

Litterære pusterom – Shared reading for større livskvalitet

Formål: Å øke leseaktiviteten og lesegledden blant voksne

Vi ønsker å skape gode møter mellom folk og litteratur, og gode møter mellom folk, ved hjelp av litteraturen og metoden Shared reading. På den måten vil vi legge til rette for økt livskvalitet for deltakerne.

Metode: Shared reading

Metoden er enkel; den går ut på å lese en skjønnlitterær tekst høyt i en gruppe, for så å ha en samtale om teksten etterpå. Først leser man en novelle, så et dikt. Fokuset i samtalen er ikke på litterær analyse, men på opplevelsen av teksten. Man undrer seg sammen. Målet er ikke å komme fram til en felles tolkning, men å bringe inn forskjellige perspektiv og opplevelser av teksten, slik at man utvider opplevelsen for hverandre. Vi leser for å bli klokere på oss selv – og andre.

Man trenger ikke å forberede seg. Alle får utdelt en felles tekst, og man leser den sammen. Man trenger ikke å ha lest mye fra før, man trenger ikke å kunne lese i det hele tatt. Gruppas leseleder leser teksten høyt, i rolig tempo, stopper opp underveis, og inviterer til refleksjon og undring. Man trenger ikke å delta i samtalen, det er helt greit å bare lytte, og å dele opplevelsen på den måten. Diktet som leses etter novellen leses gjerne flere ganger, etter hvert som man kommer dypere inn i det, og her kan deltakerne også bli invitert til å lese diktet høyt.

Samtalen blir ledet av **leselederen**, som har lært metoden Shared reading. Metoden handler om å legge til rette for oppdagelse av litteratur og åpne opp for forskjellige innfallsvinkler, reaksjoner og innsikter.

Shared Reading er en litterær, personlig og sosial opplevelse. Det dreier seg om gleden ved å lese og å dele opplevelsen av en tekst i fellesskap. Høytlesning gir ro og tilstedeværelse, tempoet senkes og fokuset øker.

Opprinnelsen til Shared reading

Shared reading-metoden er utviklet av Jane Davis og The Reader Organisation i Liverpool. Jane vokste opp på sin alkoholisererte mors pub. Hun har selv erfart hvordan litteratur kan redde et menneske etter at hun droppet ut av skolen som 16-åring. Hun er opptatt av den seriøse litteraturen, Shakespeare, Dickens, Brontë, og hvordan den kan hjelpe folk til å takle utfordringer i livet. Hun er særlig opptatt av å gjøre den seriøse litteraturen tilgjengelig for folk som ikke leser, folk som har mistet kontakten med litteraturen, og folk som er isolerte og ensomme.

I England er metoden mye brukt i helsesektoren, sykehus, helseinstitusjoner, for vanskeligstilte unge, i fengsel og rusomsorg. I Norge er den også knyttet til sykehus, men

mest til bibliotek, åpne grupper for alle, eller spesifikt for ungdommer. I Norge er vi i startfasen av å bruke metoden.

Helsegevinsten

Det er blitt forsket en del på litteraturens betydning i folks liv, og mer spesifikt på Shared reading som metode. Blant annet har Thor Magnus Tallerås skrevet doktorgradsavhandlingen: "How literature changed my life. Kan ditt liv endres gjennom skjønnlitteratur?" I avhandlingen forsker han på leseopplevelser.

"Salutegonese" er et begrep utviklet av Aaron Antonovsky (Sosiolog, kjent for sin forskning på forholdet mellom stress, helse og velvære). Fokus her er på hva som holder mennesker friske heller enn hva som gjør dem syke. Det handler ikke bare om å legge år til livene, men også å legge liv til årene. Helse og livskvalitet består av mer enn fravær av sykdom.

Hva er det som gjør oss sterke? Det kan være opplevelse av sammenheng, av å se sin egen betydning, av å forstå seg selv og andre. Her kan litteraturen styrke den enkeltes generelle «immunforsvar knyttet til psykisk helse»

I en shared reading gruppe er man tilstede med den friske delen av seg selv (i motsetning til kognitiv terapi og annen terapi).

The Reader organisation opererer med begrepet «stuckness in life» . At du sitter fast i noe, det kan være noe midlertidig eller noe mer varig. Litteraturen kan bringe deg ut av det.

Litteraturen kan gi en ny innsikt, du kan få justert dine egne oppfatninger mot noen andres. Litteraturen kan gi et rom å erfare erfaringene våre på nytt. Det hjelper oss å finne ord på noe viktig, og få tak i en mening som ligger dypere i oss.

Litteraturen kan gi et språk til å beskrive komplekse erfaringer, noe som videre kan være en nøkkelkomponent i utviklingen av evnen til å overvinne mentale utfordringer. Slik kan litteraturen være en motstandsressurs.

Dette gir rom for å si noe / berøre noe dypt personlig uten å måtte dele din egen personlige historie.

Noe av det som er helsebringende ved Shared reading:

- Fremmer mentalt velvære: Det er beroligende å bli lest for
- Bedrer konsentrasjonsevnen: Fordypning i tekst
- Utfordrer fastlåst tankesett om deg selv og andre
- Setter ord på tanker og følelser
- Gir hjelp til å uttrykke seg om vanskelige tanker og følelser
- Gir hjelp til å lage en ny historie om seg selv og egen identitet.

Selv om det er mange helsebringende effekter av å møtes rundt litteratur på denne måten, er hovedfokuset på litteraturen og den felles opplevelsen av litteratur. Det er litteraturen selv og vårt møte med den som utgjør det helsebringende i metoden.

Valg av litteratur

Man bruker gjerne litteratur av høy kvalitet, med elementer som rikt språk, sanselig, erfaringsbasert, komplekst, at det skjer noe uventa. Det er fint å bruke tekster som åpner opp for empati og innsikt. Et viktig element er at tekstene skal speile livet. Allmenne tema om det å være menneske i større grad enn spesifikke problemstillinger. Noe å undres over. Det vil være en viktig del av prosjektet å finne og dele litteratur som egner seg, der en novelle og et dikt står godt til hverandre, slik at leselederne har lett tilgang på gode tekster.

Prosjektplan

Vi tenker oss dette som en 3-årig satsing i Trøndelag og Møre og Romsdal. Vi ønsker å utdanne leseledere som kan lede Shared reading-grupper på bibliotek, institusjoner og lavterskel møteplasser, gjerne også på videregående skoler i samarbeid med skolebibliotekene.

Vi ønsker å rekruttere kursdeltakere fra hele regionen.

Målet er at det i løpet av den 3-årige satsingen skal finnes et Shared reading-tilbud i alle kommuner i Trøndelag og Møre og Romsdal.

Vi ønsker med dette å nå ut til et mangfold av deltakere, inkludert folk som ikke har lest mye fra før. Det fordrer at vi finner gode samarbeidspartnere, og når ut med invitasjonene og budskapet. Det vil også være viktig å vedlikeholde nettverket av utdannede leseledere, og å sørge for tilfang av litteratur som egner seg for metoden, herunder jobbe fram en tekstsamling (antologi) til bruk for leselederne.

Prosjektorganisering

Trøndelag fylkesbibliotek vil ha prosjektlederansvaret. Kari Hortman, som er rådgiver ved fylkesbiblioteket, kjenner metoden godt og vil gå inn i prosjektlederstilling i 50%.

Åshild Widerøe ved Møre og Romsdal fylkesbibliotek vil være prosjektmedarbeider. Hun vil være med fra starten av prosjektet med å rekruttere deltakere til leselederkurs, være ambassadør for ordningen, og arrangør for leselederkurs i Møre og Romsdal. Så snart som mulig vil hun ta leselederkurs, praktisere Shared reading – lesegrupper, for deretter å ta kurset for selv å kunne være kursholder for leseledere.

Flere ansatte ved fylkesbibliotekene vil ha et medansvar i forhold til satsingen. Det kan gjelde praktisk arbeid ved gjennomføring av kurs, markedsføring, grafisk design, med mer.

Kommunene, fortrinnsvis ved folkebibliotekene, vil inviteres med inn som prosjektdeltakere. Fylkesbiblioteket i Trøndelag har presentert metoden for ansatte i folkebibliotek og videregående skoler over tid, og skapt interesse for metoden. Dette er et viktig fundament å bygge videre på når vi nå setter i gang med en storsatsing.

Fylkesbibliotekene vil gå i dialog med folkebibliotekene om å finne en ordning som i best mulig grad sikrer at det blir etablert varige tilbud. Et aktuelt virkemiddel er at de som deltar på leselederkurs forplikter seg til å ha et visst antall lesestunder, for å få dekket kursavgiften.

Vi ser også for oss at det kan være hensiktsmessig at to personer fra hver kommune deltar på leselederkurs, gjerne en fra bibliotek og en fra frivillig sektor. Da kan de samarbeide og støtte hverandre både i prosjektperioden, og i arbeidet for å få etablert varige tilbud.

En annen viktig forutsetning for å få etablert et varig tilbud vil være å etablere et samarbeid med andre aktører i lokalsamfunnet, se eksempler under overskriften "Mulige samarbeidspartnere / ambassadører".

*I prosjektlederstillingen inngår:

- Å ta kurs for å kunne holde kurs for leseledere i Shared reading.
- Å holde kurs for leseledere.
- Å være ambassadør for ordningen, finne gode samarbeidspartnere, rekruttere kursdeltakere
- Koordinere nettverkssamarbeid
- Drive oppstarthjelp lokalt der det trengs
- Samle inn tekster til antologi
- Holde shared reading-lesestunder for aktuelle samarbeidspartnere for å vise metoden.

Eksempler på aktuelle samarbeidspartnere / ambassadører:

Lokalt og regionalt: Folkebibliotek, videregående skoler, helseinstitusjoner, utdanningsinstitusjoner, pårørendeforeninger, Frisklivssentraler, folkehelsekoordinatorer, Frivillighetssentraler med flere.

Nasjonalt: Nasjonalbiblioteket, Organisasjonen Leserne, Kulturrådet, Nasjonalt senter for kultur, helse og omsorg med flere.

Eksempler på aktuelle arenaer:

Bibliotek, andre lavterskel møteplasser, dagtilbud, kafeer, rehabiliteringsplasser, helseinstitusjoner, arbeidsplasser, videregående skoler, fengsel

Tidsplan

År 1:

Kursing av to kursholdere, en fra Trøndelag fylkesbibliotek og en fra Møre og Romsdal. Det er i dag kun 2 sertifiserte kursholdere i Norge, som begge gjør dette ved siden av full jobb. Det er The Reader organisation i England som holder slike kurs.

Rekruttering av kursdeltakere til leseleder-kurs blant bibliotekansatte, helseinstitusjonsansatte, frivillige og andre. For å bli leseleder må man delta på et tre-dagers kurs. Dette kurset dekkes av prosjektet under forutsetning av at man holder et visst antall Shared reading-grupper etterpå. Målsettingen er å opprette varige tilbud.

Finne samarbeidspartnere og ambassadører lokalt, regionalt og nasjonalt, som kan hjelpe oss å rekruttere både leseledere og deltakere på lesestunder.

Drive ambassadørvirksomhet for Shared reading ved å presentere og vise metoden på aktuelle arenaer som helseinstitusjoner og for andre som kan være samarbeidspartnere i prosjektet.

Kursing av leseledere i Trøndelag og Møre og Romsdal, til sammen fire kurs, to i hvert fylke. Hvert kurs kan ha maks 12 deltakere.

Oppfølging av sertifiserte leseledere:

- Hjelp til igangsetting lokalt. Hvor kan det leses? For hvem?
- Hjelp til valg av tekster
- Koordinere nettverk av leseledere, legge til rette for samarbeid
- Arrangere inspirasjonssamlinger for utdannede leseledere

Begynne arbeidet med å samle tekster til en antologi som egner seg for Shared reading. Avklare rettigheter.

År 2:

Rekruttering av leseledere blant bibliotekansatte, helseinstitusjonsansatte, frivillige og andre.

Finne samarbeidspartnere lokalt, regionalt og nasjonalt.

Kursing av leseledere i Trøndelag og Møre og Romsdal.

Oppfølging av utdannede leseledere:

- Hjelp til igangsetting lokalt. Hvor kan det leses? For hvem?
- Hjelp til valg av tekster
- Koordinere nettverk av leseledere, legge til rette for samarbeid
- Arrangere inspirasjonssamlinger for utdannede leseledere

Fortsette arbeidet med å samle tekster til en antologi med tekster som egner seg for Shared reading.

År 3:

Rekruttering av leseledere blant bibliotekansatte, helseinstitusjonsansatte, frivillige og andre.

Finne samarbeidspartnere lokalt, regionalt og nasjonalt.

Kursing av leseledere i Trøndelag og Møre og Romsdal.

Oppfølging av utdannede leseledere:

- Hjelp til igangsetting lokalt. Hvor kan det leses? For hvem?
- Hjelp til valg av tekster
- Koordinere nettverk av leseledere, legge til rette for samarbeid
- Arrangere inspirasjonssamlinger for utdannede leseledere

Ferdigstille arbeidet med å samle tekster til en antologi med tekster som egner seg for Shared reading. Utgivelse av antologi som skal deles ut til alle som tar leseleder-kurset i Shared reading.

Måleindikatorer

Antall kursdeltakere på leselederkurs.

Antall lesestunder.

Antall deltakere på lesestunder.

Evalueringsamtaler med arrangørene (bibliotek eller andre), leselederne og deltakere.

Videreføring av satsingen etter prosjektperioden

I løpet av prosjektperioden vil mange bli kjent med metoden, mange vil bli kurset som leseledere, og mange vil få oppleve shared reading-grupper. Dette er den beste sikringen for fortsettelsen, at så mange har fått oppleve metoden og kjent hvordan den virker. Det er dette vi vil bygge videre på.

Det vil være viktig å følge opp leselederne med inspirasjonssamlinger og nettverksvedlikehold. Dette er en naturlig oppgave for fylkesbibliotekene.

Det vil ved prosjektslutt være utdannede kursholdere med mye erfaring på to fylkesbibliotek, dette er et godt utgangspunkt for videre rekrutteringsarbeid. Det vil også være naturlig for fylkesbibliotekene å fortsette å være ambassadører for Shared reading, spre informasjon og hjelpe bibliotek og andre i Midt-Norge med å komme i gang.

Satsingen i Trøndelag og Møre og Romsdal vil være en stor og viktig pådriver for den nasjonale satsingen. Organisasjonen Leserne arbeider for at kurs i Shared reading skal bli en del av bibliotekarutdanningen. Det vil være naturlig å være koblet sammen med det nasjonale nettverket i prosjektperioden, og det vil også være en sikring for videre satsing etter prosjektperioden.

Det er et mål at det skal opprettes et tilbud om Shared reading –lesestunder i alle kommunene i Trøndelag og Møre og Romsdal i løpet av denne tre-årige prosjektperioden.

Fylkesbibliotekene har som målsetting at det skal finnes et tilbud om Shared reading- lesestunder i alle kommuner i de to fylkene også etter prosjektperioden, som en varig ordning, og at denne skal utvikles og styrkes.

Fylkesbibliotekene har også som målsetting at Shared reading skal bli kjent og brukt som metode i hele landet.

Kontakt: Kari Hortman (prosjektleder)

Trøndelag fylkesbibliotek

Tlf 41 65 28 80.