks. vil der på baggrund af lokale ønsker fra patienter, pårørende eller sundhedspersonale blive tilrettelagt træning, undervisning og kursusforløb eller andet med inddragelse af de benævnte parter. Dette vil efterfølgende danne grundlag for en systematisk forskningsbaseret undersøgelse af sammenhæng mellem indsatser og effekter. Denne viden bidrager til at kvalificere de nye indsatser i praksis og er medvirkende til at mindske afstanden mellem viden og praksis. Det sker ved, at ny viden bliver udviklet sammen med udvikling af praksis eller at ny viden bliver udledt af udvikling i praksis. Forskningsmetoder sikrer systematik og kvalitet i udbredelse af indsatser på tværs af afdelingerne.

*Undervisning i Compassion* er målrettet

- 1) sundhedspersonale, ledere
- 2) præ-og postgraduate (alle sundhedsprofessionelle)
- 3) som en integreret del af curriculum på såvel bachelor- som kandidatuddannelser.

Sundhedspersonale får mulighed for at deltage i kortere undervisningsforløb om Compassion, hvor udgangspunktet er selv-compassion.

*Udbredelse og formidling af Compassion* i praksis indebærer en stor variation af indsatser målrettet sundhedspersonale, patienter og pårørende. Centrets tilgang til udbredelse af compassion-kompetencer sker som udgangspunkt i en peer-to-peer tilgang med afsæt i den lokale afdelings behov for indsatser. Centrets ansatte vil på opfordring deltage i gruppemøder, deltage i arrangerede workshops og sammen med personale og ledere finde veje til at integrere Compassion på arbejdspladsen. På den baggrund kan der hurtigt sættes konkrete aktiviteter i gang.

De tre hovedopgaver er i det ovenstående beskrevet analytisk adskilt, men bliver i centret løst integreret, hvilket er illustreret i nedenstående figur:



## 6. Værdigrundlag og profil

### Bærende værdier for centret

Centerets aktiviteter vil være båret af værdier som respekt, anerkendelse, venlighed, nysgerrighed, kærlighed, autenticitet og mod.

Det er centrale værdier, som skal i spil, for at vi kan indgå som hele mennesker i interaktionen med patienter og kollegaer, og for at vi kan møde vores medmennesker i en ligeværdig relation. En relation hvor vi også formår at indtage en 'responsiv' rolle, der er kendetegnet ved interesse, lydhørhed og respekt for patienters og kollegaers behov, værdier og præferencer

Forudsætningen for at vi kan omsætte disse værdier i handling, er gennem træning af sindet at opnå en dybtfølt anerkendelse af, at vi alle deler grundvilkår, som sygdom og sundhed, sårbarhed og styrke, lidelse og velbefindende, angst og tryk, tro og tvivl.

---

*Physicians need to manage professional and personal stress to maintain their own health and wellbeing and to maximize their ability to provide quality health care to their patients*  
*Derek Puddester 2001*

---

### Centrets profil

Centrets profil adskiller sig i sin tilgang og arbejdsform fra andre tilgange:

- traditionelt *arbejds miljø* – centret arbejder med patient-personale (underviser – studerende) relationen, kollega-kollega relationer og ikke kun ledelse-personale relationer
- traditionel *konsulentvirksomhed* – centrets praksis er forankret i metodefasthed og systematik

- Udvikling af 'in-house' ekspertise i samarbejde med lokale aktører
- traditionel *forskning* – centret begynder med værdiskabelse af forskning i praksis og har fokus på implementering og vedligeholdelse
- traditionel *ledelsesstyrede* indsatser – centret arbejder Bottom-up ud fra behov og ønsker, som er identificeret sammen med medarbejderne

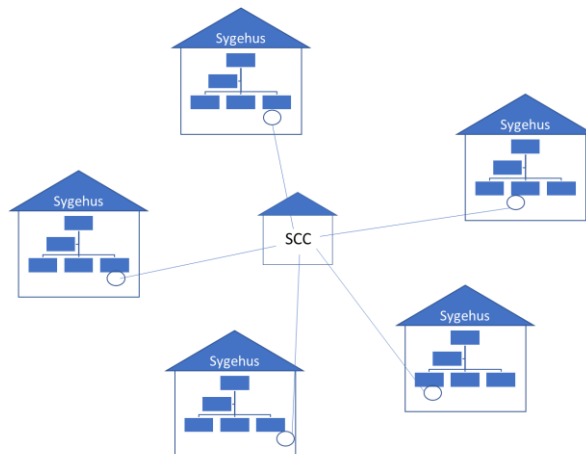
## 7. Målsætninger

Centret har følgende målsætninger:

- Sundhedspersonale oplever at blive set og hørt som hele mennesker, der kan bidrage med faglige og menneskelige kompetencer
- Patienter oplever at blive set og hørt i den professionelle behandling og pleje i omsorgsfulde relationer
- Centrets aktiviteter skal som supplement til etablerede arbejdsmiljøindsatser resultere i mærkbare forandring på arbejdsglæde og motivation. Sundhedspersonalet skal være glade for at gå på arbejde
- Sundhedspersonalet har et mødested, hvor de kan få idéer og inspiration samt støtte til at vedligeholde en aktiv tilgang med Compassion i praksis
- Centrets tilbud skal være kendt af alle medarbejdere på hospitaler i første omgang i Region Syddanmark
- Centret understøtter verdensmål nr. 3 vedrørende "Sundhed og trivsel"

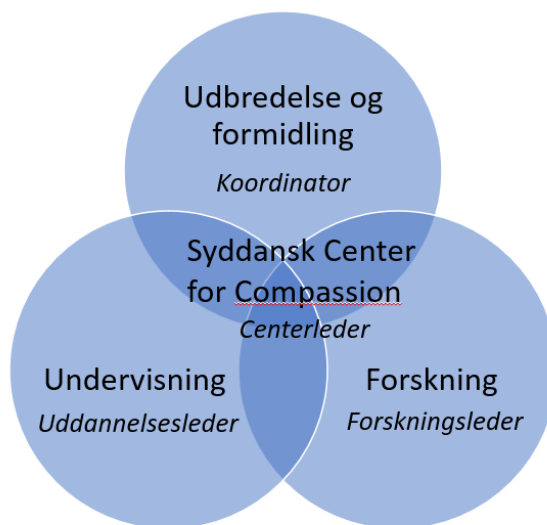
## 8. Organisering

Centret er organiseret som et netværk med en central enhed og decentrale satellitter, som illustreret herunder:



Det er vigtigt, at centret ikke indgår i en formel ledelsesstreng i det enkelte hospital. Centret har brug for høj grad af autonomi for at kunne møde sundhedspersonalet peer-to-peer. Forankring er på Klinisk Institut og Institut for Regionale Sundhedsforskning på SDU.

Når Centeret er fuldgyldigt, vil det være organiseret med en centerleder og tre funktioner baseret på hovedopgaverne:



Centerledelsen består af en gruppe bestående af centerleder, forskningsleder, uddannelsesleder og aktivitetskoordinator.

Der er tilknyttet et advisory board, hvor institutlederne for Klinisk Institut og Institut for Regionale Sundhedsforskning deltager.

## 9. Budget

35 millioner over 5 år.

## 10. Medarbejdere

Følgende ansatte indgår i centrets centrale enhed, når fondsmidler er opnået:

- Centerleder, kombinationsstilling af SDU-professorat og centerledelse
- Forskningsleder, kombinationsstilling af SDU-lektorat og forskningsleder
- Uddannelsesleder, kombinationsstilling af SDU-lektorat og uddannelsesleder
- Koordinator, fuldtidsstilling med koordinering af aktiviteter og understøttelse af centerledelse
- To forskere, der forsker, underviser og deltager i aktiviteter, post doc og/eller Ph.d.-studerende
- Kommunikationsmedarbejder

Affiliering/tilknytning:

- Internationale anerkendte forskere og personligheder inden for Compassion
- Adjungerede professorer

## 11. Lokaler

Det tilstræbes at Centeret bliver fysisk, når ansættelse af øvrige medarbejdere er på plads. Ønsket er have lokale tilknyttet der fx egner sig til afholdelse af arrangementer.



## 12. Arbejdsformer og projektportefølje

### Arbejdsformer

Arbejdsformen er baseret på lokale indsatser med henblik på at implementere Compassion i praksis.

Typiske forløb vil ske som følger (antagelsen er, at hverken leder eller personale indtil nu har gennemgået kursusforløb eller træning i Compassion):

Centret stiller åbent tiltag til rådighed for grupper og enkeltpersoner

- Kurser og træningsforløb (se bilag for forløb)
- Lederuddannelse
- Kollegacafé
- Inspirationsoplæg som kan være første tiltag til et videre forløb
- Digitale platforme og hjemmeside med inspirationsmateriale; herunder Podcasts, Video, Relevante TED Talks

### Forskningsprojekter

I første fase vil Centerledelsen gå i dialog med relevante forskningsmiljøer med henblik på at få beskrevet konkrete forskningsprojekter, som kan indgå i fondsansøgninger.

### Undervisning

- Tilvalgsfag på universitetsuddannelser
- Obligatoriske forløb på bachelor- og kandidatuddannelser

### Formidling

Formidling bliver et indsatsområde for centeret. Det er centerets formål at blive synlig, tilgængelig og nemt at komme i kontakt med gennem en hjemmeside, der skal have stor opmærksomhed og indeholde vidensdeling, som altid er opdateret og nyhedsskabende. En "levende" hjemmeside indeholdende video, podcasts, litteratur osv. og med indhold af interesse for alle, som er interesseret i Compassion eller nysgerrig på emnet.

## 13. Samarbejdspartnere

Lokalt bliver der samarbejdet med:

- Afdelingsledelser i Region Syddanmark
- Arbejds miljøgrupper
- Medarbejdere

Nationalt bliver der samarbejdet med:

- Øvrige hospitaler i Danmark
- Nøglepersoner inden for sundhedsvæsenet og forskning
- Politikere og andre beslutningstagere på regionalt og nationalt niveau

Internationale samarbejdspartnere:

- Forskere på området – adjungering af professorer fra relevante internationale universiteter

## 14. Perspektiver

### Handleplan

Handleplan for opbygning af centeret vedlægges som bilag.

### Perspektiver

Perspektiverne er et paradigmeskifte i det danske sundhedsvæsen hen mod et øget fokus på trivsel blandt sundhedspersonalet, hvorved den daglige arbejdsglæde og det generelle arbejdsmiljø løftes, såvel som at rekruttering og fastholdelse må forventes forstærket. Dette vil have en gavnlig effekt på patienters oplevelse af omsorg og behandling.

Paradigmeskiftet kan i et videre perspektiv tænkes udfoldet til involvering af pårørende eller patienter (tidligere patienter eller kronikere) som ressourcepersoner med særlig indsigt i Compassion og med erfaringer fra egne forløb i den kliniske praksis.

## Bilag til centerbeskrivelse

### CCT – træningsforløb

Der bliver udviklet et træningsforløb baseret på elementer, der kan tilpasses forskellige behov og typer af afdelinger på de forskellige hospitaler. Skitsen herunder er baseret på CCT-kurset fra Center for Mental Sundhed og Compassion (CMSC).

- Session 1: Fokusering og stabilisering af sindet
- Session 2: Compassion og kærlig venlighed overfor en du holder af
- Session 3: Selv-Compassion/ Compassion overfor én selv
- Session 4: Kærlig-Venlighed overfor én selv
- Session 5: Fælles menneskelighed og påskønnelse af andre
- Session 6: Compassion for andre
- Session 7: Aktiv Compassion
- Session 8: At Integrere Compassion i dagligdagen

## Handleplan for etablering af centeret

Centret bliver opbygget i fem faser, der er skitseret herunder:

### **Fase 1: august til ultimo december 2021**

Centerleder ansat fra 1. juli 2021

Fondsansøgning til Trygfonden skal være indsendt ultimo 2021

Centerleder vil i efteråret 2021 afsøge andre fondsmuligheder

Øvrig etablering:

- Revidering af styregruppe
- Etablering af advisory board

Etablering af hjemmeside og sociale medier, herunder ansættelse af kommunikationsmedarbejder

Planlægning af aktiviteter – herunder de allerede planlagte Kollegacafeer

Dialog med diverse samarbejdspartnere – OUH, Sygehus Lillebælt, Sygehus Sønderjylland og Sydvestjysk Sygehus, samt i Psykiatrien

Formidlingsaktiviteter, udviklet til at omfatte podcasts, video mm

Opstart af minimum et forskningsprojekt

Undervisning på diverse uddannelser

Holde oplæg

Afholdelse af kurser i Compassion

### **Fase 2: 2022**

Evaluering af compassion-kurset vha. spørgeskema

Foretræde for direktion i Region Syddanmark

Ansættelse af nye medarbejdere til Centeret

Formidlingsaktiviteter

Opstart af nye forskningsprojekter

Undervisning på diverse uddannelser

Holde oplæg

Afholde kursusaktivitet

Dialog med Sygehus Sønderjylland

Dialog med andre fakulteter på SDU

Fondsansøgninger

### **Fase 3: 2023**

Formidlingsaktiviteter fortsat under videreudvikling

Opstart af forskningsprojekter

Undervisning på diverse uddannelser

Afholde kursusaktivitet

### **Fase 4: 2024**

Formidlingsaktiviteter fortsat

Opstart af flere forskningsprojekter

Holde oplæg

Undervisning på diverse uddannelser

Afholde kursusaktivitet

## **Fase 5: 2025**

Evaluering, der lægger op til en permanent ordning.