

Abstract for forskningsprojektet

Lederens forbundethed – en mulig vej til ledertrivsel

I forskningsprojektet har vi fra januar 2025-juni 2026 undersøgt, hvad forbundethed er, og hvilken betydning forbundethed har for ledere og deres trivsel. Projektet udspringer af en samtid præget af stigende fokus på ledertrivsel, øget kompleksitet i lederrollen og voksende udfordringer med stress og mistrivsel blandt ledere. Samtidig er forbundethed et begreb, der anvendes stadig oftere, men som fortsat fremstår uklart og mangfoldigt i sin betydning.

Studiet er gennemført som et åbent og eksplorativt forskningsprojekt inspireret af hermeneutisk-fænomenologiske perspektiver. Datagrundlaget består af to spørgeskemaundersøgelser blandt 51 ledere, 20 oplevelsesbeskrivelser samt løbende dialoger og refleksioner med ledere. Derudover indgår erfaringer fra interventioner i undervisningen på akademi- og diplomuddannelsen i ledelse samt praksisser, der har haft til formål at understøtte ledernes oplevelse af forbundethed.

Vores analysen peger på, at lederne forstår forbundethed som en oplevelse af nærvær, samhørighed og mening i relation til sig selv, andre mennesker, arbejdsopgaver og naturen. Forbundethed beskrives som både relationel, følelsesmæssig og kropsligt erfaret. Tillid, anerkendelse, psykologisk tryghed, humor og fælles meningsskabelse fremstår som centrale betingelser for, at forbundethed opstår.

På tværs af det empiriske materiale fremstår forbundethed som afgørende for ledernes trivsel. Næsten samtlige ledere i undersøgelsen beskriver forbundethed som en væsentlig forudsætning for arbejdsglæde og trivsel, mens mangel på forbundethed forbindes med stress, afstand og mistrivsel. Lederne oplever desuden, at forbundethed styrker deres relationskompetencer, autenticitet, handlekraft og oplevelse af mening i lederrollen. En central indsigt er, at opmærksomhed på og sprogliggørelse af forbundethed i sig selv styrker oplevelsen af forbundethed og øger bevidstheden om egne relationer, værdier og trivsel. Materialet peger samtidig på, at forbundethed ofte registreres kropsligt og følelsesmæssigt, før den bliver genstand for refleksion.

Projektet bidrager med en empirisk funderet forståelse af forbundethed som en grundlæggende ledelsesressource. Undersøgelsen indikerer, at forbundethed ikke alene opleves som værdifuld, men af mange ledere betragtes som en afgørende kilde til trivsel, mening og bæredygtigt lederskab.

Det er både til sig selv, relationer og naturen.

Karen Hoby Skanning, Helle Haahr Nielsen og Rikke Bjergaard, juni 2026