



TID TIL LÆSNING

EVALUERINGSRAPPORT

*– resultater af og erfaringer med læsegrupper
baseret på guidet fælleslæsning henvendt til
borgere med svækket mental sundhed*



INDHOLD

- 5** Resume
- 6** Hovedresultater og forskningsmetode
- 8** Forord v. Peter Thybo

- 12** KAP 1. **Om Tid til Læsning**
 - Organisering
 - Styregruppen
 - Samarbejdspartnere
 - Rollefordeling og ansvarsområder
 - Rekruttering og målgruppe

- 22** KAP 2. **Guidet fælleslæsning**

- 26** KAP 3. **Forskningsresultater: Psykometriske effektmålinger af læsegruppedeltagelsen**
 - Forskningsdesign og metode
 - Samlede resultater

- 32** KAP 4. **Forskningsresultater: Etnografiske studier og kvalitative interviews**
 - Forskningsdesign og metode
 - Betydningen af guidet fælleslæsning
 - Læseguidens rolle
 - Samlede resultater

- 38** KAP 5. **Tid til Læsning i praksis: Mødet med borgerne**
 - En fælles rekrutterings- og formidlingsindsats på tværs af kultur og sundhed
 - Sundhedskonsulenterne som ambassadører
 - Bibliotekarerne som læseguides

- 44** KAP 6. **Mødet mellem kultur og sundhed: Fra visitation til brobygning**
 - Informationsmøder
 - Showcases

- 46** KAP 7. **Værdien af Tid til Læsning: Et meningsfuldt tilbud for både borgere og kommuner**
 - Case-story: Det er mit ugentlige frikvarter
 - Case-story: Onsdag i den åbne læsegruppe

- 50** KAP 8. **En forankringsmodel for Tid til Læsning**
 - Forankring i den kommunale drift
 - Frivillig forankring
 - Udfordringer med frivillig forankring
 - Case-story: Det har givet mig en helt ny del i mit liv

- 54** KAP 9. **Konklusion**

- 56** KAP 10. **Litteraturliste**



RESUME

I denne rapport evalueres Tid til Læsning – et projekt, hvor læsegrupper baseret på guidet fælleslæsning henvendt til borgere med mentalt svækket sundhed er blevet implementeret i fem kommuner som et sundhedsfremmende tilbud.

Tid til Læsning har taget form som et partnerskabsprojekt mellem Læseforeningen, Region Midtjylland, Aarhus Universitet og fem kommuner i regionen (Holstebro, Viborg, Ikast-Brande, Herning og Horsens). Projektet blev i perioden 2016-2020 støttet af Region Midtjyllands regionale udviklingsmidler med det formål at udvikle og implementere et kvalitetssikret sundhedsfremmende læsegruppetilbud baseret på metoden guidet fælleslæsning. Mere specifikt har midlerne støttet et psykologisk effektstudie af læsegruppetildagelse for borgere, der led af depression, stress eller angst samt implementering af tilbuddet gennem samarbejdet med kommunerne. Vejen til deltagelse er blevet formidlet via forebyggelses- og sundhedskonsulenter i de respektive kommuner, og læsegrupperne er blevet faciliteret af bibliotekarer på lokale biblioteker.

Den grundlæggende ambition for Tid til Læsning har været at udvikle et sundhedsfremmende kulturtilbud, der kunne udgøre et supplement til allerede eksisterende forebyggelses- og behandlingstilbud, og som fremadrettet – med fordel – kan inddrages i kommunernes strategiske forebyggelsesindsatser, som eksempelvis defineret gennem Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke om mental sundhed.

Evalueringen er udarbejdet af styregruppen under ledelse af projektansvarlig og daglig leder i Læseforeningen, Mette Steenberg, samt kulturformidler og ekstern evalueringskonsulent, Anna Roed. Evalueringen bygger på datamateriale af både kvantitativ og kvalitativ karakter. Datamaterialet inkluderer et psykologisk effektstudie af læsegruppetildagelsen indsamlet og bearbejdet af forskningspsykolog ved Aarhus

Universitet, Nicolai Ladegaard. Materialet inkluderer derudover etnografiske observationsstudier og kvalitative interviews med både læsegruppetilbudsdeltagere og professionelle aktører foretaget af lektor i antropologi ved Aarhus Universitet, Line Dalsgård, samt antropolog og daværende videnskabelig assistent, Charlotte Ettrup Christiansen. Evalueringen trækker desuden også på praksiserfaringer med at implementere tilbuddet i kommunerne, og rapporten udgør derfor både et resultat- og læringsdokument.

Rapporten konkluderer, at læsegruppetildagelse har en signifikant positiv effekt på depression, stress og angst. Deltagerne oplever læsegruppen som en meningsfuld, tryk og stimulerende aktivitet, der bidrager positivt til deres hverdag. På det strategiske plan konkluderer rapporten, at brobygning mellem kultur og sundhed er altafgørende for en succesfuld implementering af tilbuddet. Dette fordi ingen af parterne kan rekruttere borgere eller løfte tilbuddet på egen hånd. Ligeledes er det nødvendigt fra øverste ledelsesniveau at indtænke tilbuddet som en del af den kommunale drift. Civilsamfundet udgør i denne forbindelse også en vigtig partner, da dette kan sikre en videre forankring efter de 10 uger, som er inkluderet i henvisningsmodellen. Afslutningsvis konkluderer rapporten, at effekten af kulturelle sundhedsfremmetilbud ikke kun kan opgøres af den enkeltes symptombelastning, men også bør ansues gennem et bredere samfundsperspektiv. Her vil den samlede værdi ansues ud fra flere forskellige og langt mere tværgående parametre.

HOVEDRESULTATER OG FORSKNINGSMETODE

Forskningsdesign og metode

Resultaterne for Tid til Læsning udgøres samlet set af resultaterne fra et psykologisk effektstudie og et etnografisk studie, der bygger på deltagerobservation og kvalitative interviews.

Formålet med det kvantitative effektstudie var at undersøge de mulige sundhedsrelaterede QOL (Quality of Life) og kognitive effekter af deltagelse i læsegrupper baseret på guidet fælleslæsning. Målgruppen for Tid til Læsning har været voksne borgere i alderen 18-65 år kendetegnet ved svækket mental sundhed. Dette inkluderer personer diagnosticeret med psykisk sygdom samt personer med et markant reduceret funktionsniveau som følge af mentale og/eller somatiske vanskeligheder – eks. pga. kroniske smerter. Kriterier for eksklusion var aktiv psykose og behov for akut psykiatrisk behandling samt stofmisbrug og tilsyneladende selvmordsrisiko. Derudover var det et krav, at deltagerne kunne forstå og tale dansk.

Interventionen bestod af 10 sessioner i en ugentlig læsegruppe af halvanden times

varighed. En læsegruppe bestod af 6-8 deltagere. Borgerne fik tilbud om deltagelse via sundhedspersonale, og læsegrupperne blev ledet af bibliotekarer på offentlige biblioteker, som alle var blevet uddannet som læseguides indenfor metoden guidet fælleslæsning. I tillæg hertil deltog bibliotekarerne i et kompetenceudviklende uddannelses- og supervisionsforløb, 'Guidet Fælleslæsning som Mental Sundhed,' med fokus på målgruppen, specialiserede faciliteringsteknikker og litteratur.

Deltagerne blev testet ved baseline og efter 10 ugers deltagelse i læsegrupperne. Herefter fulgte en opfølgning efter hhv. 3 og 6 måneder. De anvendte test var HADS, QOL, PWB og Beck (se kapitel 4 for uddybende gennemgang).

Den kvalitative del af studiet baserede sig på den etnografiske metode og bestod af 10 deltagende observationsbesøg i fem læsegrupper (to pr. gruppe) og fire fokusgruppeinterviews suppleret med to individuelle interviews med læsegruppedeltagere (se kapitel 5 for uddybende gennemgang).





Hovedresultater

Samlet peger resultaterne entydigt i retning af, at deltagerne har været tilfredse med læsegrupperne. Et stort flertal af deltagerne ønskede at kunne fortsætte i læsegrupperne, og de vurderede overordnet, at deres deltagelse havde haft en positiv indvirkning på deres livskvalitet. Denne vurdering genfindes i 'før og efter'-målene for hhv. humør, bekymringstendens og funktionsniveau. På alle disse parametre gennemgik samtlige af deltagerne en signifikant positiv udvikling fra målingen før opstart i læsegruppen og frem til læsegruppeforløbets afslutning. Den opnåede bedring fastholdes frem til opfølgningen efter 3 måneder og udbygges yderligere ved opfølgningen efter 6 måneder. Der er således tegn på, at deltagelse i guidet fælleslæsning på kort og lang sigt kan understøtte en positiv ændring i humør, bekymringstendens, funktionsniveau og overordnet oplevet livskvalitet.

FORORD

af Peter Thybo, sundhedsinnovator og specialkonsulent, Forskningsenheden Region Vest

”Man er et nyt menneske, når man går herfra”

lød det fra en deltager i en åben læsegruppe. Citatet findes i denne rapport om Tid til Læsning, og det indeholder en vitalitet og en forfriskende optimisme, som der i dag er god brug for. Middellevetiden i Danmark stiger, men samtidig er der en paradoksalt udvikling med voksende udfordringer på sundhedsområdet. Den nationale sundhedsprofil og ’Hvordan har du det?’-undersøgelserne peger nemlig på, at nedsat mental sundhed, med især stress, angst og depression, fortsat er i en støt stigende vækstkurve. Det udgør i dag en af hovedbyrderne inden for sundhedssystemet. WHO melder, at tendensen også ses på verdensplan, og at nedsat mental sundhed (især depression) vil blive verdens største sygdomsbyrde i 2030. Samtidig er der en klart øget risiko for at udvikle alvorlig sygdom, når den mentale sundhed halter.

Derfor kan man sige, at det var godt, vi fik det bedre, men det ville være bedre, hvis vi fik det godt!

Kommunerne har en stor og kompliceret opgave med at tackle denne udvikling, der også skubber ’ulighed i sundhed’ i en forkert retning. Jeg kender til det. Bl.a. gennem mit tidligere arbejde som sundhedsinnovator i Ikast-Brande Kommune og fra syv år i formandsskabet for Sund

By Netværkets temagruppe om mental sundhed med kontakt til sundhedsprofessionelle i 56 medlemskommuner landet over. Billedet er entydigt, idet alle kommuner har de samme udfordringer med nedsat sundhed, og alle søger efter nye greb til at vende den negative udvikling. Men hvordan? Og hvordan gør vi det uden at institutionalisere borgerne endnu mere?

En af de interessante muligheder, som du kan læse om i denne nye forskningsrapport om guidet fælleslæsning, handler om et samarbejde på tværs mellem de to kommunale driftsområder ’Kultur og Fritid’ og ’Sundhed’ i fem af landets kommuner samt Læseforeningen, Region Midtjylland og Aarhus Universitet.

I læsegrupperne deltager mennesker, der er ramt af livet. De mødes om ’den gode fortælling’ i et trygt, meningsfuldt og stimulerende interessefællesskab. Sommetider vil livet noget med en, som man ikke altid rigtig forstår, men litteraturen og fællesskabet holder tusinde spejle op som et kalejdoskop. Her kan man søge trøst, forklaring, forståelse og komme af med sin egen fortælling i et personligt narrativt sprog. Dette til ligesindede som lytter anerkendende, da de også står i svære situationer. Når man har det svært, er det rart ikke at være alene.

I gruppen får man oplæst digte, noveller og romanuddrag. Gennem refleksioner og drøftelser om hovedpersonernes liv og hændelser får man mulighed for at finde værktøjer til sit eget liv. Fortællingen kan binde fortid, nutid og fremtid sammen og skabe mening og sammenhæng. "Kunsten og deltagelse i kulturelle aktiviteter bidrager til, at selv i os udvikles: At vi bliver bedre til at give vort liv en fortællerstruktur og bedre til at tolke de stemte indtryk, vi modtager fra vor omverden," skriver filosofen Mogens Pahuus. Som du kan læse i rapporten, er der i al fald gode resultater, når man spørger deltagerne i læsegrupperne – også på den lange bane.

Initiativet med at udvikle sundhedsfremmende tilbud til borgerne i krydsfeltet mellem kulturelle aktiviteter og sundhed har fået god medvind fra en længe ventet rapport af WHO (2019). I et stort studie har man undersøgt sammenhængen mellem kultur og sundhed, og kommer frem til, at; "results from over 3000 studies identified a major role for the arts in the prevention of ill health, promotion of health, and management and treatment of illness across the lifespan." Således står nærværende projekt, Tid til Læsning, i fin forlængelse af WHO's rapport om kulturens betydning for mental sundhed og dermed også en række initiativer i Danmark, der sender opmærksomheden i samme retning, f.eks.:

- Sundhedsstyrelsens 'Forebyggelsespakken om Mental Sundhed' (2018) har fået et større fokus på beskyttende faktorer for mental sundhed på et individuelt, socialt og strukturelt niveau. Det er et tiltrængt supplement til de velkendte risikofaktorer, der åbner op for et andet (sundhedspædagogisk) mindset, når der inviteres til at arbejde med "hen-imod-mål" - dvs. dét der virker, og som vi gerne vil have mere af – fremfor "væk-fra-mål" – dvs. det vi forsøger at undgå. Samtidig anbefaler Sundhedsstyrelsen, at modeller for nye tværfaglige og tværsektorielle partnerskaber og fælles organisering bør afprøves.
- Sundhedsaftalen 2019 - 2023 i Region Midtjylland opfordrer til at bryde med vanetænkning, at udvikle prøvehandling som redskab til at afprøve nye ideer samt til at få erfaringer med løsninger, hvor der tænkes ud af boksen.

- Statens Institut for Folkesundhed arbejder med implementering af 'ABC for Mental Sundhed' til interesserede kommuner. Det er et australsk forskningsbaseret koncept og en forkortelse af Act, Belong, Commit, som i en kort, fordansket udgave handler om følgende:
 - Gør noget aktivt – fysiske, mentale og sociale aktiviteter holder dig skarp på alle områder.
 - Gør noget sammen – de sociale relationer mellem fx familie, venner, kollegaer og naboer giver identitet og tilhørsforhold.
 - Gør noget meningsfuldt – giver en følelse af formål og retning i livet, som kan være med til at opbygge selvtillid og selvværd.
- Sundheds- og trivselsmodellen, 'Det Dobbelte KRAM,' bygger på evidensbaseret forskning inden for sundhedsteori (kaldet salutogenese) og anvendes i stigende omfang i bl.a. kommuners sundhedspolitik. Her suppleres de velkendte KRAM-faktorer, som knytter sig til helbred og livsstil (Kost – Rygning – Alkohol – Motion), med et mentalt sundheds-KRAM, som alle kan relateres til aktiviteterne i læsegrupperne: Kompetencer – Relationer – Accept – Mestring.

Aktiviteterne i guidet fælleslæsning lægger sig fint op af ovennævnte eksempler, hvor mening, sammenhæng, interesse og fællesskaber er vigtige, opbyggende og beskyttende faktorer for mental sundhed. Samtidig finder jeg, gennem mange års arbejde med kultur og sundhed, guidet fælleslæsning interessant, da man først og fremmest i grupperne møder mennesket som – ja, menneske.

Jeg vil ønske rapporten go' vind, og jeg håber, at man i kommunerne, med baggrund i de positive resultater og anvisninger, kan finde inspiration til at videreudvikle området 'Kultur og Sundhed', så vi ikke blot får det bedre, men får det godt.

Peter Thybo

INTRODUKTION

Mental sundhed udgør i dag et kæmpemæssigt samfundsproblem – både socialt og økonomisk. Flere og flere oplever at mistrives i eget liv, og mange må, som følge af psykiske lidelser, melde sig helt eller delvist ud af arbejdsmarkedet. Af samme grund er der derfor også opstået en stigende interesse for at forebygge psykisk sygdom gennem et øget fokus på mental sundhedsfremme.

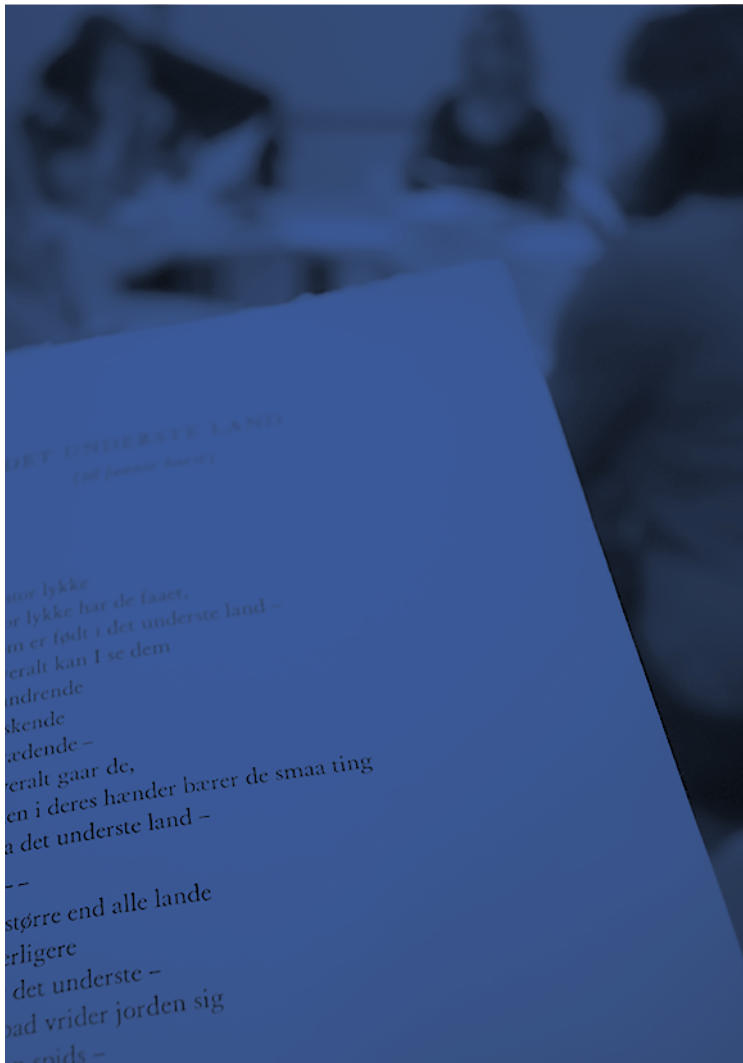
Det tværgående praksis- og forskningsfelt 'Kultur og Sundhed' bidrager i denne henseende med nye forståelseshorisonter og løsningsmodeller, hvor fokus i høj grad er på mennesket bag sygdommen og på udviklingen af meningsfulde sociale fællesskaber. En række studier fra både ind- og udland peger i denne forbindelse også på, at et aktivt engagement i kunstnerisk og kulturel aktivitet kan have en række positive effekter på den enkeltes livskvalitet. I Danmark tog udviklingen for alvor fart, da Sundhedsstyrelsen tilbage i 2016 lancerede projektet Kultur på Recept – et pilotprojekt med fokus på mental sundhedsfremme hos sygemeldte borgere gennem aktiv deltagelse i kulturaktiviteter. Dette projekt tog afsæt i et lignende projekt fra Helsingborg i Sverige – den såkaldte Skånemodell.

Feltet er dog fortsat nyt, og der er brug for mere forskning. For at styrke den samlede viden om kunstens og kulturens effekt på mental sundhedsfremme tog Region Midtjylland derfor initiativ til at støtte Læseforeningens arbejde med at udvikle en henvisningsmodel og dokumentere de sundhedsmæssige effekter af deltagelse i læsegrupper baseret på guidet fælleslæsning. Projektet Tid til Læsning er et resultat af denne satsning. Tid til Læsning læner sig i ambition og grundtanke op ad Kultur på Recept. Dog har Tid til Læsning, i modsætning til Kultur på Recept, fokuseret specifikt på skønlitteraturen som kunstform og på guidet fælleslæsning som en metode til at inddrage

deltagerne i den skønlitterære læsning. Endvidere har et stort fokusområde i Tid til Læsning været på udviklingen og implementeringen af en bæredygtig henvisnings- og forankringsmodel i kommunalt regi.

Helt overordnet har denne evaluering til formål at 1) præsentere metoden guidet fælleslæsning som en sundhedsfremmende litterær intervention, 2) præsentere henvisningsmodellen i Tid til Læsning og de praksiserfaringer, der er gjort i forhold til implementering af den i de deltagende kommuner, og 3) beskrive den læring og værdi, som projektet har skabt for såvel læsegruppedeltagerne som for kommunerne på tværs af kultur og sundhed.

Evalueringen henvender sig til politikere, sundhedsprofessionelle, kulturfaglige og øvrige interesserede, som ønsker at finde viden om og inspiration til, hvordan man kan organisere og implementere et kulturelt sundhedsfremmetilbud i kommunalt regi. Evalueringen kan derfor også med fordel ansues som et læringsdokument, der har til hensigt at tydeliggøre de organisatoriske linjer og metodiske overvejelser, som ligger til grund for Tid til Læsning, samt synliggøre de mange praktiske erfaringer, som er blevet indsamlet i de enkelte kommuner. Forhåbentlig kan evalueringen på denne måde inspirere til en videre konstruktiv og bæredygtig udvikling i det tværgående landskab mellem kultur og sundhed.



KAP

1



OM TID TIL LÆSNING

ORGANISERING

Tid til Læsning er en model for implementering af læsegrupper som et mental sundhedsfremmende tilbud på tværs af kultur og sundhed i kommunalt regi. Borgerne blev henvist til læsegruppetilbuddet via sundhedspersonale – som oftest forebyggelses- og sundhedskonsulenter fra lokale sundhedscentre. Et læsegruppeforløb i rammen af Tid til Læsning varer 10 uger med en ugentlig session af halvanden times varighed. Læsegrupperne består af 6-8 deltagere og blev i projektperioden faciliteret af bibliotekarer på kommunale biblioteker. Bibliotekarerne var alle uddannede læseguider med særlige kompetencer indenfor metoden guidet fælleslæsning og mental sundhed.

Tid til Læsning har taget form som et partnerskab mellem fire centrale samarbejdspartnere:

- Læseforeningen
- Region Midtjylland
- Interacting Minds Centre på Aarhus Universitet
- Fem kommuner i regionen (Herning, Horsens, Viborg, Holstebro og Ikast-Brande)

Disse samarbejdspartnere gik sammen i en fælles indsats om at:

- **Tilbyde guidet fælleslæsning som en kvalitetssikret, litterær, sundhedsfremmende aktivitet i kommunalt regi.**

For at realisere dette overordnede mål definerede styregruppen følgende delmål for projektperioden:

1. Udvikle og implementere en henvisningsmodel kaldet Tid til Læsning i de enkelte kommuner på tværs af kultur- og sundhedssektoren
2. Dokumentere de mentale sundhedsmæssige effekter af guidet fælleslæsning – både kvalitativt og kvantitativt
3. Kvalitetssikre metoden gennem uddannelse og supervision af læseguider med særlige kompetencer indenfor guidet fælleslæsning som mental sundhed

STYREGRUPPEN

Samarbejdet mellem kultur- og sundhedssektoren blev i Tid til Læsning manifesteret gennem en styregruppe på 10 personer. Denne styregruppe bestod af repræsentanter fra hver af de fem kommuner fordelt mellem biblioteks- og sundhedssektoren. Derudover tog Læseforeningen, Region Midtjylland og Aarhus Universitet del i projektets ledelse og kvalitetssikring.

læse
foreningen

Læseforeningen
Mette Steenberg
Stifter og leder af Læseforeningen



Jeg er læser og semiotiker af baggrund. I 2008 faldt jeg over Blake Morissons artikel "The Reading Cure" i The Guardian om The Reader Organisation i Liverpool – en organisation, der er drevet af litterater, som i samarbejde med praktiserende læger tilbyder læsegrupper for mennesker, der lider af depression. Lige siden den dag har jeg vidst, at min mission i livet var at bygge bro mellem de to verdener – den litterære og den medicinske. Til det formål gjorde jeg to ting. Jeg arbejdede for det første som forsker ved det interdisciplinære Interacting Minds Centre under ledelse af biolog og antropolog, Andreas Roepstorff. I regi heraf udviklede jeg et samarbejde med psykolog, Nicolai Ladegaard, og antropolog, Line Dalsgaard, om at undersøge og dokumentere de mentale sundhedseffekter af guidet fælleslæsning. For det andet stiftede jeg i 2010 Læseforeningen, en frivillig social forening, for at sikre, at den viden vi udviklede på universitetet ville blive implementeret bredt i samfundet gennem en frivilligbåret indsats. Tid til Læsning er således min vision realiseret 12 år senere – et litterært læsegruppetilbud til mennesker der lider af depression, implementeret og forankret i kommunerne på tværs af kultur og sundhed og gjort bæredygtig gennem en frivillig drevet indsats i en model, vi har kaldt Tid til Læsning.




AARHUS UNIVERSITET

Aarhus Universitet
Anne Marie Pahuus, prodekan for forskning

Faculty of Arts har støttet projekt Tid til Læsning, fordi det er et rigtig godt eksempel på, hvordan man i feltet mellem kultur og sundhed trækker på en række stærke, humanistiske kompetencer og samtidig undersøger kunstens rolle i forebyggelse, sygdomsbehandling og arbejdsmarkedsparethed. Fakultetet arbejder strategisk med kultur i bred forstand, hvor kultur dækker både kunstnerisk og almenmenneskelig forståelse af eksistens og fællesskab. Kultur og sundhed handler eksempelvis om kunstens rolle i forebyggelse og sygdomsbehandling, men det handler også om, hvad læsningen kan have af betydning for vores trivsel og oplevelse af fællesskab. Ligeledes handler det også om sundhedsvæsenet og forandringer heri, om professionel dømmekraft i sundhedsprofessionerne, om selftracking, lighed i sundhed, smerteoplevelse og livet med en kronisk lidelse, rehabilitering og ro, kulturel smitte og meget mere. For fakultetet er alle disse områder vigtige, og fakultetet føler sig med forskere og studerende forpligtet på et vigtigt samfundsbidrag gennem tætte samarbejder med alle de involverede parter inden for og uden for universitetet.

Region Midtjylland
Mikkel Ottow, kulturkonsulent
og projektleder for kultur og sundhed

Da jeg i 2015 skulle starte en ny innovationsindsats op i Regional Udvikling, Region Midtjylland om kultur og sundhed, blev det hurtigt klart, at guidet fælleslæsning var en af de mest internationalt velunderbyggede metoder på feltet. Læseforeningen var hjemmehørende i regionen, guidet fælleslæsning kan skaleres, og der er et godt fundament for yderligere forskning i metoden. Derfor gik jeg sammen med Læseforeningen for at designe et projekt til de regionale kulturudviklingsmidler. Læseforeningens ansøgning førte til, at regionsrådet ad to omgange støttede projektet, der blev til Tid til Læsning – Region Midtjyllands første flagskibsprojekt indenfor kultur og sundhed. Jeg har fulgt projektet tæt som en del af styregruppen.

Tid til Læsning er blevet et modelprojekt for arbejdet med kultur og sundhed indenfor alle kunstformer, hvor der er opnået en lang række enestående praktiske erfaringer og stor succes som et populært, kulturelt alternativ til eksisterende sundhedstilbud. Projektet har været væsentligt for, at kultur- og sundhedsfeltet vokser med stor hastighed i Danmark og internationalt, og at Region Midtjylland har fået en central rolle i den udvikling. Den vigtigste læring i Tid til Læsning er for mig, at 1) kunst, og samværet omkring den, kan uden tvivl have en væsentlig sundhedsfremmende betydning for det enkelte menneske, og 2) stærke relationer på tværs af faggrupper er altafgørende. Det var tydeligt, hvordan gode, personlige kontakter mellem kommunernes sundhedskonsulenter og byernes bibliotekarer blev afgørende for, om man lykkedes med at udbrede tilbuddet. Jeg vil gerne sige tak til de deltagende bibliotekarer, sundhedsfaglige, forskere og Læseforeningen for en stor indsats i projektet, der efter min bedste overbevisning vil få en væsentlig betydning for et positivt paradigmeskifte for både kultur- og sundhedsinstitutioner i Danmark.

Jeg håber, nærværende rapport vil blive læst og delt flittigt.



VIBORG
KOMMUNE

Viborg Kommune
Bente Dalsgaard, sundheds- og forebyggelseskonsulent, Viborg Kommune
Lone Engel Westphall, afdelingsleder på Viborg Bibliotekerne

I Viborg Kommune, i regi af Viborg Bibliotekerne og Sundhedscenter Viborg, har vi længe været optaget af, hvordan kulturelle oplevelser kan bidrage til mental trivsel – hos borgere i almindelighed, men måske i særdeleshed hos sårbare borgere, der på forskellig vis er ramt af livet.

I en række projekter har vi arbejdet med forskellige former for kulturel aktivitet, og vi ser, at især metoden guidet fælleslæsning har et stort potentiale ift. de borgere, der kan have svært ved at deltage i kulturelle aktiviteter og fordybe sig i litteraturen på almindelig vis.

Projekt Tid til Læsning taler således ind i en igangværende indsats på strategisk såvel som operationelt niveau i Viborg Kommune, og projektet udmærker sig ved at tage livtag med udfordringen i at afdække evidens for metodens effekt i det sundhedsfremmende arbejde. Og her på bagkanten af projektet kan vi således dokumentere, at guidet fælleslæsning gør en forskel for borgerne. I dag har projektet bidraget til en cementering af det gode og vigtige samarbejde mellem sundheds- og kulturområdet i Viborg Kommune, og det har ført til en endnu stærkere strategisk prioritering af kulturen som sundhedsfremme i en tværgående kommunal indsats. I fællesskab fører vi nu modellen for visitering videre i drift, og tilbyder guidet fælleslæsning til sårbare borgere som et supplement til det traditionelle behandlingstilbud med fokus på det gode samvær om det, der er vigtigt.



Holstebro Kommune
Inga Bøge, sundhedsfremme- og forebyggelseskonsulent,
Holstebro Kommune
Vita Debel, leder på Holstebro Bibliotekerne



HOLSTEBRO
KOMMUNE

Holstebro Bibliotekerne har de seneste otte år haft stor interesse i fælleslæsning for borgere, der befinder sig i en sårbar livssituation. Tilbage i 2012 uddanner biblioteket gennem Læseforeningen to bibliotekarer i metoden guidet fælleslæsning. I begyndelsen læser bibliotekets læseguides på psykiatrisk afdeling på Holstebro sygehus, i psykiatriske dagtilbud og på plejehjem i kommunen. Oplevelsen er ikke til at tage fejl af; borgere og sundheds-personale er begejstrede.

På daværende tidspunkt er kultur- og sundhedsforvaltningen samlet under ét i Holstebro Kommune. Politisk er der et ønske om samarbejde på tværs af områder i forvaltningen, og guidet fælleslæsning er et oplagt samarbejdstiltag, der forener sundhed og kultur om det nye indsatsområde – mental sundhed.

I 2015 får Holstebro Bibliotek en henvendelse fra Læseforeningen i Århus. Læseforeningen er i gang med udarbejdelse af en ansøgning til Region Midtjylland om midler til et evidensbaseret forskningsprojekt, og Holstebro kan blive en af forsøgskommunerne. Biblioteket er meget interesseret fra start, da projektet på alle måder falder ind i den lokale dagsorden. Dog vil Holstebro Bibliotekernes mulige deltagelse være afhængig af, om sundhedsafdelingen også vil være med i projektet. Det nuværende Center for Sundhedsfremme og Forebyggelse var med på ideen om et projektsamarbejde om projekt Tid til Læsning.

Tid til Læsning rammer ned i krydsfeltet mellem kultur og sundhed i en tid, hvor man i Holstebro Kommune så småt er begyndt at tale kultur ind i sundhedsfremme og -forebyggelse. Tid til Læsning bliver starten for bibliotekets og sundhedsafdelingens samarbejde omkring fremme af mental sundhed. Erfaringerne fra projektperioden danner stadig grundlag for drift og samarbejde omkring rekruttering af borgere til læsegrupper i kommunalt regi.



Ikast-Brande Kommune
Peter Thybo, tidl. sundhedsinnovator
i Ikast-Brande Kommune og sund-
hedsrådets styregruppemedlem i
projekt Tid til Læsning

Ikast-Brande Kommune havde, i kølvandet af kommunalreformen i 2007, en klar vision om at benytte den kommunale omstrukturering til at løfte kommunens tværgående, sundhedsfremmende samarbejde omkring mental sundhed. Baggrunden for visionen var, at nationale undersøgelser viste en markant stigning af flere borgere med "ondt i livet", som eks. udviklede stress, angst og/eller depression.

For at kunne imødegå og vende denne udvikling var der behov for et bredt, tværfagligt samarbejde, hvor så mange som muligt i den kommunale organisation, på hver



Ikast-Brande Kommune
Martin Lundsgaard-Leth,
kultur- og biblioteksleder på Ikast-Brande Bibliotek



Da biblioteket og sundhedsområdet i Ikast-Brande fik mulighed for at deltage i Tid til Læsning, slog biblioteket til med det samme. Forklaringen er, at biblioteket, i et samarbejde med sundhedsområdet siden 2012, har haft flere vellykkede forløb med guidet fælleslæsning. Blandt andet med psykisk sårbare og ældre medborgere. Bibliotekets gode erfaringer med guidet fælleslæsning betyder, at biblioteket i dag har et fast tilbud om at tilrettelægge og indgå i forløb med guidet fælleslæsning – metoden bliver så at sige en del af bibliotekets daglige drift.

Samarbejdet med Læseforeningen og Region Midtjylland, samt erfaringsudvekslingen med de øvrige deltagere i Tid til Læsning, gav mulighed for at blive endnu bedre til at løfte opgaven. Endelig er muligheden for, som et resultat af Tid til Læsning, videnskabeligt at kunne underbygge antagelsen om, at borgernes møde med kultur og litteratur er godt for det mentale helbred, af stor værdi.

I Ikast-Brande Kommune er der en lang tradition for samarbejde mellem kultur- og sundhedsområdet. I Byrådets Kultur- og Bibliotekspolitik, vedtaget i 2017, hedder det således, at de kulturelle institutioner "skal tænke kulturelle aktiviteter sammen med sundhed" og, at "sundhed er en værdifuld tillægsgevinst, som kan opnås gennem kulturelle aktiviteter." Bibliotekets- og sundhedsområdets deltagelse i Tid til Læsning matcher i høj grad de politiske og strategiske ambitioner i Ikast-Brande Kommune.

deres måde og til hver deres målgruppe, bidrog til at løse opgaven med den bekymrende udvikling.

"Sundhed for Alle – Alle for Sundhed!" Denne parafrase af musketér-eden blev valgt som en af kommunens slogans, da samarbejdet omkring mental sundhed i praksis skulle foregå på tværs af alle kommunale fag- og driftsområder – gerne i samarbejde med foreninger, civilsamfund, frivillige m.fl.

Der var behov for at nytænke kommunale tiltag og gå nye veje i indsatserne.

Et af de nye tiltag var bl.a. et samarbejde (og en fælles interesse) mellem sundhedsområdet og biblioteket om guidet fælleslæsning, som blev afprøvet med forskellige målgrupper. Der var gode erfaringer med tilbud-

det, som samtidig passede fint med sundheds- og trivselsmodellen 'Det Dobbelte KRAM.' Modellen er udviklet i Ikast-Brande Kommune og er central for den fælles sundhedsforståelse, der ligger bag det tværgående kommunale samarbejde. De nye initiativer og positive resultater udløste Biblioteks- og Kulturforeningens Kulturpris til Ikast-Brande Bibliotek i 2013.

Således var det i 2016 ganske naturligt for sundhedsområdet i Ikast-Brande Kommune at indgå i det tværkommunale forskningsprojekt Tid til Læsning, da muligheden opstod, samt bidrage til projektet ved at repræsentere 'Sundhed og Trivsel' i styregruppen.



ROLLEFORDELING OG ANSVARSOMRÅDER



Læseforeningen

- *Projekter med ansvar for aktiviteter, tidslinje og budget*
- *Metodeansvarlig med ansvar for uddannelse af læseguides, tekstvalg til læsegrupperne samt kvalitetssikring af læsegrupperne gennem løbende supervision*

Region Midtjylland

- *Strategisk satsning med henblik på at støtte udviklingen af en skalérbar og bæredygtig henvisnings- og forankringsmodel i kommunalt regi*

midt
regionmidtjylland

**Interacting Minds Centre –
Aarhus Universitet**

- Udarbejdelse af forskningsdesign
- Indsamling og bearbejdelse af forskningsresultater

Kommunerne

- Formidling omkring og henvisning til læsegrupper (sundhedscentrene)
- Facilitering af læsegrupper (bibliotekerne)



AARHUS UNIVERSITET

Ikast-Brande
Kommune



HOLSTEBRO
KOMMUNE



VIBORG
KOMMUNE

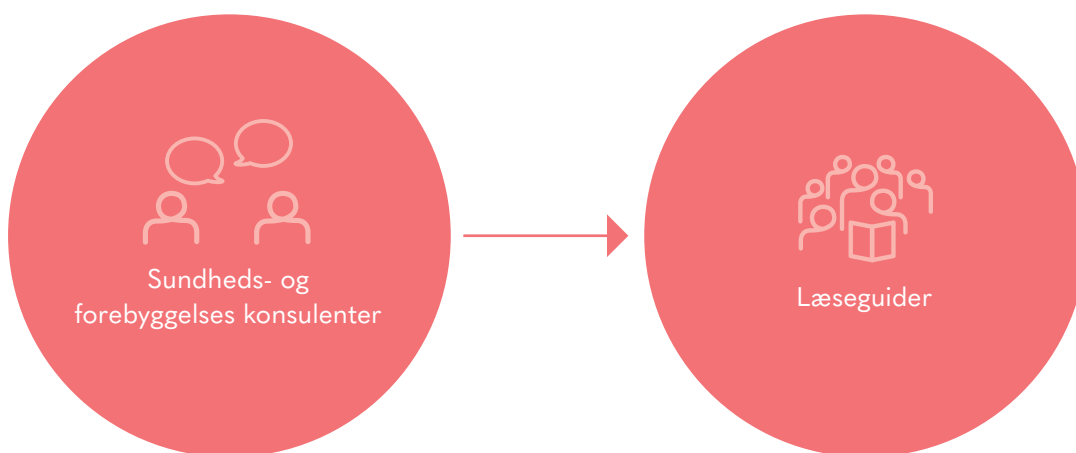
REKRUTTERING OG MÅLGRUPPE

Henvisningsmodellen

Tid til Læsning er baseret på ideen om en henvisningsmodel, hvor igennem sundhedspersonale, som oftest forebyggelses- og sundhedskonsulenter ved lokale sundhedscentre, henviser borgere med svækket mental sundhed til læsegrupper baseret på guidet fælleslæsning afholdt på bibliotekerne. Biblioteket blev valgt som ramme frem for sundhedshuset grundet det åbne, frie rum, hvor alle er velkomne, og hvor en mangfoldighed af borgere hver dag kommer uanset alder, køn, uddannelsesniveau og interesser. I praksis blev forebyggelses- og sundhedskonsulenterne, sammen med de ansvarlige biblioteksledere og bibliotekarere, en slags ambassadører for tilbuddet med en vigtig opgave i at skabe opmærksomhed og formidle viden omkring den guidede fælleslæsning. Dette skete gennem borgersamtaler, men også gennem informationsarrangementer og showcases til både kommunale aktører og borgere. Fremfor kun at fungere som et henvisningstilbud tog Tid til Læsning derfor også i høj grad form som et formidlings- og brobygningsprojekt mellem forvaltninger på tværs af kultur og sundhed.

Målgruppen for Tid til Læsning

Tid til Læsning har rettet sig mod voksne, oftest sygemeldte, borgere kendetegnet ved en svækket mental sundhed. Inkluderet herunder har været personer diagnosticeret med psykisk sygdom, som oftest stress, angst eller depression, samt personer med et markant reduceret funktionsniveau som følge af fysiske udfordringer – eks. kronisk smerte. Målgruppen i Tid til Læsning blev fastlagt på baggrund af en række forudgående pilotstudier i samarbejde med Ambulatorium for Mani og Depression, samt afdelingerne for hhv. Psykoser og Depression, på Aarhus Universitetshospital (beskrivelsen af disse pilotstudier kan findes kort opsummeret på dansk i tidsskrift for Almen Praksis og mere uddybende på engelsk i Steenberg 2016). På baggrund af disse studier blev eksklusionskriteriet i Tid til Læsning fastsat ved psykotisk sygdom, stofmisbrug og suicidal adfærd. Dette primært af hensyn til læsegruppernes sociale sammenhængskraft, samt til læseguidens faglige forudsætninger for at kunne facilitere en læsegruppe. Endvidere blev det et fastsat kriterium, at deltagerne kunne forstå og tale dansk.



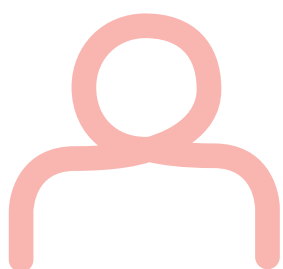
Henvisningsmodel

Forudgående pilotstudier

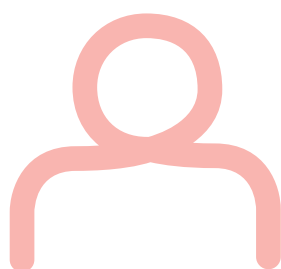
For at afdække metodens anvendelighed blev der desuden i projektperioden foretaget en række andre pilotstudier, som havde til formål at afdække metodens anvendelighed for personer diagnosticeret med svær skizofreni og personlighedsforstyrrelser (Sct. Mikkel <https://www.svo.rm.dk/botilbud/sct-mikkel/>) samt komplekse demenstilstande og misbrugsproblematikker (Gårdhaven <https://www.svo.rm.dk/botilbud/gardhaven/>). Resultaterne for disse studier (begge foretaget af daværende videnskabelig assistent, Charlotte Christiansen, og udgivet som selvstændige forskningsrapporter, se litteraturliste) er, at metoden guidet fælleslæsning er anvendelig for endog svært sindslidende og personer med en meget betydelig reduktion i kognitivt funktionsniveau, hvad enten dette skyldes demens eller misbrug. For gruppen med nedsat funktionsniveau gælder det dog, at metodetilpasning er nødvendig, både hvad angår tekstlængde og genrer. Data fra disse mere specifikke målgrupper indgik imidlertid ikke i det psykologiske effektstudie, og falder som sådan udenfor den målgruppe, som blev testet indenfor rammerne af det 10 ugers henvisningstilbud.

Læsegruppedeltagerne i Tid til Læsning

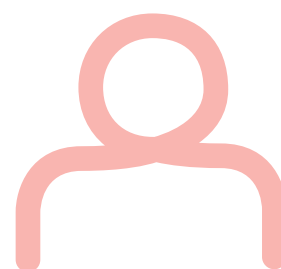
Læsegruppedeltagerne i effektstudiet var blandede. Både hvad angår alder og køn. En overvejende del (90 pct.) var dog kvinder, og gennemsnitsalderen for deltagerne var 61 år. En stor del af deltagerne var sygemeldte eller pensionerede, mens en mindre del var i enten aktivering eller under ressourceforløb. To tredjedele af deltagerne (72 pct.) var i medicinsk behandling på baggrund af psykiske årsager, hvoraf depression og angst udgjorde majoriteten. En del af deltagerne var ikke længere i stand til selv at læse – eks. pga. svækket koncentrationsevne.



Gennemsnitsalder:
61 år



Køn:
90% kvinder



**Medicinsk behandling
på baggrund af
psykiske årsager:**
72%

KAP

2



GUIDET FÆLLESLÆSNING

At være fælles om litteraturen

Guidet fælleslæsning er en særlig læsemetode udviklet af The Reader Organisation i England. Metoden er karakteriseret ved at have fokus på selve litteraturoplevelsen, som den udfolder sig "live" gennem højtlesning i grupper, og ved at praktisere en inkluderende og åben dialogform baseret på nysgerrighed (se en uddybning af metodebeskrivelsen i Steenberg og Ladegaard 2017). En af de ting, som adskiller guidet fælleslæsning fra den klassiske forestilling om en læsegruppe eller læsekreds, er, at tekstlæsningen altid foregår her og nu i selve læsegruppen uden forberedelse. Deltagere læser på skift højt af en kortere tekst (en novelle eller romanuddrag og et digt), som læseguiden har udvalgt til dagens læsegruppesession. De øvrige deltagere får ved sessionens start udleveret teksten i papirform og kan derfor følge med undervejs i højtlesningen. Det er dog også helt i orden blot at lytte med lukkede øjne, kigge ud af vinduet, ned i bordet, strikke, tegne, eller hvad der ellers føles mest bekvemt for den enkelte i situationen. Undervejs i højtlesningen holdes der pauser, hvor læseguiden gennem åbne spørgsmål knyttet til læseoplevelsen skaber rum for, at deltagerne kan reflektere over og dele deres umiddelbare tanker omkring teksten. Dette fører til en fælles samtale om de tanker, refleksioner, stemninger og sansninger, som teksten har vækket hos den enkelte. Læseguiden faciliterer samtalen ved at forbinde de individuelle oplevelser af teksten og ved at pege tilbage til teksten, så denne altid bliver forankringspunkt for samtalen.

Ingen krav til forberedelse eller litteraturkendskab

Et særligt kendetegn ved guidet fælleslæsning er, at der ikke stilles krav til deltagerne om hverken litteraturkendskab, læsekundskaber eller aktiv forberedelse. I stedet kan deltagerne møde op præcis som de er, og de kan deltage i præcis det omfang og på præcis den måde, som de formår og trives bedst med. Ligeledes er fokus ikke på analyse og fortolkning af teksten i klassisk forstand, men derimod på det erfarings-, refleksions- og samtaleunivers, som litteraturlæsningen kan iværksætte både individuelt og kollektivt.

“

Det, synes jeg, er dejligt, at vi kan hjælpe hinanden til ligesom at se. Fordi det jeg også godt kan lide ved det, det er, at vi har meget forskellige forudsætninger, men alle, at man ikke skal have nogle forudsætninger. Det... det er ikke noget med, at man skal analysere en tekst. Der er ikke noget, der er rigtig eller forkert.

– læsegruppedeltager

Litteraturen spejler livet

I guidet fælleslæsning læser man altid kortere tekster i form af noveller eller kortere romanuddrag, og hver session sluttes med et digt. Læseguiden er ansvarlig for at finde, udvælge og matche teksterne. I Tid til Læsning var det dog projektleder og litteraturansvarlig ved Læseforeningen, Mette Steenberg, som udvalgte teksterne. Dette af hensyn til forskningsdesignet, hvor det var vigtigt, at det var de samme tekster, som blev anvendt i alle læsegrupperne. I guidet fælleslæsning vælges teksterne på baggrund af deres litterære kvalitet, i denne sammenhæng forstået som deres evne til at beskrive, sanse og reflektere en række komplekse menneskelige oplevelser vedrørende almene og eksistentielle temaer – det kan være håb, sorg, tab, kærlighed, død, ensomhed og samvær. På denne måde adskiller guidet fælleslæsning sig derfor også markant fra den biblioterapeutiske tilgang, hvor man forsøger at matche et allerede defineret problem hos den enkelte (eksempelvis angst) med lignende tematikker adresseret i skønlitteraturen. I stedet vender guidet fælleslæsning blikket mod selve læseprocessen, som antages at have et terapeutisk potentiale, netop fordi der fokuseres på det litterære univers fremfor på deltagerens sygdomshistorie eller personlige udfordringer.



Litteratur er så dejligt universelt.

Det der med at sidde og snakke om problemer, jo, det er jo meget fint. Men hvis du sidder med noget litteratur, som du på en eller anden måde kan reflektere over, så kan det godt hjælpe dig lidt egentlig.

- læsegruppedeltager



Det er udviklende faktisk, synes jeg. Menneskeligt set er der en udviklende proces i det.

- læsegruppedeltager

Udgangspunktet er litterært

– ikke terapeutisk

Formålet med guidet fælleslæsning er altid at undersøge og udvide tekstens betydningspotentiale. Derfor er det læseguidens opgave dels at stille så åbne og undersøgende spørgsmål som muligt, dels ikke at søge efter svar eller forklaringer på deltagerens oplevelser. Når læserens erfaringsunivers inddrages, er det altså ikke som udgangspunkt med et terapeutisk sigte for øje, men derimod for at undersøge de erfaringer, oplevelser, situationer, refleksioner og sansninger, som teksten beskriver. Denne undersøgelse kan vi, som læsere, ikke gøre uden også at bringe vores eget erfaringsunivers i spil. Det er i denne proces, at der opstår mulighed for en ikke-intenderet modificering af egne følelser. Med andre ord: Det er i samspillet mellem en indlevelse i tekstens erfaringsunivers og en inddragelse af egne reaktioner, at en mulig modificering af egne oplevelser og erfaringer kan finde sted – netop fordi man som læser gennemlever egne følelser og erfaringer via det repertoire af følelser, som teksten stiller til rådighed.

Læseguidens arbejde

Det kræver træning at kunne fungere som læseguide. I Tid til Læsning er alle læseguiderne derfor blevet uddannet gennem Læseforeningens kursusprogram. Til formålet udviklede Læseforeningen et særligt kursus, 'Guidet fælleslæsning for Psykisk Sårbare,' som udover de sædvanlige moduler knyttet til højtlesning, tekstvalg og facilitering, også havde fokus på målgruppen.

En stor del af arbejdet som læseguide handler om det personlige møde til at møde teksten og gruppen med et åbent og fordomsfrit sind. På

det tekniske niveau understøttes denne evne gennem kendskab til faciliterings- og spørgeteknikker, som er læseguidens redskab til at kunne skabe rammerne om et trygt og anerkendende litterært frirum. Som en væsentlig del af metoden skelnes der i guidet fælleslæsning mellem tre niveauer af spørgsmål:

1. *Det konkrete og sanselige niveau:* På dette niveau formuleres spørgsmål, som forholder sig til konkrete iagttagelser, registreringer og sansninger i teksten. Dette kan være ting, personer, steder og billeder. Læseguiden kan spørge, hvad læsegruppemedlemmerne ser for sig, og hvordan det tager sig ud for deres indre blik.
2. *Reaktionsniveauet:* På dette niveau inddrages deltagerens respons på det konkrete i teksten. Hvilke fornemmelser, stemninger og følelser registrerer de i sig selv som respons på det, teksten fremsætter? Læseguiden kan spørge; vækker teksten en særlig stemning eller følelse hos jer?
3. *Refleksionsniveauet:* På dette niveau inviteres deltagerne til at inddrage deres eget erfaringsgrundlag og til at sætte dette i spil i forhold til det erfaringsunivers, som teksten præsenterer. Læseguiden kan spørge; kender I det, har I nogensinde selv haft en lignende oplevelse?

Det vigtige fællesskab:

Fra private tanker til fælles refleksion

Gruppen har stor betydning i guidet fælleslæsning. Det er gruppen, som sammen med højt-læsningen og den løbende samtale bringer den indre, private oplevelse ud i et rum for fælles undersøgelse. Når vi tænker på skønlitterær læsning, er det oftest som noget privat, noget vi gør med os selv og inden i os selv, og derfor indgår skønlitterær læsning typisk heller ikke i rækken af partcipatoriske kunstformer såsom teater, musik og sang. Med guidet fælleslæsning forholder det sig dog anderledes. Her bringes det indre private rum ud i et ydre fællesskab,

og de andre deltagere i gruppen kommer til at spille en afgørende rolle for ens egne oplevelser og refleksioner. Desuden giver mange læsegruppemedlemmer udtryk for, at det interessante ved guidet fælleslæsning netop er, hvor forskelligt noget kan opfattes og tænkes.



Det er barsk, når man lige hører noget, der går rigtig tæt på en selv. Men det kan måske også være forløsende, tænker jeg, at andre kan have det ligesom en selv – at det ikke er noget, jeg alene kender til.

- læsegruppemedlemmer

Omgivelserne skaber grobund for den åbne samtale

Et andet element, som også tager læsegruppen ud af det private rum og ind i et fælles, er de fysiske omgivelser, som den guidede fælleslæsning finder sted i. Som oftest foregår læsegruppemedlemmerne på et offentligt sted – det kan være et bibliotek, et hospital, et værested eller et aktivitetscenter, men aldrig i private hjem. Intentionen med guidet fælleslæsning er, at man åbent skal kunne undersøge tekstens univers uden andre hensyn end de, der altid gælder mellem mennesker til enhver tid; respekten for hinanden som unikke individer. Dette ville være sværere at realisere i et privat hjem, hvor der gælder særlige normative hensyn til værten. Af samme grund er det også altid læseguiden, som vælger teksterne – netop for at undgå, at læseoplevelsen forstyrres af normative hensyn til, hvad man kan og må sige om en tekst, som en deltager i gruppen har valgt.

KAP

3



FORSKNINGSRESULTATER

PSYKOMETRISKE EFFEKTMÅLINGER AF LÆSEGRUPPEDELTAGELSEN

Det kvantitative studie er udarbejdet og bearbejdet af forskningspsykolog ved Aarhus Universitet, Nicolai Ladegaard. Baggrunden for studiet var et ønske om at evidensbasere guidet fælleslæsning. Studiet adskiller sig markant fra andre lignende studier indenfor kultur- og sundhedsfeltet ved ikke blot at inkludere mål for livskvalitet og selvoplevet bedring, men også 'før og efter'-mål for symptombelastning – her depression, stress og angst.

FORSKNINGSDESIGN OG METODE

Den kvantitative effektundersøgelse i Tid til Læsning havde til sigte at dokumentere den sundhedsmæssige effekt af guidet fælleslæsning for psykisk sårbare voksne over 18 år. Det anvendte forskningsdesign var et single group 'før og efter'-mål med hhv. 3 og 6 måneders opfølgning. Dette betyder, at der i alt blev gennemført 4 målinger på de deltagende borgere, jf. figur 1 nedenfor.



Nicolai Ladegaard er specialpsykolog i psykiatri med en ph.d.-grad indenfor socialkognition. Han er uddannet læseguide, og interesserer sig for krydsfeltet mellem kultur og sundhed og særligt, hvordan kunst og kultur, formidlet i en struktureret ramme, kan bedre den enkeltes livskvalitet. Nicolai er optaget af at evidensbasere kunst og kulturindsatser ved brug af kvantitative metoder.



Assessment schedule

Det var forventningen, at deltagelse i guidet fælleslæsning kunne have en positiv effekt på deltagernes oplevede humør, bekymringstendens og funktionsniveau. De anvendte instrumenter til belysning af disse omtalte domæner kan ses i tabel 1 nedenfor.

Domæne	Skala
Humør (depressive symptomer)	The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS-D) (Zigmond and Snaith 1983)
Bekymringstendens (angst symptomer)	The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS-A) (Zigmond and Snaith 1983)
Funktionsniveau (herunder bevægelighed, personlig pleje, vanlige aktiviteter)	EQ-5D (Devlin and Krabbe 2013)

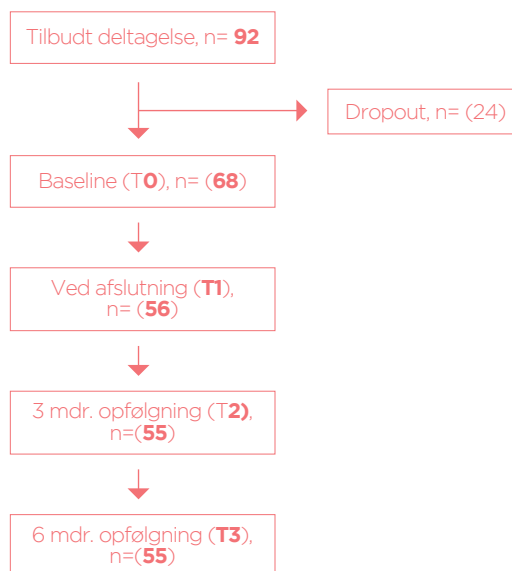
Tabel 1.

Data blev indhentet via et digitalt surveyinstrument kaldet RedCap (Harris et al. 2009). De deltagende borgere fik via et link adgang til de udvalgte skalaer.

Deltagernes forløb gennem projektet

I alt blev 92 borgere tilbudt deltagelse i læsegrupper. Ud af disse er der data for 68 personer. 16 personer ønskede ikke deltagelse i projektet pga. årsager, der kan findes i tabel 2. 8 personer afgav ikke data ved baseline (T0), hvorfor de ikke indgår i analysen.

Figur 2. Flow-chart for deltagerne

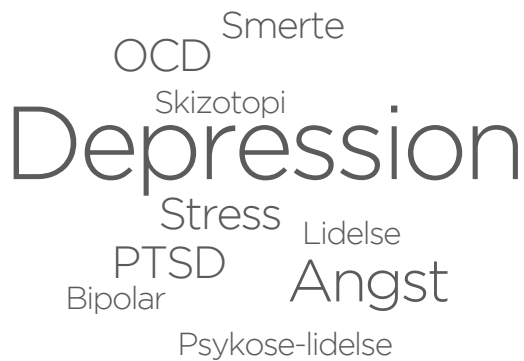


Tabel 2. Årsager til manglende ønske om deltagelse

Årsag	Antal
Passede ikke tidsmæssigt	5
Utryghed omk. den sociale kontekst	2
Utryghed omk. egne læsekompetencer	2
Utryghed omk. egne kompetencer ift. at forstå litteratur	2
Pga. psykisk mistrivsel	4
Pga. det forskningsmæssige element i projektet	1

De deltagenes sundhedstilstand og behandling

To tredjedele (72 pct.) angav at være i medicinsk behandling på baggrund af psykiske årsager, hvoraf depression og angst udgjorde majoriteten, jf. figur 3 nedenfor.



Figur 3. Ordsky med oplyste årsager til medicinsk behandling. Årsag er dimensioneret efter, hvor ofte de er blevet angivet

SAMLEDE RESULTATER

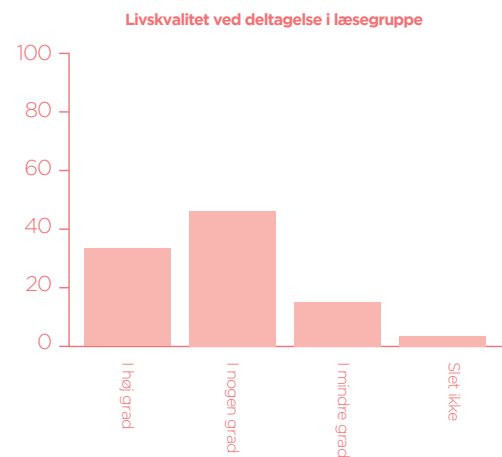
Stor tilfredshed og markant bedring af livskvalitet

Samlet peger resultaterne entydigt i retning af, at deltagerne har været tilfredse med læsegrupperne. Et stort flertal af deltagerne ønskede at kunne fortsætte i grupperne, og de vurderede overordnet, at deres deltagelse havde haft en positiv indvirkning på deres livskvalitet. Denne vurdering genfindes i 'før og efter'-målene for hhv. humør, bekymringstendens og funktionsniveau, der alle gennemgik en signifikant positiv udvikling fra målingen før opstart i læsegruppen og til læsegruppeforløbets afslutning. Den opnåede bedring fastholdes frem til opfølgning efter 3 måneder, og udbygges yderligere ved opfølgning efter 6 måneder. Der er således tegn på at deltagelse i guidet fælleslæsning, på både kort og lang sigt, kan understøtte en positiv udvikling i forhold til bedring i humør, bekymringstendens, funktionsniveau og overordnet oplevet livskvalitet.

Ved afslutning på tilbuddet blev alle deltagere spurgt om, hvorvidt de kunne tænke sig at fortsætte i en læsegruppe. 90 % procent af deltagerne svarede, at de ville ønske, at de kunne fortsætte i gruppen. Adspurgt om, i hvilket omfang de havde oplevet at deltagelse i

læsegruppen havde indvirket positivt på deres oplevede livskvalitet, svarede nær alle, at deltagelsen havde øget deres livskvalitet. En stor del angav tilmed en betydelig effekt på den oplevede livskvalitet, jf. figur 4 nedenfor.

Figur 4. Deltagernes vurdering af, i hvilken grad deltagelse i guidet fælleslæsning har haft en positiv indvirkning på deres oplevede livskvalitet.



Positiv effekt på humør, bekymringstendens og funktionsniveau

Deltagernes selvvurderede humør blev målt umiddelbart forud for opstart i en læsegruppe, ved afslutning samt ved opfølgning efter hhv. 3 og 6 måneder. Disse målinger viste, at deltagerne i gennemsnit oplevede et statistisk signifikant fald i forhold til depressive og ængstelige symptomer. Der kunne altså spores en markant bedring i deltagerne humør fra før opstart i en læsegruppe (T0) til afslutning af en læsegruppe (T1). Der var ikke signifikant udvikling på deltagerne oplevede humør fra afslutning af læsegruppen til opfølgning efter 3 måneder. Ved opfølgning efter 6 måneder observeres der igen et signifikant fald. Se Fig 6 på næste side.

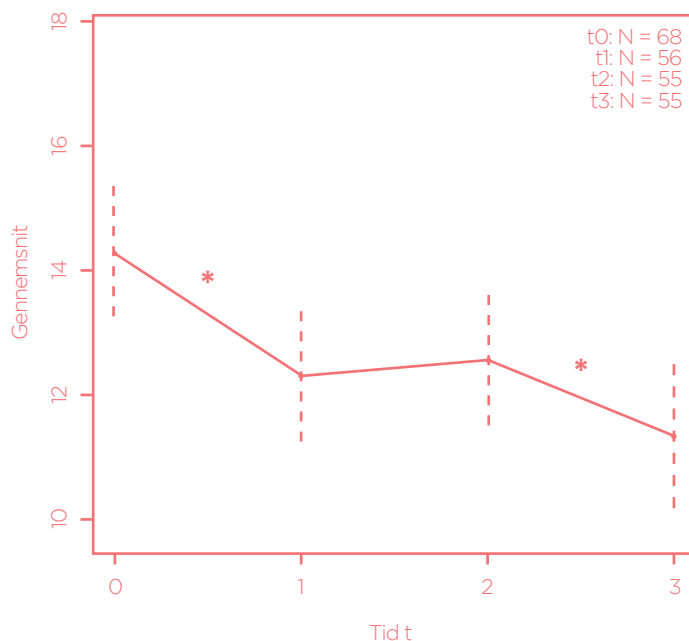
Fald i bekymringstendens og angstsymptomer

Udvikling i bekymringstendens og angstsymptomer følger den ovenfor beskrevne udvikling i forhold til humør. Deltagerne rapporterede et statistisk signifikant fald i bekymringstendens og angstsymptomer ved afslutning af læsegruppeforløb (T1). Som det gjorde sig gældende for humør, fandtes der ingen ændring i rapporterede bekymring og angst ved opfølgning efter 3 måneder. Der var en signifikant bedring ved opfølgning efter 6 måneder, jf. figur 6 overfor.

Forbedring af samlede funktionsniveau

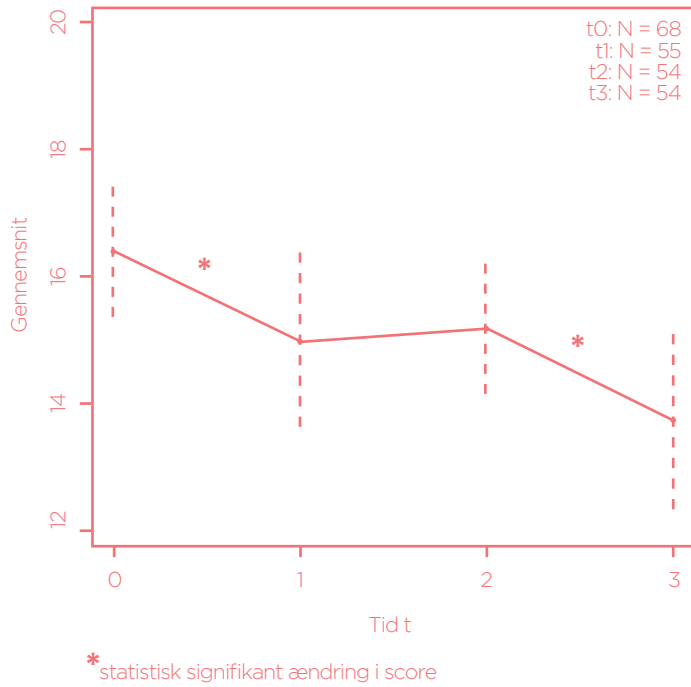
Deltagernes funktionsniveau fulgte samme udvikling som for humør og bekymringstendens. Deltagerne oplevede i gennemsnit et statistisk signifikant fald – dvs. bedring i funktionsniveau – fra før opstart i læsegruppe (T0) til afslutning af læsegruppe (T1). Der sås ingen ændring på deltagerne oplevede funktionsniveau ved opfølgning efter 3 måneder. Der var en signifikant bedring i oplevet livskvalitet ved opfølgning efter 6 måneder set i forhold til opfølgningen efter 3 måneder.

Figur 5. Udvikling af humør vurderet ved HADS-D.

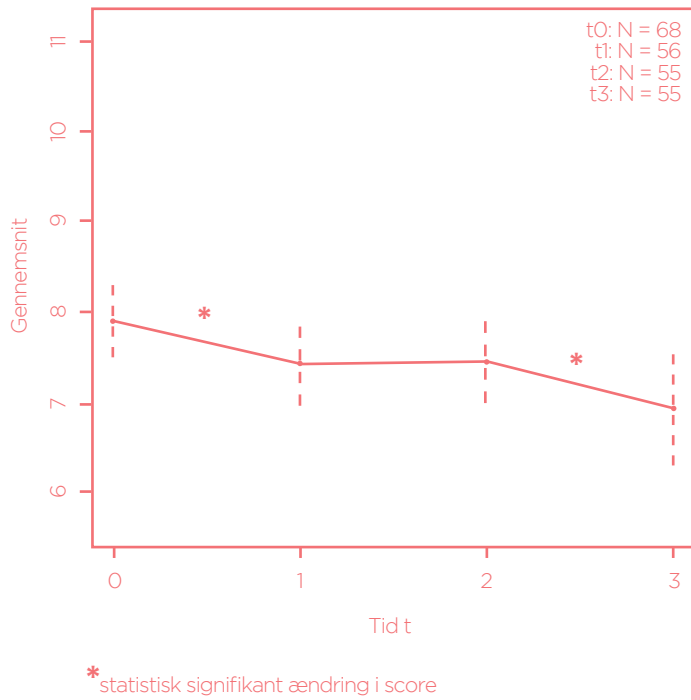


* statistisk signifikant ændring i score

Figur 6. Udvikling af bekymring vurderet ved HADS-A.



Figur 7. Udvikling af deltagernes funktionsniveau vurderet ved EQ-5D.



4



ETNOGRAFISKE STUDIER

OG KVALITATIVE INTERVIEWS

Det kvalitative studie er udarbejdet og bearbejdet af antropolog ved Aarhus Universitet, Charlotte Ettrup Christiansen. Udover ovennævnte har Charlotte Ettrup Christiansen også bidraget med kortlægning af det kommunale samarbejde, udvikling af henvisningsmodeller samt interviews med sundhedskonsulenter i de enkelte kommuner.

FORSKNINGSDESIGN OG METODE

Den etnografiske metode byggede på deltagelsesobservation foretaget i læsegrupperne, og på kvalitative interviews foretaget med læsegruppedeltagerne. Studiet udgør et supplement til det kvantitative effektstudie. Formålet var, i denne forbindelse, at afdække dynamikken i læsegrupperne samt afgøre læsegruppedeltagerens oplevede udbytte af guidet fælleslæsning. Studiet har taget afsæt i en induktiv tilgang, hvor deltagerens perspektiver har været bestemmende for analysens fokuspunkter. Datamaterialet for den etnografiske undersøgelse består af 10 deltagende besøg i fem læsegrupper (2 pr. gruppe) og fire fokusgruppeinterviews suppleret med to individuelle interviews med deltagere.

Betydningen af guidet fælleslæsning

På baggrund af det etnografiske studie identificerede antropologen tre analytiske temaer, som alle beskriver, hvad deltagerne i de forskellige læsegrupper har fundet særligt betydningsfuldt.

Disse tre temaer er:

1. Læsegruppen som et socialt rum der er trygt og intimt uden at være privat.
2. Glæden ved litteraturen og litteraturens evne til at skabe refleksion.
3. Læsegruppen som en aktivitet der skaber mening i hverdagen.



Charlotte Ettrup Christiansen er ph.d.-studerende på afdelingen for antropologi, Aarhus Universitet. Hun er uddannet læseguide og har tidligere (2017) arbejdet som projektmedarbejder ved Læseforeningen.

Charlotte har en faglig interesse for litteraturpraksisser, psykisk sundhed og skrev speciale om identitetsdannelser og kropslige erfaringer af skriveundervisning for unge i Danmark. Hendes nuværende ph.d.-projekt (2018-2021) handler om læsegrupper for unge med psykiske sårbarheder i regi af Læseforeningen. Her undersøger hun, hvad læsegrupperne betyder i de unge deltageres liv, og hvordan guidet fælleslæsning kan forstås i et fænomenologisk og poststrukturelt lys.

Læsegruppen som et socialt rum:

Sikkert og intimt uden at være privat

For deltagerne blev læsegruppen oplevet som et socialt rum, hvor individuelle og sociale læringsprocesser kunne finde sted. Her kunne deltagerne enten øve sig i at tage plads eller give plads til andre. Det blev observeret, hvordan deltagerne med tiden blev bedre til at navigere i det sociale rum. Bl.a. ved at få øje på egne sociale vaner – såsom en tendens til enten at være meget frembrusende eller meget tilbageholdende. I forlængelse heraf fortalte deltagerne i de forskellige interviews, hvordan de gennem deltagelse i læsegruppen oplevede en glæde ved at opbygge sociale færdigheder, som for mange var visnet væk efter perioder med mental sygdom.

“ Det har været fedt nok det der med, bare ligesom at tage sig lidt sammen til at sige noget i sådan en gruppe, fordi mange gange så ville jeg bare sidde og tie og sige ingenting. Og når gruppen den er så lille som her, så bliver man selvfølgelig lidt udfordret på, at man ikke bare kan sidde og sige slet ingenting. På den måde er det meget godt nogle gange at blive sådan skubbet lidt til”

- læsegruppedeltager

Gruppen blev også et sted, hvor deltagerne kunne øve sig i at insistere på at holde fast i egne synspunkter. Dette blev understøttet af det gentagende dogme om, at “der ikke er nogen rigtige eller forkerte meninger.” En deltager forklarede, hvordan det havde givet hende selvtillid at sige noget højt i gruppen og efterfølgende erfare, at de andre accepterede hendes synspunkt. Andre deltagere udtrykte på

samme måde, at de som en positiv konsekvens af at deltage i læsegruppen nu turde interagere i sociale omgivelser med “almindelige” mennesker. Dette peger på, at deltagerne, ved at indgå i en læsegruppe, kunne opbygge en øget følelse af autonomi og miljømæssig mestring. Heraf følger også, at deltagerne gradvist udviklede en mere positiv relation til både sig selv og andre – bl.a. gennem større tillid til og tro på egen intuition, og ved at blive mere opmærksomme og lyttende overfor de andre i gruppen.

En anden samtaleform

Endvidere bemærkede mange deltagere, at det litterære afsæt for samtalen opfordrede til en anden måde at tale sammen på end almindelig dagligdagssnak. Både læseguide og deltagere havde en fornemmelse af at kende hinanden, selvom det “bare” var litteraturen, de havde talt om. Eksempelvis talte en deltager i en læsegruppesession om, hvordan det var at miste kontakten med en del af sin omgangskreds efter en psykisk krise, og en anden talte om, hvordan man kan føle sig fremmed, selvom man er sammen med mennesker, man kender godt. Der blev dog ikke talt om private ting såsom diagnoser, eller hvad man plejede at arbejde med. På denne måde var samtalerummet præget af en forskudt eller indskudt intimitet, hvor deltagerne kunne dele betydningsfulde oplevelser på en måde, der aldrig blev privat.

Glæden ved litteraturen

og litteraturens evne til at spejle livet

I forlængelse af ovenstående fremhævede læsegruppedeltagerne, hvordan de satte pris på litteraturens evne til at spejle livet og skabe grobund for indlevelse, refleksion og samtale. Deltagerne beskrev, hvordan de kunne relatere egne personlige oplevelser til litteraturen, samt at de også fandt det givende at få et indblik i, hvordan de andre deltagere i gruppen oplevede og forstod litteraturen. En læsegruppedeltager kunne i høj grad relatere til en fortælling, der handlede om en dreng, der blev mobbet. Han fortalte i denne forbindelse om sine egne barndomsoplevelser og erfaringer med mob-

ning. Dette blev der lyttet til, og det blev af de andre deltagere opfattet som et værdifuldt bidrag til læsningen. Et eksempel som stemmer godt overens med den oplevelse, som mange deltagere havde; at den bedste del af guidet fælleslæsning var muligheden for at dele indre refleksioner og oplevelser med andre.

“

Jeg føler, at det berører noget indeni mig. Det berører ting, som jeg har med mig i livet. Uanset om det er en følelse eller oplevelse. Det giver et perspektiv”

- læsegruppedeltager

Læsegruppen som en aktivitet der skaber mening i hverdagen

For læsegruppedeltagerne i Tid til Læsning gjorde det sig gældende, at de fleste var enten sygemeldte, i aktiveringsforløb, førtidspensionerede eller på pension. Ofte var de gået væsentligt ned i tempo i deres liv, eller også var de gået helt i stå som følge af angstreaktioner, stress eller depression. Mange forklarede, at de normalt ville sidde meget hjemme, og at de havde brug for ro og let kunne blive drænet af sociale aktiviteter – hvis de overhovedet kunne klare dem. Læsegruppen blev i denne henseende opfattet som en meningsfuld aktivitet, der gav dem energi i hverdagen, og den ugentlige læsegruppe blev opfattet som noget, de så frem til.



“ Det har stimuleret mig til at komme tilbage til det sted, hvor jeg plejede at være”

- læsegruppedeltager

I denne henseende knyttede det meningsfulde sig både til det sociale fællesskab, som læsegruppen etablerede, samt til den udveksling af refleksioner og erfaringer som fælleslæsningen iværksatte. Læsegruppen udgjorde på denne måde en aktivitet, hvor deltagerne var engageret i noget større end dem selv (litteraturen), og hvor gruppen var med til at skabe mening i et liv, som ellers ikke var præget af mange meningskabende aktiviteter.

LÆSEGUIDENS ROLLE

Læseguiden spiller en afgørende rolle i forhold til etableringen af læsegruppen som et trygt og inkluderende socialt rum. Særligt læseguidens evne til at lede samtalen omkring litteraturen og skabe rum for, at alle i gruppen kunne komme lige meget til orde, blev af deltagerne fremhævet som betydningsfuldt. Ligeledes lagde deltagerne vægt på læseguidens personlige engagement i gruppen; dét, at læseguiden havde forberedt sig på teksterne hjemmefra, var investeret i tekstlæsningen og havde øje for den enkelte – eks. ved at bemærke, hvis nogen ikke mødte op og byde dem velkommen tilbage, næste gang de kom.

SAMLEDE RESULTATER

Læsegruppen er en meningsfuld aktivitet, som deltagerne glæder sig over og ser frem til

På baggrund af det etnografiske observationsstudie og de kvalitative interviews konkluderer undersøgelsen, at læsegrupper baseret på guidet fælleslæsning udgør en meningsfuld aktivitet for mennesker i en hverdag præget af manglende overskud. Deltagelse i en læsegruppe har for nogle været startskuddet til også at opsøge andre aktiviteter i hverdagen, såsom sportsaktiviteter, eller til at opsøge skønlitteratur i andre sammenhænge – eks. ved igen at låne bøger på biblioteket. For alle deltagere i undersøgelsen har guidet fælleslæsning været en begivenhed, som de så frem til i hverdagen, og som tilførte deres liv en større grad af mening. Endvidere fremhæver deltagerne, at læsegruppen fungerede som et trygt, socialt rum med en indskudt intimitet, hvor de i fællesskab

kunne dele og reflektere over store eller svære spørgsmål, uden at det blev privat.

Deltagelse i en læsegruppe hjælper til at genopbygge sociale færdigheder

Det har på denne måde både været deltagelsen i et socialt fællesskab og litteraturlæsningen, som af læsegruppedeltagerne er blevet opfattet som meningsfuldt. I forlængelse heraf har en stor del af udviklingspotentialer også knyttet sig til læsegruppen som et krav- og præstationsfrit rum med plads til alle, hvor alle oplevelser, refleksioner og synspunkter er lige værdifulde. Denne anerkendende og inkluderende tilgang har bevirket, at deltagerne gradvist, og med afsæt i den fælles skønlitterære læseoplevelse, er blevet i stand til at (gen)opbygge en større tro på egne evner og synspunkter samt en større grad af empati overfor andre.

Læseguidens funktion er altafgørende for at skabe et trygt, socialt rum

Læseguiden spiller en afgørende rolle for, hvordan læsegruppeaktiviteten forløber, og hvorvidt deltagerne føler sig set og anerkendt. Det er i kraft af læseguidens ledende, anerkendende og tryghedsskabende rolle, at det er muligt at etablere det sociale rum, som på én gang er både trygt og styret, og hvor igennem personlige og sociale udviklingsprocesser kan finde sted.

Deltagerne ønskede efter endt forløb at fortsætte i en læsegruppe

Ved læsegruppeforløbenes afslutning ville en del deltagere gerne have fortsat i en åben læsegruppe, som ikke var henvendt en særlig målgruppe. Andre deltagere lagde dog vægt på, at de fandt det mere trygt, at læsegrupperne i regi af Tid til Læsning henvendte sig til en særlig målgruppe, hvor alle havde samme udgangspunkt i forhold til svækket mental sundhed.

“ Jeg kan mærke, jeg er blevet positivt påvirket af det. Jeg glæder mig til at komme ind, og det er egentlig længe siden, jeg har følt glæde ved noget”

- læsegruppedeltager

KAP

5



TID TIL LÆSNING I PRAKSIS

MØDET MED BORGERNE

I dette kapitel vendes blikket mod de praksiserfaringer, som er blevet gjort i kommunerne. Der er i denne forbindelse særligt fokus på sundhedskonsulenternes og bibliotekarernes rolle som formidlere og facilitatorer af tilbuddet samt på det tværgående samarbejde mellem kultur og sundhed.

Formålet med kapitlet er at tydeliggøre, hvordan Tid til Læsning i høj grad har været et personbåret projekt ført frem af engagerede aktører. De har alle gennem en stor personlig og faglig indsats spillet en betydningsfuld rolle for implementeringen af tilbuddet i kommunerne. Afsnittet fremhæver, hvordan sundhedskonsulenterne og bibliotekarerne har oplevet dels deres egne roller og arbejdsopgaver i projektet dels det tværgående samarbejde mellem forvaltninger.

Afsnittet tager udgangspunkt i data fra kvalitative interviews foretaget af antropologerne Charlotte Ettrup Christiansen og Line Dalsgård samt kulturformidler Anna Røed.

EN FÆLLES REKRUTTERINGS- OG FORMIDLINGSINDSATS PÅ TVÆRS AF KULTUR OG SUNDHED

På baggrund af ovennævnte datamateriale og gennem erfaringsopsamling i styregruppen stod det hurtigt klart, at sundhedskonsulenterne sammen med bibliotekarerne spillede en helt central rolle for implementeringen og faciliteringen af Tid til Læsning i praksis. Dette fordi disse to grupper havde den primære kontakt til borgerne, men også fordi rekrutteringen krævede en høj grad af samarbejde på tværs af de to faggrupper.

Rent praktisk har det vist sig, at det ikke var muligt for bibliotekerne at rekruttere borgere til tilbuddet på egen hånd – ganske enkelt fordi biblioteket ikke normalvis har kontakt til denne gruppe af borgere. Dette primært fordi gruppen samlet set er kendetegnet ved ikke at komme på biblioteket eller deltage i gængse kulturelle og litterære aktiviteter, ofte grundet deres svækkede mentale tilstand og deraf manglende mod, overskud og lyst til at komme ud og dyrke mere hobbybetonede og socialt orienterede interesser. Helt konkret gjorde denne problematik sig gældende i to af de fem kommuner, hvor der ikke blev identificeret en sundheds- og forebyggelseskonsulent med borgerkontakt, hvilket bevirkede, at biblioteket selv kom til at stå for rekrutteringen. Dette resulterede i, at de rekrutterede deltagere faldt udenfor målgruppen, og derfor ikke kunne indgå i det samlede datamateriale, hvad effektstudiet angår.

Således blev samarbejdet med sundhedssiden en løsning for bibliotekssektoren, der længe har haft et ønske om at udbrede litteraturformidlingen til grupper af borgere, der ikke allerede benytter sig af bibliotekets tilbud.

For sundhedssiden derimod blev samarbejdet en løsning i forhold til at finde relevante sundhedsfremmende tilbud til en gruppe af borgere, der i vidt omfang har trukket sig fra sociale fællesskaber, og som konsulenterne derfor har haft svært ved at finde egnede tilbud til.

Med henblik på en organisatorisk analyse af implementeringsmodellen og dens aktører interviewede antropolog, Charlotte Ettrup Christiansen, midtvejs i projektperioden sundheds- og forebyggelseskonsulenterne omkring deres erfaringer med projektets organisationsstruktur samt henvisnings- og samarbejdspraksis.

I et kvalitativt interviewstudie bestående af 14 interviews undersøgte lektor i antropologi, Line Dalsgård, bibliotekarernes oplevelse af og motivation for at gå ind i arbejdet som læseguide. Afsnittet "Bibliotekarerne som læseguides" er et sammendrag af Dalsgårds artikel fra 2019: 'Serving the Literary Experience: Librarians as Reading Guides in Danish Public Libraries.'

Afsnittet "Sundhedskonsulenterne som ambassadører" bygger på dels Christiansens data, dels kvalitative interviews foretaget af kulturformidler Anna Roed i forbindelse med hendes speciale 'Kunsten at forstå Kunsten – et Tværfagligt Perspektiv på Litteratur- og Kunstforståelsen i Behandlingstilbuddet Tid til Læsning' (Aarhus Universitet, 2019).

SUNDHEDSKONSULENTERNE SOM AMBASSADØRER

Sundhedskonsulenterne har ikke oplevet sig selv som visitorer, men derimod snarere som ambassadører med fokus på videreformidling og brobygning mellem kollegaer og forvaltninger. På trods af, at der i samtlige forvaltninger har været en stor interesse og velvilje overfor projektet, så har det for mange kommunale aktører været et nyt praksisfelt, som ligger langt fra deres oprindelige kerneområde – både hvad angår den forudgående rekrutteringspraksis og den egentlige litterære aktivitet. I forlængelse heraf har det i høj grad været sundhedskonsulenternes oplevelse, at de har været ansvarlige for dels at tale litteraturens sag i forhold til en sundheds-, social- og beskæftigelsesindsats samt dels at videreformidle konkret viden omkring projektets formål, koncept og praksis.

“ Det er svært at få nogle til at gå i brechen for et kerneområde, der ikke er deres”

– sundhedskonsulent

Dette har bevirket, at sundhedskonsulenter på sin vis har oplevet at stå mellem to stole, hvor de har skullet implementere ikke kun et nyt projekt, men også en ny tankegang, og hvor de i praksis har skulle facilitere stærke samarbejder med kollegaer indenfor både bibliotekssektoren, sundhedsvæsenet og beskæftigelsesforvaltningen. På denne måde er de altså blevet en slags ambassadører for litteraturen og kulturen – et område der normalvis ligger udenfor deres egen faglighed.

Et både udfordrende og givende samarbejde

At fremstå som ambassadører for Tid til Læsning er af sundhedskonsulenterne blevet oplevet som både en udfordring og en berigelse. Udfordringen har primært knyttet sig til opgaven med at finde frem til de rette samarbejdspartnere i de forskellige forvaltninger samt stå på mål for en indsats, der tager afsæt i andre aktiviteter end de, der normalvis praktiseres i sundheds- og beskæftigelsessektoren.

“ Det er jo den udfordring, der ligger i at lave noget, der er kvalitativt, kan man sige – altså noget der går mere på de bløde ting. Det er jo sværere at måle på”

– sundhedskonsulent

““

Jobmarkedsafdelingen kan godt være svær. At komme ud og nå alle medarbejdere, så de ved hvilket tilbud, og hvad det handler om. Der er rigtig mange socialrådgivere og sagsbehandlere, og der er udskiftninger”

– sundhedskonsulent

Samtidig er det tværgående samarbejde mellem sundheds- og bibliotekssektoren dog også blevet betragtet som en berigelse i arbejdet som sundhedskonsulent, og det har banet vejen for nye forståelser, indsats- og arbejdsområder og kollegiale forbindelser.

““

Jeg synes, det har været et helt fantastisk samarbejde. For mig har det jo været nogle nye samarbejdspartnere, men det har været rigtig spændende, rigtig givende, rigtig positivt”

– sundhedskonsulent

““

Jeg har måske været bedre til at sætte nogle ord på det i forhold til mine kollegaer (i sundhedsvæsenet). Der har jeg da følt, at det har været godt og givende at have kulturfaglige inde i det her projekt, der netop kunne hjælpe mig med at blive klogere på det her område”

– sundhedskonsulent

BIBLIOTEKARERNE SOM LÆSEGUIDER

Læseguide som en naturlig forlængelse af bibliotekarens arbejde

På baggrund af interviewstudiet konkluderer antropolog, Line Dalsgård, at bibliotekarerne i høj grad opfatter deres rolle som læseguide som en direkte forlængelse af det, de i forvejen motiveres af og finder glæde ved i deres arbejde; dét at kunne hjælpe andre til gode oplevelser og indsigter gennem en fælles begejstring for litteraturen.

““

Jeg redder ikke folks liv, som en kirurg eller en betjent gør, men jeg gør noget andet – og wow, det er derfor, jeg går på arbejde. Det er ligeså vigtigt for mental sundhed, for folk består ikke kun af knogler og led, men også af mentale led – og de behøver også at fungere”

– læseguide

At være læseguide handler om at være menneske og professionel

Som læseguide varetager man først og fremmest en professionel rolle, hvor man som læsegruppeleder har ansvar for at guide samtalen og om nødvendigt føre den tilbage på sporet. Ligeledes har man som læseguide ansvar for at skabe en inkluderende atmosfære, hvor alle føler sig set og hørt. I forbindelse hermed trak læseguiderne på de kompetencer, som de allerede besad i kraft af deres arbejde som bibliotekar; deres evne til at skabe struktur og til at være nysgerrige på folks interesser gennem dialog og spørgeteknikker. Samtidig oplevede mange bibliotekarere dog også, at det ikke var nok blot at være professionel. For at få fælleslæsningens særlige effekt frem, måtte de nemlig



Anna Roed er cand.mag. i Nordisk sprog og litteratur fra Aarhus Universitet. Anna er uddannet læseguide og har tidligere været i praktik hos Læseforeningen (2017). Fagligt interesserer Anna sig for samspillet mellem kultur og sundhed – særligt litteraturens og kunstens rolle og betydning herfor. I sit speciale fra 2019 tog Anna afsæt i Tid til Læsning. Her undersøgte hun litteratur- og kunstforståelsen blandt centrale professionelle aktører i et tværfagligt perspektiv.



Line Dalsgård er lektor i antropologi ved Aarhus Universitet. Hendes hovedinteresse har de senere år været, hvordan skønlitteratur og billedkunst skaber oplevelser, som kan have indflydelse på hverdagslivet. Hun har samarbejdet med Forfatterskolen PS, Læseforeningen og Statens Museum for Kunst i forskellige projekter, hvor psykisk sårbarhed har været i fokus.

også give noget af sig selv. Dette eksemplificeres ved en læseguide, som oplevede, at hendes positive livsindstilling og humor betød meget i gruppen, mens en anden oplevede, at hun måtte give en bid af sig selv ved bl.a. at vise sin egen usikkerhed omkring teksternes betydning.

“ ” Når du leder en læsegruppe, så gør du det grundlæggende som et menneske” - læseguide

Det litterære fællesskab i centrum

På trods af, at læsegrupperne i Tid til Læsning henvendte sig til en særlig målgruppe bestående af borgere med svækket mental sundhed, så oplevede læseguiderne ikke, at dette rykkede dem væk fra deres faglighed og hen mod en position som eksempelvis behandlere. Tværtimod oplevede de, at fælleslæsningen, med sit fokus på litteraturen og på den fælles menneskelighed som vi alle deler, formåede at omfavne deltagerne på en måde, hvor den enkeltes sygdomshistorik trådte i baggrunden. Og selvom den specifikke målgruppe i Tid til Læsning bevirkede, at der var et forstærket behov for at tage sig af den enkelte og skabe en god stemning, så var grupperne ikke anderledes end andre fælleslæsningsgrupper, som (nogle af) bibliotekarerne allerede havde haft. Som en læseguide påpegede: “Man møder jo et menneske, ikke en diagnose”. På denne måde understøttede den guidede fælleslæsning derfor også den kerneopgave, som bibliotekarerne i forvejen så som deres primære; at formidle litteraturen i et medmenneskeligt fællesskab.

“ Der er en fin grænse mellem personligt og privat. Man må jo bestemme sig for, hvor meget man vil give.

Men det kan blive meget personligt, og man må åbne sig, for sommetider forstår jeg heller ikke selv teksten”

– læseguide

KAP

6

Praktiserende læger



Arbejdsmarkedskonsulenter



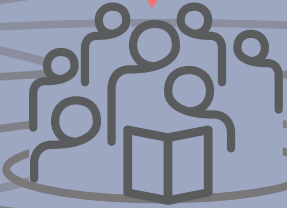
Boligsociale viceværter



Sundhedskonsulenter



Læsegruppe



Sundhedskonsulenter



Psykatri



Bibliotikarer



Sundhedskonsulenter



De frivillige læseguider



MØDET MELLEM KULTUR OG SUNDHED

FRA VISITATION TIL BROBYGNING

Tid til Læsning var oprindeligt tænkt som et visitationstilbud, hvor sundhedspersonale var ansvarlige for at henvise borgere videre til et læsegruppetorløb. I praksis viste det sig dog, at den bedste model for rekruttering var en tostrengt brobygningsindsats, som involverede såvel sundheds- som bibliotekspersonale. Denne indsats inkluderede informationsmøder og showcases målrettet både borgere og kommunale aktører.

INFORMATIONSMØDER

Som et samarbejde mellem sundhedscentrene og bibliotekerne blev der i kommunerne taget initiativ til at afholde informationsmøder for interesserede borgere. Ret tidligt i projektet stod det klart, at mange borgere havde brug for mere afklaring omkring, hvad guidet fælleslæsning præcis er, og hvad deltagelse i en læsegruppe indebærer. Derfor udviklede og implementerede bibliotekerne i samarbejde med sundhedssiden en informationsaften på biblioteket med det formål at give borgerne en smagsprøve på, hvad det vil sige at deltage i en læsegruppe. Ved informationsmødet deltog også sundheds- og forebyggelseskonsulenten, således at de borgere der efter smagsprøven havde fået lyst til at deltage kunne lade sig registrere.

SHOWCASES

Udover sundhedscentrene og bibliotekerne var en række andre kommunale aktører, her særligt beskæftigelsesforvaltningen, også i kontakt med målgruppen for Tid til Læsning. For mange af disse aktører udgjorde Tid til Læsning et tilbud, som lå langt væk fra deres kerneopgaver, og der var derfor behov for at skabe større forståelse for, hvordan en læsegruppe baseret på guidet fælleslæsning rent praktisk tager sig ud. Alt sammen for at gøre det nemmere for de enkelte aktører at videreformidle tilbuddet til borgerne. Dette blev løst ved at afholde showcases målrettet de forskellige forvaltninger samt i en enkelt kommune også at involvere de praktise-

rende læger. Fælles for de øvrige kommunale aktører samt de praktiserende læger var, at de ikke selv stod for at visitere borgere til tilbuddet. Derimod havde de mulighed for at informere eventuelt interesserede borgere om tilbuddet og derefter henvise dem videre til den koordinerende sundheds- og forebyggelseskonsulent, som stod for selve visitationen. Denne tostrengede brobygningsmodel, hvor der som en ekstra indsats blev afholdt både informationsmøder og showcases, er det mest iøjnefaldende eksempel på, hvordan det er igennem brobygningen mellem sundheds- og kulturforvaltningen, at den egentlige rekruttering og formidling finder sted. Opgaven kræver begge parter; uden biblioteket og læseguiderne ville sundhedssiden ikke være i stand til at formidle, hvad det vil sige at deltage i en læsegruppe, og uden sundhedssiden ville biblioteket ikke være i stand til at komme i kontakt med målgruppen.

Den overordnede erfaring er derfor, at det er vigtigt at blive ved med at prioritere ressourcer på showcases for såvel kommunale aktører som potentielle deltagere. Der ses en tendens til, at de kommunale aktører, som ikke er i direkte berøring med læsegrupperne i deres daglige virke, kan glemme tilbuddet i mængden af arbejdsopgaver og andre tilbud. Informationsmøder og showcases er derfor et vigtigt redskab til løbende at sikre det bedst mulige samarbejde på tværs af forvaltninger, arbejdsgrupper og kerneområder.

KAR 7

R



VÆRDIEN AF TID TIL LÆSNING

I effektstudiet af guidet fælleslæsning var en af de mest overraskende resultater, at den positive effekt fra læsegruppedeltagelsen ikke blot var til stede ved afslutning samt ved opfølgning efter 3 måneder - den så også ud til at være betydeligt forbedret ved opfølgning efter 6 måneder.

En mulig forklaring, som vi ønsker at pege på her, og som også falder i tråd med konklusionen i den seneste evalueringsrapport fra Kultur på Recept, er, at en varig opretholdelse af positive effekter afhænger af, at tilbuddene kan fortsætte udover de 10 "receptpligtige" uger. Inden for rammerne af projekt Tid til Læsning var der en stor efterspørgsel blandt deltagerne på at fortsætte i en læsegruppe efter de berammede 10 uger.

En sådan forlængelse kom i stand ved at oprette et frivilligdrevet åbent læsegruppetilbud. Eftersom denne forlængelse ikke var indtænkt i effektstudiet, er det ikke muligt at redegøre systematisk eller kausalt for forbindelsen mellem de deltagere, der fortsatte i det åbne tilbud og den vedvarende og endda øgede effekt ved 6 mdrs. opfølgning. Men når man skal opgøre værdien af læsegrupper som sundhedsfremmetilbud, er det en tanke værd, at værdien af deltagelse måske ikke udelukkende skal findes i den "medicin," man kan få via litteraturen, når man er syg. Måske skal den snarere findes i den daglige "vitaminpille," som det at være en del af et litteraturbaseret fællesskab udgør, for nu at blive i receptsproget. I den optik er læsegruppertilbuddet at sidestille med alt det andet, vi gør som mennesker for at holde os

mentalt sunde – ved at sørge for at have tid til de aktiviteter, vi ved giver os overskud, hvad enten det er at spille på oldboysholdet, gå til kor mødes med de andre nørder i frimærkeklubben og så videre. Dog med den store forskel, at læsegrupperne ikke blot bringer os socialt sammen, men, i kraft af metoden guidet fælleslæsning, skaber mulighed for at dyrke og dele vores indre liv og herigennem bryde, ikke blot den sociale, men også den eksistentielle og følelsesmæssige isolation, som mennesker med psykiske udfordringer ofte lider under. Endelig er der også den store forskel mellem Tid til Læsning og det brede foreningsliv, at tilbuddet rækker ud til og inkluderer borgere, som oftest har stået udenfor de kulturelle fællesskaber. Det er det, som brobygningen på tværs af kultur og sundhed gør muligt.

Det er altid svært at skulle opgøre værdien af at deltage i et kulturelt interessebåret fællesskab. For hvordan opgør man værdien af, at personer pludselig føler, at "de er kommet tilbage til der, hvor de var?" At de tager teksterne med hjem og deler ud i andre sociale sammenhænge? Eller, at de begynder at læse på egen hånd, og opsøger andre af bibliotekets tilbud? Hvordan måler og vejer vi den værdi? I England har man foretaget det, man kalder en SROI (Social Re-

turn on Investment-analyse) af guidet fælleslæsning (se litteraturlisten). Her sætter man tal på den værdi, at deltagerne belaster sundhedssystemet mindre, men også på følgevirkningerne af deres forbedrede livskvalitet mere generelt. Dette ud fra en "beregning" af de ringe der spreder sig i vandet, når et menneske igen begynder at få overskud til at være noget for sig selv og for andre.

Senest har Søren Brostrøm, som optakt til årets digitale Kulturmøde Mors, anbefalet, at kultursiden – i stedet for at tale evidensbaseringsprog – finder andre måder at opgøre værdien af kulturens sundhedsfremmende potentiale. Fordi dette felt, kultur og sundhed, er nyt, står vi endnu famlende heroverfor. Udfordringerne ligger på begge sider. I kultursektoren har man længe næret en modvilje mod at ville anerkende, at kulturens værdi også skulle kunne opgøres i en samfundsmæssig og økonomisk værdi. Ligesom der har været en generel skepsis overfor, at kulturen skulle have en nytteværdi overhovedet.

På sundhedssiden har det gældende evidensbaserede paradigme skabt en udfordring i forhold til at designe studier, der kan vise effekten af aktiviteter, hvis egentlige værdi undslipper det traditionelle effektstudies 'før og efter'-mål. For hvad hvis der ikke er et efter, men kun et imens? Hvad hvis effekten af læsegruppen ikke er, at man bliver "rask" eller kommer tilbage på arbejdsmarkedet, men at man oplever øget livskvalitet og en værdighed som menneske? Som de åbne grupper, der lå i forlængelse af de 10 henvisningsuger, med al tydelighed viser, så opnås den egentlige og dybe effekt af guidet fælleslæsning, når man i den ugentlige læsegruppe finder det sted i verden, der kan rumme en med alt, hvad man er – og ikke er – som menneske.



CASE-STORY: DET ER MIT UGENTLIGE FRIKVARTER

Interview Erik Grundvad Pedersen, Holstebro af Charlotte Bork Høvsgaard

"Det er mit ugentlige frikvartier" siger Erik Grundvad Pedersen og griner. "Det er det simpelthen. Når jeg er i læsegruppen, er jeg i en anden verden."

Erik går i en åben læsegruppe i Holstebro. Det har han gjort i to sæsoner. "Når jeg er i læsegruppen, er det som om, jeg lukker alt andet ude. Så er jeg bare til stede med det, vi har gang i. Læsningen er en helt afslappet verden, der giver mig en pragtfuld følelse indeni. Når jeg går hjem, føler jeg mig så let."

Erik er tidligere radiomekaniker, vognmand og speditør. Efter en stresssygemelding og en førtidspensionering blev han tilbudt at deltage i en lukket læsegruppe, og Erik er fortsat i en åben. "Jeg gik og drømte om at gøre noget – at lave noget og have noget meningsfuldt at give mig til. Det var der, læsegruppen kom ind i billedet."

Erik har altid læst meget, men da han blev ramt af stress, forsvandt evnen til at koncentrere sig. "Jeg kunne hverken læse, regne eller skrive," fortæller han. Men højtlesningerne i læsegruppen har hjulpet, så Erik i dag læser både i gruppen og derhjemme. "Lige nu læser jeg en af Troels Kløvedals bøger. Det er sådan nogle gode fortællinger." Andre gange genlæser Erik novellerne og digtene, som han har hørt læst op i gruppen. "Især digtene kan være svære at forstå. Jeg genlæser dem hjemme, og så kommer der nye betydninger frem."

Erik skal også gå i læsegruppe næste år. "Jeg er altid den første, der kommer" siger han, "og jeg er så glad, når jeg går hjem."



CASE-STORY:
**ONSDAG I DEN ÅBNE
LÆSEGRUPPE I HOLSTEBRO**

af Charlotte Bork Høvsgaard

Det er onsdag formiddag i Holstebro, og otte mennesker er samlet på byens bibliotek. De er kommet dumpende den sidste halve time. Nogle er kommet parvis, andre alene. Som de dukker op i lokalet på biblioteket, øges snakken. "Skal vi hjælpe med kopperne?" spørger en, og følger efter Birgit ud på gangen hen mod tekøkkenet, hvor de henter kopper, nybrygget kaffe og en skål med småkager. Så vender de tilbage til de andre.

Birgit er gruppens frivillige læseguide fra Læseforeningen. Hun har forberedt dagens læsning af blandt andet Adda Djørups novelle "Cora." Lige nu stiller hun bakken midt på bordet, ser rundt og hilser på de sidst ankomne. Klokkeren nærmer sig 10.30, hvor læsningen skal begynde. "Er vi her alle sammen?" spørger Birgit, og deler kopper rundt. Snart kan hun også dele dagens novelle rundt. Da Birgit sætter sig, sænker stilheden sig rundt om bordet. Læsningen kan begynde.

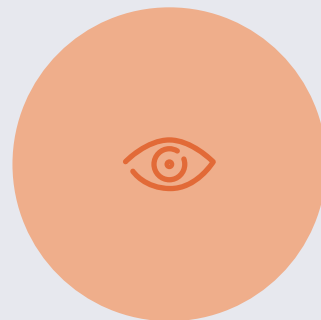
I Birgits åbne læsegruppe i Holstebro går en mangfoldig flok af læsegruppedeltagere. Nogle har tidligere deltaget i en lukket gruppe under projektet Tid til Læsning. Andre er kommet direkte ind i den åbne gruppe. Nogle er erhvervsaktive, andre pensionister eller står i en periode uden for arbejdsmarkedet. De er i alderen 40-70.

Lige nu lytter de til Birgit, der læser Adda Djørups novelle højt. Den handler blandt andet om medlidenhedsdrab. En far afslutter nænsomt sin datters liv for at beskytte hende mod det liv, der vil vente hende, når han en dag selv er

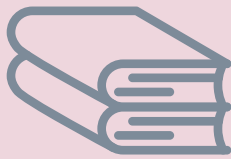
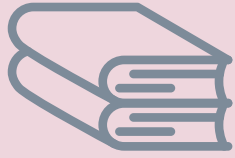
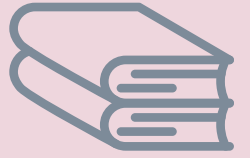
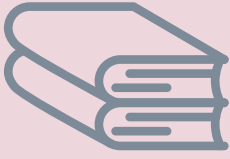
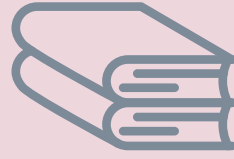
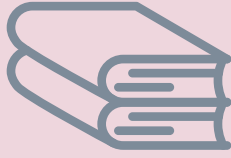
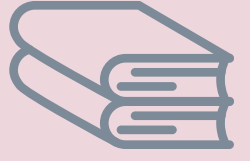
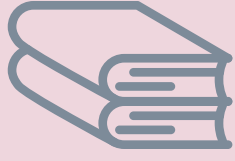
borte. Der går et suk gennem gruppen, da det går op for alle, at faren, der er læge, slår sin datter ihjel. Birgit holder en pause i læsningen, og deltagerne begynder langsomt at dele deres tanker. "Endte den godt?" spørger en. "Ja, hvis man vil beskytte dem, man elsker." Der er stille lidt. "Sådan kan man godt se det," siger en, "måske kan man godt dræbe af kærlighed."

Samtalen fortsætter, indtil Birgit nænsomt afrunder dagens læsning med et digt af Pia Juul. "Jeg Vender Mig et Øjeblik" hedder det. "Vi læser det for at løfte stemningen lidt her til sidst," forklarer Birgit, og gør pause inden første linje.

Da læsningen er slut, begynder nogen at bære kopperne tilbage til tekøkkenet, mens andre småsnakker om tv, de har set, håndarbejde de er i gang med, eller børnebørn de skal besøge i weekenden. To luffer deres hunde sammen og aftaler tidspunktet for gåturen næste dag. "Tak, for i dag," siger folk i døren, forlader lokalet på biblioteket og går ud i onsdagen i Holstebro. "Man er et nyt menneske, når man går herfra," siger en på vej ned ad trappen.



K A
8



EN FORANKRINGSMODEL FOR TID TIL LÆSNING

For at læsegruppen ikke blot skal være et henvisningstilbud bestående af 10 uger, men rent faktisk kan blive et vedvarende tilbud for en gruppe af borgere, som oplever det som et meningsfuldt og motiverende fristed, så er det nødvendigt at udvikle modeller for bæredygtig forankring ude i kommunerne. I forlængelse heraf peger vi i dette afsnit på to former for forankring: 1) forankring i den kommunale drift, og 2) frivillig forankring i civilsamfundet.

FORANKRING I DEN KOMMUNALE DRIFT

Den kommunale forankring handler om at sikre det 10 ugers sundhedsfremmende læsegruppetilbud i den kommunale drift. Det er nødvendigt, at man i kommunerne finder en finansieringsmodel på tværs af kultur og sundhed, som gør det muligt – også på lang sigt – at sikre denne drift. I Tid til Læsning har der efter endt projektperiode ikke været afsat særskilte midler hertil. Ikke desto mindre har to af de oprindelige fem kommuner besluttet at drifte tilbuddet, således at der nu – hvert forår og efterår – kører et 10 ugers tilbud med Tid til Læsning for borgere med svækket mental sundhed.

Tilbuddet hviler dog stadig i for høj grad på den personbårne indsats, og der er derfor behov for, at der også i disse to kommuner træffes en strategisk beslutning om, at tilbuddet bevares og indtænkes budgetmæssigt i de eksisterende sundhedsfremmetilbud. Kun ved at have den fornødne strategiske og ledelsesmæssige opbakning kan den enkelte medarbejder, på det operationelle niveau i kommunen, fortsætte med at prioritere og videreudvikle sin rolle som ambassadør for tilbuddet.

FRIVILLIG FORANKRING I CIVILSAMFUNDET

Sideløbende med arbejdet for at udvikle og implementere en brobygningsmodel i kommunerne, der skal sikre, at mennesker med depression, stress eller angst får et 10 ugers læsegruppetilbud, har Læseforeningen arbejdet for at forlænge indsatsen med et tilbud om åbne læsegrupper. Dette for at skabe bæredygtig forankring af tilbuddet i regi af foreningens landsdækkende læseguideprogram. Læseforeningen har, som social frivillig forening, de sidste 10 år arbejdet med at udvikle et læseguideprogram til understøttelse af den frivillige indsats. Læseforeningen har aktuelt 150 frivillige tilknyttet læseguideprogrammet. Disse frivillige leverer godt 100 ugentlige læsegrupper fordelt ud over landet – hovedsageligt i Region Midtjylland, på Fyn og i Københavnsområdet. I det konkrete tilfælde blev en frivillig forankring mulig med støtte fra Spar Nord Fonden, der gjorde det muligt at tilbyde åbne læsegrupper i tre af de fem kommuner.

SAMARBEJDE MELLEM KOMMUNER OG CIVILSAMFUND

På trods af åbenlyse muligheder for bæredygtige forankringsmodeller gennem hhv. kommunal og frivillig forankring er der udfordringer; hvem skal betale for driften af de 10 ugers forløb

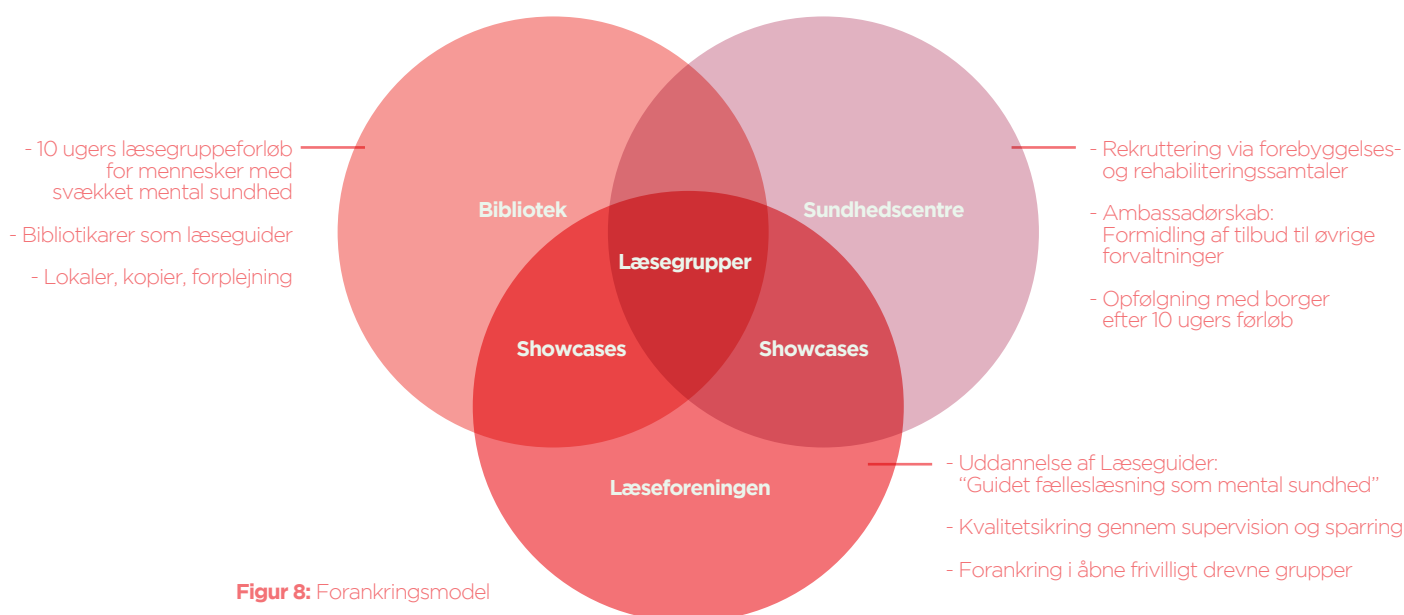
for mennesker med svækket mental sundhed? Sundheds- eller kulturforvaltningen? Og hvem skal betale for den frivillige forankring? Civilsamfundet har gennem de senere år ændret sig fra primært at være baseret på selvmotiverede og selvdrivne interessefællesskaber til også at bestå af initiativer, som eksempelvis Læseforeningens læseguideprogram, hvor kommuner samarbejder med foreningen om at levere en professionel understøttelse af en frivillig indsats – alt sammen for at løfte en velfærdsopgave for mennesker, som ikke af sig selv har ressourcerne eller overskuddet til at finde ind i meningsfulde og interessebaserede fællesskaber. En sådan indsats kræver dog, at der i kommunerne afsættes midler til et gensidigt forpligtende samarbejde mellem civilsamfund og det offentlige system.

Mange kommuner anderkender allerede værdien af det frivillige arbejde, og finder værdi i at samarbejde med civilsamfundet om at løse klassiske velfærdsopgaver. Men der mangler fortsat en politisk prioritering af arbejdet, ligesom civilsamfundet på sin side skal være med til at udvikle nye og bæredygtige modeller for lokalforankring. Udviklingsarbejdet støttes aktuelt af private fonde, uden hvilke civilsamfundet ikke kunne eksistere, men fondene kan ikke støtte drift – her må det offentlige træde til.

En model for bæredygtig forankring er at finde i inddragelse af læsegruppedeltagerne selv. Dette perspektiv er vigtigt i en værdiskabelsesdebat, fordi det peger både på den værdi læsegruppen har for den enkelte – som gennem deltagelse får frigivet ressourcer til at bidrage til en aktivitet – og den peger på den værdi, det frivillige arbejde har for udviklingen af bæredygtighed og forankring. Med en sådan model kommer Læseforeningens arbejde til at spejle andre frivillige organisationers, hvor der, som i fodboldklubben, er et kredsløb mellem selv at spille oldboys, til at træne ynglinge, til at stille op når klubhuset skal males, eller når kagerne skal bages og sælges. Alt sammen ud fra det overskud som glæden ved aktiviteten skaber.

Med den indlysende forskel, at Læseforeningens mission er at inkludere de, der ikke selv har overskuddet og motivationen til at opøge det litterære fællesskab.

Fordi det er nyt, både at arbejde på tværs af kultur og sundhed, men også på tværs af civilsamfund og det offentlige, er det vigtigt i kommende, lignende indsatser at udvikle modeller for brobygning og forankring. I nærværende projekt har den set sådan ud (Fig 8):



Figur 8: Forankringsmodel

CASE-STORY:

DET HAR GIVET MIG EN HELT NY DEL I MIT LIV

Interview med Alice Voetmann, Viborg af Anna Roed

“Det har givet mig en helt ny del i mit liv.”

Sådan fortæller Alice Voetmann begejstret over telefonen en onsdag formiddag. “At være en del af sådan et fællesskab, det er sådan, wow – det har virkelig været en øjenåbner.”

Alice er frivillig læseguide. Det har hun været, siden hun selv for snart tre år siden deltog i en lukket læsegruppe under projektet Tid til Læsning. På det tidspunkt var hun sygemeldt fra sit arbejde som pædagog, og hendes liv var sat på pause. “Det var en tid, som var meget usikker og diffus. Jeg havde sådan en uro indeni.”

En dag faldt Alice over et lille postkast på biblioteket. Her stod, at man kunne deltage i en læsegruppe, hvis man var stresset, havde depression eller andre psykiske udfordringer. Alice, som savnede et fællesskab, og som længe havde søgt efter et fast holdepunkt i sin hverdag, tænkte; “ja, hvorfor ikke?”

I læsegruppen oplevede Alice at komme med i et fællesskab, hvor der var plads og ro til, at hun igen kunne mærke sig selv. “At jeg havde det her holdepunkt en gang om ugen – det var fantastisk! Her kunne jeg ligesom blive adspredt lidt og komme tilbage til mig selv på en ny måde.” Gennem de gode samtaler om litteraturen kunne Alice også mærke, hvordan hun begyndte få mere energi. “Jeg begyndte at glæde mig til de her gange. Det gav sådan et boost til hverdagen. Der var virkelig noget at tænke over bagefter.”

I dag er Alice læseguide for en gruppe ældre borgere i et ældrefællesskab og en gruppe demente beboere på et plejehjem. Alle de gode oplevelser i læsegruppen havde givet hende mod på mere, og ved forløbets afslutning kunne hun mærke, at en tanke havde sået frø; hvad hvis hun selv kunne blive læseguide? “Jeg tænkte, at det kunne være en ny start for mig,” forklarer hun, og mærker tydeligt, hvordan arbejdet som læseguide i dag er det helt rigtige for hende: “Det er her, jeg er landet. Det er det her, som jeg kan overskue, og det jeg har det godt med.”

At den lukkede læsegruppe dengang var startskuddet til en positiv udvikling i hendes liv, er hun derfor heller ikke et sekund i tvivl om. “Det var en gave at komme der – det var det. En gave som blev pakket op lige så stille. Og så kunne man tage det ud og kigge på det fra så mange vinkler – lige så mange vinkler som de mennesker vi nu var”.





KONKLUSION

Rapporten konkluderer, at læsegruppedeltagelse har en signifikant positiv effekt på depression, stress og angst. Effekstudiet viser en positiv signifikant effekt ved et 10 ugers læsegruppeforløb baseret på metoden guidet fælleslæsning for mennesker, der lider af depression, stress eller angst. Effekten vedrører ikke kun den oplevede livskvalitet, men også selve symptombilledet. Det er som sådan det første og største kvantitative studie af effekten af læsegruppedeltagelse for mennesker med psykiske diagnoser af sin art herhjemme. Studiet viser, at deltagerne oplever læsegruppen som en meningsfuld, tryk og stimulerende aktivitet, der, som en deltager udtrykte det, hjælper dem med "at komme tilbage til der, hvor jeg var." Den kvalitative del af studiet dokumenterer værdien for den enkelte deltager, som gennem læsegruppedeltagelse finder et meningsfuldt fællesskab, der danner grobund for at udvikle nye ressourcer og til at (gen)finde motivation til at deltage i det kulturelle og menneskelige fællesskab.

Endvidere konkluderer rapporten, at brobygning mellem kultur og sundhed er altafgørende

for en succesfuld implementering af tilbuddet. Dette fordi det kræver en fælles indsats at rekruttere og inddrage målgruppen i et læsegruppeforløb. Den entydige konklusion af Tid til Læsning er, at hverken kultursiden eller sundhedssiden alene ville have været i stand til at løfte opgaven med at skabe en meningsfuld, kulturel aktivitet for borgere med svækket mental sundhed. I forlængelse heraf konkluderer rapporten, at brobygningen kun er lykkedes, fordi en række centrale aktører har bragt, ikke blot deres faglighed, men også deres menneskelighed og store personlige engagement, i spil.

Rapporten konkluderer videre, at en yderligere forankring af Tid til Læsning – og tilbud i stil med dette – er afhængig af, at kultur som sundhedsfremme placeres på alle kommunens niveauer – fra det strategiske til det taktiske og operationelle. Den konkrete erfaring fra projektet er, at implementeringen af Tid til Læsning lykkes, når alle niveauer er i spil og koordinerede. Således kan en strategisk satsning, der ikke følges op af taktiske beslutninger, ikke implementeres på det operationelle niveau, ligesom



et velfungerende operationelt niveau også er afhængig af strategiske beslutninger.

Som led i en forankringsstrategi er det oplagt at indtænke civilsamfundet og frivillige indsætter som en vigtig partner. Dette med henblik på at sikre en bæredygtig forankring af tilbuddet i forlængelse af de visiterede 10 uger. På samme måde som det er vigtigt at fokusere på brobygningen mellem kommunale aktører og forvaltninger, er det derfor også vigtigt at finde frem til bæredygtige forankrings- og samarbejdsmodeller mellem kommuner og civilsamfund. Dette navnligt med blik på at mange læsegruppedeltagere efter endt forløb udtrykte ønske om at fortsætte i en læsegruppe, og at en del af læsegruppernes værdi netop ligger i, at de for nogle kan udgøre et forankringspunkt, mens de for andre er et springbræt.

Afslutningsvis konkluderer rapporten, at værdien af kulturelle sundhedsfremmetilbud ikke kun kan opgøres til effekten af den enkeltes symptombelastning, men derimod også bør have et bredt samfundsperspektiv. Dette er et væsentligt, men også udfordrende aspekt. For hvordan opgøres og beskrives værdien af

litteraturens og kulturens betydning for menneskers mentale sundhed? Her er det vigtigt at praksissiden, kommunerne og civilsamfundet fortsat bliver ved med at gå sammen med den tværdisciplinære forskning for at finde metoder og modeller, der kan undersøge, dokumentere og formidle værdien af deltagelse i kulturelle fællesskaber for mental sundhed.

Således både udvider og bryder Tid til Læsning med ideen om Kultur på Recept. Dette ved at konkludere, at den positive effekt og værdien af den litterære intervention ikke udelukkende ligger i de korte interventioner for meget snævert definerede målgrupper med et på forhånd defineret sigte (eks. at komme tilbage på arbejdsmarkedet), men derimod i en grundlæggende forståelse for, at litteraturen og kulturen kan rumme alle. I en læsegruppe baseret på metoden guidet fælleslæsning finder man et sted i verden, hvor man kan høre til som menneske. Derfor hedder vores model til inspiration ikke Litteratur på Recept, men Tid til Læsning. Netop fordi det i sidste ende handler om at skabe tid til, at vi kan dyrke det tilsyneladende nytteløse – og opdage, at det faktisk nytter.

LITTERATURLISTE

Hvis du ønsker at finde mere information og videomateriale om Tid til Læsning kan du besøge Læseforeningens hjemmeside: www.laeseeforeningen.dk hvor du under indsatsområdet Mental Sundhed kan finde projektet.

Mental sundhed

Nielsen, L., Koushede, V. (2016). ABC for mental sundhed – fra retorik til handling. Statens Institut for Folkesundhed.

Pahuus, M. (2005). Dannelse og menneskelig vækst. I Kunst af lyst (red. Schindel, B.). Kulturelle Samråd i Danmark. København.

Region Midtjylland, de 19 midtjyske kommuner og PLO-Midtjylland (2019). Sundhedsaftalen 2019 – 2023. Et nært og sammenhængende sundhedsvæsen i balance.

Sundhedsstyrelsen (2018). Forebyggelsespakke – Mental Sundhed. <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-mental-sundhed> (tilgået d. 05.10.2020)

Thybo, P. og Katballe, I-L. (2011). Et kommunalt fundament for sundhedsfremmeindsatsen. Hans Reitzels Forlag.

Thybo, P. (2019): Det Dobbelte KRAM. Et arbejdsgrundlag for mental sundhed i en individualiseret samtid. Sund By Netværket.

Thybo, P. (2016). Det Dobbelte KRAM. Et tværfagligt arbejdsgrundlag for mental sundhed, helbred og trivsel. Hans Reitzels Forlag.

Kultur og sundhed

Stigmar, K., et.al. (2016). Kultur på recept 2.0. Epidemiologi- och registercentrum Syd, Skånes universitetssjukvård. <https://www.skane.se/organisation-politik/om-region-skane/Publikationer/Halsa-och-sjukvard/kultur-pa-recept/> (tilgået d. 05.10.2020).

Sundhedsstyrelsen (2020). Kultur på recept. Tværgående evaluering.

https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Kultur-paa-recept_tvaergaaende-evaluering_foraar-2020.ashx?la=da&hash=FD5D5A98DB08B53DF10691CDF23BF-742C17E977A (tilgået d. 05.10.2020)

Ottow, M. (2016). Kultur skal erstatte piller. Samfundsagenda. <https://samfundsagenda.wordpress.com/2016/10/25/kultur-skal-erstatte-piller/> (tilgået d. 05.10.2020).

Roed, A. (2019): Kunsten at forstå kunsten. Et tværfagligt perspektiv på litteratur- og kunstforståelsen i behandlingstilbuddet Tid til Læsning. Speciale. Aarhus Universitet.

WHO (2019). Health Evidence Network Synthesis Report 67. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf> (tilgået d. 05.10.2020).

Guidet fælleslæsning

Billington, J. (2012). Prison reading groups in practice and theory. *Critical Survey*, 23(3), 67-85. Doi: 10.3167/cs.2011.230306.

Billington, J., Davis, P., & Farrington, G. (2014). Reading as participatory art: An alternative mental health therapy', *Journal of Arts/Community*, 5(1), 25-40.

Doi: 10.1386/jaac.5.1.25_1.

Billington, J., Carroll, J., Davis, P., Healey, C., & Kinderman, P. (2013). A literature-based intervention for older people living with dementia. *Perspectives in Public Health*, 133(3), 165-73. Doi: 10.1177/1757913912470052.

- Billington, J., Farrington, G., Lampropoulou, S., McDonnell, K., Jones, A., Ledson, J., Humphreys, A.-L., Lingwood, J., & Duirs, N. (2016). A comparative study of cognitive behavioural therapy and shared reading for chronic pain. *Journal of Medical Humanities*, 43(3), 155-65. Doi: 10.1136/medhum-2016-011047.
- Billington, J., Longden, E., & Robinson, J. (2016). A literature-based intervention for women prisoners: preliminary findings. *International Journal of Prisoner Health*, 12(4), 230-243. Doi: 10.1108/IJPH-09-2015-0031.
- Billington, J., Corcoran, R., Watkins, M., Steenberg, M., Christianson, C., Ladegaard, N., & Kuiken, D. (2019). Quantitative methods. In *Reading and mental health* (ed. Josie Billington), pp. 265-292. Palgrave Macmillan. London.
- Billington, J., Davis, P., Farrington, G., Green, K., Magee, F., Steenberg, M., & Tangeraas, T. M. (2019). Qualitative methods: Developing innovative qualitative approaches in research on reading and health. In *Reading and mental health* (ed. Josie Billington), pp. 191-240. Palgrave Macmillan. London.
- Billington, J. (2019). Shared reading for health and wellbeing: Promoting individual health, modelling healthy community. In *Appreciative and relational practices in healthcare* (eds. H. Moon & E. Bromley). The Taos Institute. Ohio.
- Dalsgård, L. (2019). Serving the Literary Experience: Librarians as Reading Guides in Danish Public Libraries. In *Reading and Mental Health* (ed. Josie Billington), pp. 84-90. Palgrave Macmillan. London.
- Christiansen, C., E. (2018). Litterære fællesskaber. Evaluering af pilotprojekt med læsegrupper på to socialpsykiatriske bosteder i Region Midtjylland. Aarhus Universitet.
- Davis, P., Magee, F., Tangeraas, T. M., & Koleva, K. (2016). *What literature can do*. Centre for Research into Reading, Literature and Society. University of Liverpool.
- Davis, J. (2011). The reading revolution. In *Stop what you're doing and read this!*, pp. 115-36. Vintage Books. London.
- Davis, J. (2009). Enjoying and enduring: groups reading aloud for wellbeing. *Lancet*, 373(9665), 714-715.
- Longden, E., Davis, P., Billington, J., & Corcoran, R. (2015). Shared reading: Assessing the intrinsic value of a literature-based intervention. *Medical Humanities*, 41(2), 113-20. Doi: 10.1136/medhum-2015-010704.
- Longden, E., Davis, P., Carroll, J., & Billington, J. (2016). An evaluation of shared reading groups for adults living with dementia: Preliminary findings. *Journal of Public Health*, 15(2), 75-82. Doi: 10.1108/JPMH-06-2015-0023.
- Skjerdingsstad, K. and Tangerås, T. M. (2019). Shared reading as an affordance-nest for developing kinesthetic engagement with poetry: A case study. *Cogent Arts & Humanities* (2019)6: 1688631. <https://www.cogentoa.com/article/10.1080/23311983.2019.1688631> (tilgået d 05.10.2020)
- Steenberg, M. (in press). Facilitating literary reading engagement, special issue of *Poetics Today* 42.2 in *Modes of Reading* (ed. Tore Rye Andersen).
- Steenberg, M. and Billington, J. (in press). *Literary Reading and Mental health, Handbook of Empirical Approaches to literary Reading*. De Gruyter Mouton.

Steenberg, M. (2019). The Micro-Phenomenological Interview as a Methodology for Analysing and Enhancing Reading Engagement. In *Reading and Mental Health* (ed. Josie Billington), pp. 345-358. Palgrave Macmillan. London.

Steenberg, M. og Ladegaard, N. (2017): Guidet fælleslæsning: Hvordan og hvornår det virker. Turbine Akademisk.

Steenberg, M. (2016). Literary reading as a technology of the mind: An exploratory study on social forms of reading. In *Plotting the Reading Experience: Theory/Practice/Politics* (eds. Knut Oterholm, Kjell Ivar Skjerdingsstad, Lynne McKechnie, and Paulette M. Rothbauer). Wilfrid Laurier University Press.

Steenberg, M., Braüner, P. and Wallot, S. (2014). Text Technology, Building Subjective and Shared Experience in Reading. In: *Journal of Cognition and Culture*, Vol. 14, No. 5, p. 357-372.

Steenberg, M. (2013). Litteratur som behandling eller æstetisk praksis. *Månedsskrift for Almen Praksis*.

Steenberg, M. (2013). Læsning som social teknologi. I *Læsning!* (red. Gustaf Skar och Michael Tengberg), s. 203-218. *Svenskläraryrskrift. Natur & Kultur*. Stockholm.

Steenberg, M. (2012). Kom ind i læsningen. *Anglofiles. Journal of English Teaching*, #166 on Reading.

Steenberg, M. (2011). Shared Reading. Old technology in the era of digital media. In *Scandinavian Library Quarterly*, Vol. 44, No. 3.

Whelan, G. (2013). An evaluation of the social value of the Get into Reading initiative in Wirral, Merseyside. Final Report. Centre for Public Health. Liverpool John Moores University. https://static1.squarespace.com/static/55198b13e4b0c99d03dcef4b/t/5a33de379140b76437a1b34f/1513348671456/Social_Value_Get_into_Reading.pdf (tilgået d. 05.10.2020)



Sæt af litteratur brugt i læsegrupperne i Tid til Læsning:

1.

Alice Munro (1931-): "Nat" fra *Livet*, 2012. 13 sider.

Inge Pedersen (1936-): "Kartoflerne" fra *Den trettende måned*, 2000.

2.

Karen Blixen (1885-1962): "Skibsdrengens fortælling" fra *Vinter-Eventyr*, 1942. 11 sider.

Inger Christensen (1935-2009): "VII" fra *Sommerfugledalen*, oprindeligt udgivet 1991, taget fra *Samlede digte*, 2012.

3.

Judith Hermann (1970-): "Visse erindringer" fra *Lettipark*, 2016. 14 sider.

Tomas Tranströmer (1931-2015): "Navnet" fra *Mørkesyn*, oprindeligt udgivet 1970, taget fra *Samlede digte*, 2011.

4.

Cecil Bødker (1927-): "Døvens dør" fra *Tyren – og andre noveller*, 1994. 12 sider.

Edith Södergran (1892-1923): "Triumf at være til" fra *Septemberlyren*, oprindeligt udgivet 1918, taget fra *Triumf at være til ... et udvalg*, 2005.

5.

Johannes V. Jensen (1873-1950): "Hos fuglene" udkommet i forskellige samlinger, eksempelvis *Myter*, bind 4: *Ved Livets Bred og andre Myter*. - 2. oplag, 1928. 12 sider

Søren Ulrik Thomsen (1956-): "Da du midt under dansen pludselig greb mig" fra *Hjemfalden*, 1991.

6.

Virginia Woolf (1882-1941): "Faste genstande" skrevet mellem 1917-1921, taget fra *Sammen og hver for sig*, 2015. 9 sider

Henrik Nordbrandt (1945-): "Næstenhed" fra *Ormene ved himlens port*, 1995.

7.

Miranda July (1974-): "Fællesterrassen" fra *Ingen har hjemme her mere end du*, 2015. 9 sider.

Marianne Larsen (1951-): "Når det moderne komplicerede samfund" fra *Kære levende*, 1983.

8.

Peder Frederik Jensen (1978-): "Solen har travlt" fra *Banedanmark*, 2014. 3 sider.

Christina Hesselholdt (1962-): uddrag (s. 17-23) fra *Agterudsejlet*, 2014. 6 sider.

Asta Olivia Nordenhof (1988-): uden titel ["en våd græsplæne og mig"] fra *det nemme og det ensomme* (s. 7), 2015.

9.

Julian Barnes (1946-): "Ægteskabslinjer" fra *Puls*, 2014. 8 sider.

William Shakespeare (1564-1616): Sonet 116, oprindeligt udgivet 1609,

taget fra *William Shakespeare: kærlighedens digter*, 2016, oversat af Bjarne Gertz.

10.

Sven Holm (1940-): "Kanten af himlen" fra *Kanten af himlen*, 2001. 8 sider.

Raymond Carver (1938-1988): "Regn" fra *Where Water Comes Together with Other Water*, oprindeligt udgivet 1984, taget fra *50 digte*, 2012.



TID *til* LÆSNING

Læseforeningen
"Projektdækket" Godsbanen
Skovgaardsgade 3
8000 Aarhus C