

Hur ser intresset ut bland Götabiblioteken för att arbeta med biblioterapi? Finns det möjligheter till samarbete med andra aktörer?

Biblioterapi: *Samlingsnamn för insatser som genom läsning syftar till att bota eller lindra psykisk ohälsa, höja livskvalitén eller bidra till en personlig mognadsutveckling. Källa: Nationalencyklopedin.*

En utredning av Eva Bergstedt

Biblioterapi på Götabiblioteken Eva Bergstedt



Regionbibliotek
Östergötland

2017



Regionbibliotek
Östergötland

Biblioterapi på Götatabiblioteken
en utredning av Eva Bergstedt

Layout: Errol Tanriverdi
Tryck: Linköpings Tryckeri AB

ISBN 978-91-88151-06-3

Regionbibliotek Östergötland - Region Östergötland
Besöksadress: Östgötagatan 5, 58232 Linköping
Telefon: 010-1039312
Epost: regionbibliotek@regionostergotland.se



Regionbibliotek
Östergötland

Innehåll

Sammanfattning	5
Inledning	5
Syfte	5
Metod	6
Bakgrund	6
Vad är biblioterapi?	7
Kunskapsöversikt	9
Forskning	9
Annan dokumentation	10
Bibliotekens roll i biblioterapi	11
Vad är det då som skiljer biblioterapin från vanliga samtalsträffar?	12
Biblioterapi i andra länder	13
Resultat i utredningen – en inledning	14
Genomgång av intervjuer	15
Götabiblioteken	15
Det som efterfrågas är:	16
Några citat från intervjuerna med de övriga biblioteks cheferna:	17
Folkbildningen – en möjlig samarbetspart?	17
Sensus	18
Hälso- och sjukvården i Region Östergötland – en möjlig samarbetspart?	18
Några röster:	19
Kommunerna – en möjlig samarbetspart?	21
Reflektioner kring intervjuvaren	22
Varför ökar intresset för biblioterapi i Sverige?	22
Utbildning	23
Vilken roll ska biblioteken ha?	23
Finns det intresse för biblioterapi bland allmänheten?	24
Lokaler för biblioterapi	24
Biblioterapi för vem?	24
Förslag om fortsättning	25
Intervjuade	26
Bibliotekschefer/motsvarande	26
Folkbildningen	26
Hälso- och sjukvården	26
Östgötakommuner	27
Övriga	27
Lästips	27
Kontakt	28

Sammanfattning

Syftet med utredningen är att ta reda på om Göt biblioteken är intresserade av att göra en satsning på biblioterapi under de kommande åren. Syftet är också att ta reda på om andra aktörer, däribland företrädare för folkbildning, hälso- och sjukvård samt kommunal omsorg i så fall är intresserade av att delta i ett samarbete kring biblioterapi.

Resultaten av intervjuerna visar att det finns ett stort intresse bland Göt biblioteken att arbeta med biblioterapi. Förutsättningen är dock att bibliotekarierna erbjuds utbildning, att deras roll i arbetet tydliggörs, att arbetet samordnas, att resurser tillsätts och att arbetet sker i samarbete med andra verksamheter inom exempelvis folkbildning, kommuner, hälso- och sjukvård samt ideell sektor.

Utredningen visar också att det finns ett intresse från flera av dessa aktörer för ett samarbete.

Inledning

I Sverige ökar intresset för biblioterapi. Vilken roll har biblioteken i det arbetet? Målet med den här utredningen är att ta reda på intresset bland Göt biblioteken, och hur ett eventuellt samarbete i så fall kan ske med andra aktörer.

Utredningen är också Regionbibliotek Östergötlands insats i projektet Läsa för livet, ett biblioterapiprojekt som drivs av Sensus Östergötland-Norra Småland, finansierat av Kulturrådet. Sensus projekt ska bland annat utveckla biblioterapiverksamhet inom Sensus genom att arbeta fram en metod och ett handledningsmaterial för cirkelledare som kan spridas både inom Sensus och till andra målgrupper. Projektet pågår i tre år med start 2017.

Syfte

Syftet är att ta reda på om Göt biblioteken är intresserade av att göra en satsning på biblioterapi under de kommande åren. Syftet är också att ta reda på om andra aktörer, däribland företrädare för folkbildning, hälso- och sjukvård samt omsorg i så fall är intresserade av att delta i ett samarbete kring biblioterapi.

Metod

Intervjuer har gjorts med Götatabibliotekens bibliotekschefer, företrädare för folkbildningen och för hälso- och sjukvården i Region Östergötland samt med tjänstemän i några kommuner. Som grund för utredningen ligger också omvärldsbevakning, studieresa till England, intervjuer med forskare samt bibliotekarier/andra yrkesgrupper med biblioterapeutisk erfarenhet.

Bakgrund

Eftersom biblioterapi är ett okänt begrepp för många kommer här en längre introduktion till ämnet för att läsaren ska få möjlighet att förstå dess innebörd.

Det biblioterapeutiska arbetssättet, eller litteraturterapi som det också kallas, har utvecklats i USA och Storbritannien, men utövas även i många andra länder som till exempel Finland, Ungern, Tyskland, Polen och Frankrike. Biblioterapi handlar bland annat om att läsa litteratur och sedan samtala i grupp om det man läst. Det lästa i sig blir ett redskap för insikt, reflektion, tröst, utforskning och läkning. Oftast används skönlitteratur och poesi, det är den som står i fokus och har varit utgångspunkten i biblioterapin, men en del har även valt att använda självhjälpplitteratur. Centralt är vad boken gör med oss, inte hurdan boken är.

Biblioterapi tillämpas på olika åldrar och inom olika områden – till exempel inom hälso- och sjukvård, socialt arbete, psykiatri, skola, biblioteksväsende, diakoni och äldreomsorg. Den kan ses som ett komplement till traditionell medicinsk och psykologisk behandling. Grupper som kan vara hjälpta av biblioterapi kan exempelvis vara unga och vuxna med psykisk ohälsa, utmattningsdeprimerade, människor på äldreboenden, personer i fängelse, patienter med kroniska sjukdomar, personer med demens och deras anhöriga. Inom biblioteksvärlden arbetar man i en del länder med biblioterapeutiska bokcirklar kring centrala livsteman som kärlek och relationer, skilsmässa, föräldraskap, åldrande, dödsfall och ensamhet. Det finns i England även biblioterapi utförd på privat basis som riktar sig mot vuxna som kan få enskild vägledning i ett visst livsdilemma.

I Sverige ökar nu intresset. Hösten 2017 startar den första svenska akademiska utbildningen i det biblioterapeutiska arbetssättet vid Ersta Sköndal Bräcke högskola.



Den riktar sig bland annat till personer inom människovårdande yrken men även till bibliotekarier.

Vad är biblioterapi?

Uppfattningen att läsning av skönlitteratur kan vara psykologiskt helande och personligt utvecklande har funnits sedan antiken. Aristoteles betraktade litteraturen som läkemedel för själen och genom hela litteraturhistorien går en stark tilltro till litteraturläsningens positiva betydelse för människans utveckling. Under 1900-talet har därför biblioterapi vuxit fram som en behandlingsform som tagit tillvara denna syn på skönlitteraturen, biblioterapi.

Det finns olika definitioner av begreppet.

Här är några:

- Biblioterapi, även litteraturterapi, är en terapiform där läsning av böcker och samtal kring dessa ligger i fokus. Biblioterapeutiska texter kan vara skönlitterära verk eller så kallad självhjälpslitteratur. Biblioterapi är inte endast avsedd för särskilda målgrupper, såsom psykiskt sjuka eller instabila, utan kan utnyttjas av alla. Tyngdpunkten ligger på ett ökat välbefinnande, som har en läkande och helande effekt under tiden man funderar över det man läst och kanske diskuterar det med andra. På detta sätt kan minnen och erfarenheter kläs i ord, vilket ger en distansering och förståelse om främst tunga och besvärliga upplevelser och problem. Källa: **Wikipedia**
- Biblioterapi: Samlingsnamn för insatser som genom läsning syftar till att bota eller lindra psykisk ohälsa, höja livskvalitén eller bidra till en personlig mognadsutveckling. Källa: **Nationalencyklopedin**.
- Biblioterapi handlar bland annat om att läsa, skriva och samtala i syfte att utforska, reflektera, få insikter och läka. Biblioterapi tillämpas för olika åldrar och inom en rad olika områden – till exempel inom hälso- och sjukvård, socialt arbete, psykiatri, skola, biblioteksväsende, diakoni och äldreomsorg. Biblioterapi är verksamt i förebyggande syfte eller som komplement i det psykoterapeutiska samtalet, inom familjeterapi, vid livskriser och rehabilitering. Källa: **Ersta Sköndal Bräcke högskola**
- Biblioterapi: Användning av litteratur för att främja människors hälsa. **Cecilia Pettersson**, forskare i litteraturvetenskap, Göteborgs universitet

Det finns en risk med att ordet biblioterapi, med betoning på terapi, leder fel. Att biblioterapi handlar om professionell terapi som utförs av akademiskt skolade psykoterapeuter. Så är i regel inte fallet. Läsandet och det gemensamma reflekterandet över

det lästa är i sig läkande och stärkande. I den här utredningen används Nationalencyklopedins definition. Vi talar alltså om en metod för att genom läsning bota eller lindra psykisk ohälsa, höja livskvaliteten eller bidra till en personlig mognadsutveckling.

I detta sammanhang bör också nämnas begreppet **Shared Reading**, delade läsoplevelser där man läser högt tillsammans. Det är en metod för samtal om litteratur i grupp, utarbetad av den brittiska litteraturforskaren Jane Davis som grundat organisationen The Reader. Hon vill själv inte kalla metoden för biblioterapi just därför att hon anser att det begreppet leder till fel associationer om professionella terapeutiska samtal, men metoden faller väl inom ramen för den definition som används i denna utredning.

Målet med Shared Reading är dels att människor som inte läst tidigare ska få möjlighet att upptäcka läsning och litteratur. Ett annat mål är att få människor att må bättre. Samarbete sker bland annat med sjukvård och bibliotek och målgrupper är exempelvis äldre, psykiskt sköra personer och intagna på fängelser. Idag bygger mycket av verksamheten på volontärer som håller i grupperna med Shared reading. De som deltar är ofta människor med någon form av ohälsa och de kan vara socialt isolerade. En grundtanke är att ingen ska känna sig pressad av att vara med mer än den förmår och vill, det handlar inte om terapi men om att få en stunds gemenskap, dela ett litterärt intresse eller ett samtal och därmed få en hälsovinst, enligt grundaren Jane Davis.

Volontärerna får en tredagars utbildning innan de kan börja med grupperna och det är viktigt att de inte ska "vara lärare", utan läsningen sker på gruppens villkor, allas röster är lika viktiga. De läser skönlitteratur eller poesi på plats, inget förbereds hemma, och det varierar vem i gruppen som väljer vad som ska läsas. Det finns 300 volontärer i England. Utöver dem har The Reader en del anställda.

Organisationen jobbar också gentemot barn och ungdomar.

Metoden med Shared Reading är nu spridd över England, men också till andra länder, som Danmark, Belgien (som jobbar mycket med nyanlända och ensamkommande ungdomar), Tyskland, Australien och Nya Zeeland.

I Danmark heter rörelsen Tid till läsning. Initiativtagare är Mette Stenberg, litteraturforskare på Århus universitet. Våren 2017 har man 50 grupper, alla för vuxna, och även här bygger verksamheten på volontärer som får utbildning. Målgrupper är bland annat socialt utsatta människor, människor med mental ohälsa och personer med demens.

Intresset har även börjat väckas i Sverige. Lunds universitet planerar tillsammans med sjukvården i Skåne en studie kring Shared Reading med start hösten 2017. Målgruppen är smärtpatienter.

Studieförbundet Vuxenskolan i Jönköping planerar tillsammans med MTM (Myndigheten för tillgängliga medier) under 2017 en treårig studie där Shared Reading ska prövas gentemot människor med psykisk ohälsa. Tanken är att metoden ska utvecklas och sedan spridas.

Sedan april 2017 finns ett svenskt nätverk på facebook, Nätverket Shared Reading Sverige (NSRS). Initiativtagare är Uppsala universitet och Länsbibliotek Uppsala.

Kunskapsöversikt

Forskning

Forskningen om biblioterapi är idag utbredd, framför allt i USA och Storbritannien. I Sverige är biblioterapi ett mindre utforskat område, dock har vetenskapliga studier publicerats under senare år. Bland annat en studie från Göteborgs universitet 2013 där kvinnor med utmattningssyndrom följts i sin läsning och där skönlitteraturen visat sig ha en positiv inverkan.



I artikeln Biblioterapi i ett litteraturvetenskapligt perspektiv TFL 2014:1 (Tidskrift för litteraturvetenskap) redogör litteraturforskaren Cecilia Pettersson övergripande för biblioterapiens historia, inriktning och forskning inom området. Det finns exempelvis studier om hur såväl vuxna som barn med olika psykiskt relaterade sjukdomar samt människor som befinner sig i chock eller i sorg har tagit hjälp av läsning i sin rehabiliteringsprocess.

En slutsats Cecilia Pettersson gjort utifrån sin forskning är att skönlitteratur och poesi är överlägset bäst att använda vid biblioterapi. Självhjälplitteratur kan vara direkt skadlig och uppfattas som för krävande, anser hon. Anvisningar och råd om förhållningssätt kan bli ytterligare en sten på bördan och bli som ett arbete som måste utföras. Inte minst rör det personer som lider av utmattningssyndrom.

Även forskare i Uppsala lyfter fram skönlitteraturen som ett stöd vid psykisk ohälsa.

Samtidigt finns det skäl att inte dra för stora slutsatser av resultaten. Hur ska de värderas? Går det att belägga effekter på lång sikt av biblioterapi? Fungerar metoden enbart på vana läsare?

I höst startar en ny treårig studie i samarbete mellan Göteborgs och Uppsala universitet där biblioterapi ska användas bland mödrar med förlossningsdepression. Studien finansieras av Vetenskapsrådet.

Det finns internationell forskning som visar på goda resultat:

Books do furnish a mind: the art and science of bibliotherapy , en översiktlig artikel om litteraturens positiva påverkan på hälsan, från den ansedda vetenskapliga tidskriften The Lancet.

Artikeln Cognitive bibliotherapy for mild depressive symptomatology: randomized clinical trial of efficacy and mechanisms of change visar positiva förändringar genom biblioterapi vid mild depression bland unga vuxna.

Artikeln Patients' and Providers' Perspectives on Bibliotherapy in Primary Care visar liknande resultat bland vuxna med mildare psykisk ohälsa på vårdcentraler.

I artikeln Prescriptions for Joy: Librarians, Collections, and Bibliotherapy in Pediatric Hospital Settings betonas vikten av att bygga boksamlingar för unga sjukhuspatienter. De kan underlätta biblioterapeutiska aktiviteter som kommer att lindra ångest, stärka kognitiva funktioner, känslomässigt lugna ner och ge ögonblick av välbefinnande och glädje för unga patienter och deras familjer.

Forskning om Shared Reading , från University of Liverpool, redovisar resultat från läsning utförd tillsammans med människor med demens, patienter med kronisk smärta, kvinnor i fängelse och personer med depression.

Annan dokumentation

- Vid Warwick University i England ges onlinekurser i bland annat "Literature and mental health". De har producerat en film de producerat om poesins läkande och stärkande kraft .
- En utvärdering om ett mångårigt biblioterapiprojekt vid biblioteket i Kirklees, England. Den visar bland annat att flertalet deltagare tycker de fått ett bättre självförtroende genom att de läst och talat i en grupp de känt sig trygga i, och att de kunnat dela kunskap och erfarenheter med andra. Flera lyfter också fram att de haft roligt: Well into Words An evaluation of the Kirklees Bibliotherapy Project, February 2016 .
- Det finns också en film om de biblioterapeutiska cirklarnas betydelse för människor i Kirklees. Well into Words.
- Det biblioterapeutiska projektet Människor mellan raderna har bedrivits mellan

2011-2014 i ett samarbete mellan Norrköpings stadsbibliotek och Socialkontoret i Norrköping. Projektet har bedrivits som en bokcirkel som riktat sig till vuxna individer med missbruksproblematik (läs mer nedan s 7-8)

Utvärderingen avslutas så här: Det vi har sett är att det inte är de extra pengarna och extra aktiviteterna som har gett det mesta, utan att samlas i en grupp och prata om böcker och dela erfarenheter och upplevelser med varandra. Styrkan i Människor mellan raderna är den enkla formen kring vilken vi möts, och att kunna erbjuda en kontinuerlig verksamhet som genomförs i samarbete med professionella från olika fält.

Bibliotekens roll i biblioterapi

Biblioterapi har fram till för några år sedan i stort sett varit ett okänt begrepp på svenska bibliotek. Norrköpings stadsbibliotek var ett av de första med satsningar på biblioterapi. I det uppmärksammade projektet Människor mellan raderna som startade 2011 riktade man sig till missbrukare som läste och i grupp samtalade om böcker i terapeutiskt syfte. Den satsningen skedde i samarbete med socialtjänsten i Norrköping. Syftet var att bidra till läsglädje, meningsfull tillvaro och att deltagarna skulle kunna samtala om svåra ämnen utifrån böcker.

Här följer ett utdrag från en intervju i Svenska Dagbladet med bibliotekarien Lo Ek, initiativtagare till projektet:

– Vi läste självbiografier och deltagarna poängterade att det var väldigt viktigt, de ville ”läsa om någon som knarkat på riktigt, inte någon som bara hittat på hur det är”, säger Lo Ek.

I grupperna rådde tystnadsplikt och utöver bibliotekarien fanns även en behandlingsassistent med i varje grupp.

– Det fanns en enorm respekt och ödmjukhet mellan deltagarna, det var tillåtet att gråta, skratta, vara tyst – vara sig själv. Många tyckte att det var skönt att få prata om sig själva, fast utifrån en karaktär i en bok, det gjorde att de kunde prata lite mer skyddat om sig själva. Det skapade en gemenskap och ett lugn, de kunde prata om allt och ingenting – svåra, tunga ämnen behandlades på ett nytt sätt.

Behandlingsassistenterna tyckte också att det var en givande verksamhet, berättar Lo Ek.

– De blev ofta förvånade över hur böckerna kunde bidra till att deltagarna öppnade upp sig och berättade något nytt om deras liv som de aldrig hade gjort innan, även om assistenterna hade träffat vissa individer i många, många år.

En del upptäckte läsglädjen i och med gruppsamtalen och fortsatte att läsa efteråt.

– Många kom även in på biblioteket och tyckte att det var skönt att de fick en plats där de kunde vara och kunde få låna böcker. Vi valde att ta bort biblioteksskulden hos de personer som hade böter. En kvinna började gråta när hon fick veta det och sa att hon var så tacksam att hon nu äntligen kunde få vara som alla andra. Hon kunde gå på biblioteket med sin dotter och låna böcker. Innan hade hon inte kunnat göra det eftersom hon inte hade möjlighet att betala tidigare skulder, säger Lo Ek.

Norrköpings stadsbibliotek har också bland annat samarbetat med studieförbundet Sensus i deras satsning på biblioterapi riktad till medlemmar i SPES (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd). Nedan följer ett utdrag från en intervju i Svenska Dagbladet där två föräldrar, Josefine Selberg och Björn Andersson, som mist barn i självmord intervjuas om sina erfarenheter av den biblioterapeutiska cirkeln, och där även Inger Händestam från Sensus intervjuas:

Vad är det då som skiljer biblioterapi från vanliga samtalsträffar?

Josefine Selberg återkommer till en aspekt hon tycker är viktig i biblioterapi.

– Man behöver inte prata om sin egen situation om man inte orkar, utan prata om det som står i boken. Man kan lägga det bortanför sig själv om man vill det, och istället diskutera en anonym person. Den författaren har sin egen berättelse och har satt ord på saker jag känner igen – eller inte. Man får fler ord.

Hon påpekar också vikten av det strukturerade samtalet.

– Just detta att vi tog upp olika ämnen varje gång tror jag var till hjälp. Jag själv har inte svårt för att prata men jag tror att min man tyckte det var bra med struktur.

Björn Andersson nickar bekräftande.

– Många gånger tog det stopp för mig i läsningen, jag fick lägga ifrån mig boken. Men det gjorde inget, vid träffarna blev jag ifylld även om jag inte hade läst. Ofta gick vi över i våra egna erfarenheter. Jag kände igen mig i så mycket. Den känslan! Man tror man är helt ensam, att det är ”jag mot hela världen”. Nu är det inte så längre. Jag vet att jag inte är ensam.

Orden har makt, reflekterar Josefine Selberg.

– Orden och själva läsprocessen väcker känslor, de kan bli hur jobbiga som helst. Men jag tror det kan vara bra att de kommer upp till ytan och på så vis få bearbeta dem.

De har skrattat mycket under sina träffar. Gråtit också. Gruppen har varit trygg, ingen reaktion har varit konstig.

Inger Händestam är förbundssekreterare i SPES. Alla medlemmar där har någon anhörig som tagit sitt liv. Hon är utbildad samtalsterapeut och var en av samtalsledarna i biblioterapin i Norrköping. Självt har hon förlorat båda sina föräldrar i självmord.

– Läsandet bidrar till en bearbetningsprocess av ens egen situation. Litteraturen blir ett redskap, man får läsa och reflektera över någon annans berättelse, det går att känna igen sig eller hitta nya vinklingar, också tillsammans med de andra i gruppen.

Hon betonar också att läsningen är en möjlighet, det finns inget tvång i att läsa, ingen läxa.

– I vår grupp har vi haft människor från olika samhällsklasser, en del har varit ovana läsare. Läsningen blir ett ankare som väcker känslor och fördjupar samtalen. Något förlösande händer, en läkning sker. Jag märker det både för egen del och i min roll som samtalsterapeut, säger Inger Händestam.

På andra håll i landet har biblioteken haft enstaka satsningar på biblioterapi, bland annat riktade till människor med demens och deras anhöriga.

Region Östergötland är en av flera regioner som sedan några år tillbaka erbjuder patienter med ohälsa möjlighet till kulturaktiviteter på flera orter i länet. Ohälsan kan handla om exempelvis stress, oro och smärta. En av dessa kulturinriktningar är litteratur och flera Götabibliotek (Norrköping, Linköping, Kinda, Mjölby och Motala) har därför haft cirklar med patienter, där litteratur stått i fokus som hälsofrämjare. De har letts av bibliotekspersonal. Dessa cirklar fortsätter på flera av biblioteken men är avhängiga av om intresse finns hos patienterna. I Kinda finns ingen cirkel våren 2017 på grund av för få anmälningar, medan exempelvis Norrköping har många intresserade.

Biblioterapi i andra länder

I länder som sedan länge arbetar med biblioterapi sker olika former av samarbeten mellan exempelvis bibliotek, vård, omsorg och frivilligorganisationer. Ett sådant exempel är England. Det nationella programmet kring läsning och hälsa Reading well - Books on prescription är ett samarbete mellan brittiska allmänläkare, patientorganisationer, den ideella läsorganisationen The Reading Agency och landets bibliotek. Fyra tusen läkare använder sig idag av ”Böcker på recept” för att hjälpa sina patienter till ett bättre välbefinnande. Som ett nav i arbetet finns The Reading Agency som tillsammans med samarbetspartnerna tagit fram listor på kvalitativ facklitteratur, självhjälp-litteratur och en del skönlitteratur som ska finnas tillgängliga på alla bibliotek. Ett omfattande kvalitetsarbete med fokusgrupper har lagts ner på listorna för att de ska kunna rekommenderas av sjukvården. En lista på ett trettiotal böcker riktar sig till

vuxna med mental ohälsa, en annan har ungdomar med mental ohälsa som målgrupp. En tredje boklista vänder sig till människor med demens och deras anhöriga. Fler litteraturlistor planeras, riktade till personer med kroniska sjukdomar som diabetes, hjärt- och kärlbesvär och stroke.

Litteraturlistorna ses som komplement till den professionella medicinska och psykiska vården i de fall vårdpersonalen anser att patienten kan ha glädje och nytta av dem. Böckerna är eftersökta på biblioteken och utlåningen av dem har ökat med flera hundra procent. Enligt the Reading Agency har böckerna på tre år nått 635 000 läsare.

Två brittiska universitet följer programmet för att vetenskapligt studera dess påverkan på människors hälsa och om det är värt för samhället att utveckla konceptet ytterligare. Studierna beräknas vara klara under 2017.

Finland är ett av de länder i världen som länge använt biblioterapi som behandlingsmetod. En akademisk fortbildning har funnits i 30 år vid Helsingfors universitet. Juhani Ihanus är docent i kulturpsykologi och en av initiativtagarna till användningen av biblioterapi.

– Våra livsproblem blir alltmer medikaliserade, vi får piller för allt och det är en sorglig utveckling. Medicinen och neurovetenskapen kan inte hjälpa oss med våra livsvärden, vår egen mening med livet och våra relationer. Vi behöver hitta andra vägar till våra etiska, andliga och existentiella frågor.

– När de lästa och skrivna orden delas med andra upptäcker man att det finns mer inom en än vad man anade. Det går då att reflektera på en annan nivå och det ger alla en möjlighet att växa, säger Juhani Ihanus, i artikelserien om biblioterapi i Svenska Dagbladet .

Resultat i utredningen – en inledning

Som framgått av de tidigare avsnitten så är intresset för biblioterapi nyväckt i Sverige. Två nationella konferenser om biblioterapi har hållits under det senaste året, en arrangerad av Regionbibliotek Stockholm hösten 2016 och en av Regionbibliotek Örebro i samarbete med Kumla stadsbibliotek våren 2017. Flera satsningar sker nu, bland annat har ett nätverk bildats i Örebro län mellan bibliotek och hälso- och sjukvårdssektorn. I Växjö kommer föreläsningar om biblioterapi att arrangeras under hösten 2017 och biblioterapi för personer med utmattningssyndrom att starta 2018. Vid Årebiblioteken har en personalgrupp där haft biblioterapi vid sina personalmöten under våren 2017. Årebiblioteken har också sökt EU-pengar för att starta en biblioterapigrupp hösten 2017 med inriktning mot anhöriga till personer med psykisk och

fysisk ohälsa. I Gävle startar en biblioterapeutisk bokcirkel vid ett av närbiblioteken hösten 2017. Teman som planeras är skilsmässa, missbruk och medberoende, diagnoser, självkänsla, misshandel och glädjen till livet.

Den här utredningen är i första hand en studie kring hur stort intresse Götatablioteken har av att arbeta aktivt med biblioterapi. Den ska dock, mycket övergripande, även undersöka intresset för samarbete bland andra aktörer.

Intervjuerna nedan visar att det bland Götatablioteken och bland andra verksamheter i Östergötland finns ett nyväckt intresse. Men frågorna är många kring vad biblioterapi är, vad forskningen visar, hur metoden kan användas, vem som kan leda biblioterapeutiska samtal och hur ett eventuellt samarbete mellan biblioteken och andra aktörer kan se ut.

Genomgång av intervjuer

Götatablioteken

I Götatablioteken ingår de 13 östgötakommunerna (Norrköping, Linköping, Åtvidaberg, Motala, Mjölby, Finspång, Söderköping, Vadstena, Ödesög, Kinda, Boxholm, Ydre och Valdemarsvik) samt Tranås.



12 av de 14 bibliotekscheferna (eller motsvarande) har intervjuats om deras inställning till att arbeta med biblioterapi. Alla är positiva till det, flera uttrycker ett starkt, genuint intresse för ämnet och ser det också som ett sätt att arbeta läsfrämjande och nå nya grupper av läsare och biblioteksbesökare. Biblioteken som neutrala platser lyfts fram som en möjlighet för biblioterapeutiska samtal. De är inga myndighetslokaler, vårdcentraler eller sjukhus, de står för en öppenhet och ett lugn, för växande och utveckling, för tanke och reflektion. Förutsättningen för att arbetet ska bli professionellt utfört är dock att biblioteken kan samarbeta med andra aktörer med annan profession och kunskap och att bibliotekspersonalen får kompetensutveckling för arbetet. Några chefer betonar också vikten av tid och ekonomiska resurser för att kunna satsa på nya projekt.

Det som efterfrågas är:

- Utbildning om vad biblioterapi är.
- Om bibliotekarier ska jobba med biblioterapeutiska samtal måste de ha gedigen kunskap och utbildning i metoden.
- Samarbeten med utbildade samtalsterapeuter och andra med profession att leda biblioterapeutiska samtal.
- Tid för att i samarbete med andra jobba med biblioterapi.
- Tid för marknadsföring.
- Ekonomisk ersättning för eventuella vikarier som ersätter den bibliotekarie som arbetar med biblioterapi.
- Nätverk för dem i regionen som arbetar med biblioterapi.
- Bra lokaler på biblioteken för gruppträffarna.
- Samordning och någon som driver frågan och ger stöd i processen.

Fem bibliotek svarar att de har arbetat med biblioterapi, eller i en biblioterapeutisk anda; Norrköping, Linköping, Mjölby, Motala och Kisa. Delar av det arbetet har skett inom ramen för Region Östergötlands satsning Må Bra med kultur (se s 13-14), vilket några av bibliotekscheferna inbegriper i begreppet biblioterapi, andra gör det inte.

Eftersom Norrköpings stadsbibliotek varit pionjär i Sverige i arbetet med biblioterapi återges här intervjun med **Birgitta Hjerpe**, bibliotekschef i Norrköping, i kort sammandrag:

Norrköpings stadsbibliotek har sedan tidigare använt sig av biblioterapi med goda erfarenheter. Det är inte bibliotekarierna som har lett samtalen utan det har funnits med utbildade samtalsledare. Bibliotekarierna har jobbat i nära samarbete med dem.

Birgitta Hjerpe är noga med att poängtera skillnaden mellan biblioterapi och mer reguljära bokcirkel och bokkaféer som också kan fungera stärkande, men där betoningen ligger mer på allmänna boksamtal som kan utföras av bibliotekarier. Hon menar att det är viktigt att särskilja biblioterapin där bibliotekarier bör samarbeta nära utbildade terapeuter. Annars fuskar vi i ett område vi inte är utbildade i, säger hon.

Birgitta Hjerpe tror på biblioterapin som möjlighet och är positiv till en utveckling av detta hos Götabiblioteken och i samarbete med andra aktörer, som exempelvis vården,

studieförbunden, kommuner och ideella organisationer. Men det bygger på att det finns bibliotekarier som är intresserade av att jobba med detta samt ett intresse från andra aktörer.

För att ett arbete med biblioterapi ska bli kvalitativt bra krävs en fördjupad utbildning inom området för dem som ska jobba med det, liksom tillgång till aktuell forskning och nätverk för de involverade.

Hon ser stora möjligheter med en eventuell satsning kring biblioterapi och är även positiv till metoden med Shared Reading.

Några citat från intervjuerna med de övriga bibliotekscheferna:

Biblioterapi förpliktigar – det är ett stort ansvar.

Trygghetszonen finns i att förmedla böcker, vi behöver samarbeta med utbildade samtalsledare.

Vi är många som är intresserade men vi har inte verktygen.

Samarbete? Biblioteket ligger vägg i vägg med socialförvaltningen.

Biblioteken är bra platser för samtal.

Man behöver inte vara sjuk eller må dåligt för detta, jag tror att många behöver träffas förutsättningslöst för samtal.

Folkbildningen – en möjlig samarbetspart?

Lars Holmgren, kanslichef på Bildningsförbundet Östergötland, har intervjuats i denna utredning. Bildningsförbundet Östergötland är en intresseorganisation för folkhögskolor och studieförbund i Östergötland. Förbundets medlemmar utgörs av sju folkhögskolor och tio studieförbund i Östergötland. De studieförbund som ingår är ABF, Bilda, Sensus, Folkuniversitetet, Ibn Rushd, Medborgarskolan, NBV, Studiefrämjandet, Studieförbundet Vuxenskolan och Kulturens Bildningsverksamhet.

Flera studieförbund arbetar med läsfrämjande insatser, däribland med läsecirklar, högläsning på äldreboenden och språkcaféer för nyanlända. Lars Holmgren tror bestämt att det finns ett intresse från studieförbunden att samarbeta med biblioteken och andra aktörer i frågor som rör biblioterapi. Studieförbunden kan bistå med samtalsledare och har via sina medlemsorganisationer många kontakter med grupper som kan vara intresserade av biblioterapi. Han pekar på vikten av samordning och behov av utbildning kring vad biblioterapi är. Lars Holmgren poängterar också det pågående arbetet

med Östgötaregionens Må bra med kultur och att det samarbetet bör stärkas om en eventuell biblioterapisatsning ska göras. Han är positiv till ett samarbete och föreslår därför en gemensam utbildningsdag om biblioterapi, arrangerad av Regionbibliotek Östergötland och Bildningsförbundet, och dit även folkhögskolorna bjuds in.

Sensus

Studieförbundet Sensus har som nämnts fått pengar från Kulturrådet för ett treårigt projekt (Läsa för livet) för att arbeta fram ett handledningsmaterial i biblioterapi för cirkelledare, sprida det både inom och utanför sin organisation och aktivt arbeta med biblioterapi.

Projektledare **Inger Händestam** ser biblioteken som självklara samarbetspartners.

Biblioteken har litteraturkännedom, studieförbunden har kunskap om folkbildning och det civila samhället, lokaler, cirkelledare och ett stort nätverk av organisationer vars medlemmar kan vara betjänta av biblioterapi. Här nämns exempelvis SPES (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd), Svenska kyrkan, äldreorganisationer, organisationer med rötter i andra kulturer och patientorganisationer inom både fysisk och psykisk hälso- och sjukvård. Sensus har mycket goda erfarenheter av det biblioterapiarbete de redan haft i samarbete med SPES. Inger Händestam framhåller att ett samarbete med biblioteken kan innebära att fler kan få upp ögonen för litteraturen och biblioteken. I juni 2017 startar den första cirkelledarutbildningen inom ramen för projektet Läsa för livet. Under två dagar ska deltagarna få lära sig mer om biblioterapins grunder och arbetssätt samt utbildas i att vara cirkelledare i ett folkbildningsforum för läsfrämjande.

Hälso- och sjukvården i Region Östergötland – en möjlig samarbetspart?

Hälso- och sjukvården kan vara en viktig part i ett eventuellt samarbete. Intervjuer har därför gjorts med några politiker/beslutsfattare samt med ett fåtal tjänstemän och vårdpersonal på olika nivåer inom hälso-och sjukvårdsorganisationen. Nedan redogörs kortfattat för svaren.

Generellt kan sägas att flertalet av de intervjuade inte känt till begreppet biblioterapi men att det väckt intresse hos dem när de fått det förklarad för sig. Biblioterapi är ett komplement till traditionell vård och behandling och de intervjuade efterfrågar forskning och evidens. Flera betonar folkhälsoperspektivet och hänvisar till den ökande psykiska ohälsan bland både ungdomar och vuxna. Där ser de möjligheter med

biblioterapi, inte minst inom den gruppen, men även bland andra patientgrupper med fysisk ohälsa/sjukdom.

En av de intervjuade, biträdande sjukvårdsdirektör **Anna-Carin Forsmark**, är dock inte odelat positiv och ifrågasätter biblioterapins roll inom hälso- och sjukvården. Hon betonar att biblioterapi inte är terapi utförd av legitimerade terapeuter och att hälso- och sjukvården därför inte ska vara någon huvudaktör, (läs mer nedan s 14).

Några röster:

Vi är betjänta av att ha kontakt med biblioteken som kan omvärldsbevaka och uppdatera vad som kommer ut i bokväg till exempel för diagnosspecifika grupper.

Boklistor som uppdateras skulle kunna vara en bra väg.

Vi saknar ett stöd från biblioteken.

Vid långvarig sjukdom väcks existentiella frågor. Där är biblioteken en viktig samarbetspart med sin kunskap om litteratur och det humanistiska perspektivet.

Vilket mervärde skapar biblioterapi?

Vi måste ha mer vetenskap.

Vad blir kostnaden och vad blir samhällsvinsten med biblioterapi?

Jag och min kollega på vårdcentralen ser stora möjligheter med biblioterapi, inte minst bland patienter med psykisk ohälsa.

Biblioterapi kan vara ett sätt att arbeta med människor innan de blir patienter.

En metod som kan vara både behandlande och främjande.

Jag tror detta kan vara ett jättebra komplement för människor som tar till sig litteratur.

Jag tror att biblioteken skulle "äga" frågan och vara ett nav.

Hur skulle biblioterapi marknadsföras för att nå till dem som bäst behöver det?

Skolbiblioteken skulle kunna ha en viktig roll för att nå unga som mår dåligt eller är vilsna.

Det som behövs är ett intresse från Regionbiblioteket att driva frågan.

Studieförbunden har en bra samtalskompetens.

Vi kan inte dela ut framtidstro på vårdcentralerna, men i en biblioterapicirkel kan man nog få känslan av att "här är folk som tänker som jag".

Jag hoppas verkligen det blir nåt samarbete av detta.

Vi har politiska incitament för att jobba för mer jämlik hälsa och nå fler målgrupper. Biblioterapi kan vara en sådan väg, parallellt med andra alternativa metoder.

Maria Linderström är hälsosamordnare vid Centrum för verksamhetsstöd och ansvarig för Må bra med kultur i Östergötland. Verksamheten startade 2012 och är en ordinarie verksamhet. På regionens hemsida står att Må bra med kultur hämtar kunskap från forskningen som visar att kulturupplevelser kan bidra till bättre hälsa och snabbare tillfrisknande .

Patienterna kan därför få kulturaktiviteter rekommenderade från sin vårdgivare och de kan välja mellan musik, skapande, natur, litteratur och dans. När det gäller litteraturaktiviteterna samarbetar Må bra med kultur med biblioteken som håller i hälsofrämjande läsecirklar riktade till de patienter som är intresserade. Som nämnts ovan pågår sådana cirklar för närvarande i Norrköping, Linköping, Motala och Mjölby. Intresset för dem är olika stort på olika orter, därför finns det just nu ingen i Kisa där det tidigare funnits. I Norrköping, där aktiviteten funnits längst tid, är efterfrågan däremot stor.

Trots att intresset är skiftande betonar Maria Linderström att en fortsatt satsning på litteratur bör ske. Det finns ett stort behov av alternativ till traditionell hälso- och sjukvård, menar hon. Av tradition kan vårdpersonalen ha en mer tydlig bild av vad skapande, exempelvis måleri, betyder för att läka människor, än vad de har erfarenhet av litteratur på motsvarande sätt. Den respons som deltagare i litteraturcirkelarna givit visar att de stärkts och stimulerats av boksamtalen och att det finns skäl att fortsätta med dem, är hennes uppfattning. Dessutom har antalet deltagare ökat för varje år, om än från en låg nivå. 2013 var elva personer anmälda, 2016 var antalet uppe i 45.

En del kan ha svårt att läsa, men det finns tal- och ljudböcker och syftet behöver inte heller vara att ta del av en hel bok, utan delar av den.

Maria Linderström ställer sig därför positiv till ett fortsatt och mer utvecklat samarbete med Götabiblioteken. Litteratur kan vara den väg där man närmar sig sina med problem med andra slags verktyg och utan att bli utelämnad. Man får ett samtalsunderlag och fokuserar på det som främjar hälsan, säger hon.

Hon föreslår därför ett pilotprojekt i biblioterapi där en utvärdering sedan görs. Patientgruppen kan vara alltifrån unga med psykisk ohälsa till människor som är färdigbehandlade för cancer, men som behöver fortsatt stöttning för sin nyorientering – det är två grupper Maria Linderström spontant nämner. Om en utvärdering skulle visa på positiva resultat och biblioterapi är tillräckligt väl evidensbaserad skulle därefter en verksamhet och ett samarbete utvecklas ytterligare, är hennes förhoppning.

Anna-Carin Forsmark är biträdande hälso- och sjukvårdsdirektör. Hon är, som nämnts ovan, tveksam till om biblioterapi ska användas inom hälso- och sjukvården. Anledningarna är flera. Hon anser att evidensen kring biblioterapins verkan behöver bli starkare, det är ett skäl. Ett annat skäl är att det i dagsläget inte finns någon formell utbildning i biblioterapi. Ytterligare ett skäl är att biblioterapi inte är terapi och därför inte ska hanteras inom hälso- och sjukvården med dess lagar om krav på dokumentation, journalföring etc. Hon tror att fördjupade samtal om litteratur kan fungera som metod för att lindra exempelvis psykisk ohälsa och för att stärka människor, men att det inte är hälso- och sjukvården som ska involveras i just det arbetet. Istället bör det ligga på biblioteken, studieförbunden, patientföreningar och kommunerna, menar Anna-Karin Forsmark. Hon betonar att det finns stora behov av att hitta nya vägar för att stötta patienter med olika livsdilemman och existentiella frågor men menar att det inte primärt är hälso- och sjukvårdens uppgift. Hon ställer sig frågan Hur mycket kan vi härbärgera inom sjukvården?

Anna-Carin Forsmark kan dock tänka sig ett pilotprojekt där hälso- och sjukvården är en part, men där samtalen inte leds av legitimerad personal utan av exempelvis cirkelledare från ett studieförbund.

Kommunerna – en möjlig samarbetspart?

Som nämnts tidigare ger den här utredningen endast en övergripande bild av hur intresset för biblioterapi ser ut bland andra aktörer utanför biblioteken. Det gäller inte minst intresset från kommunernas sida. Här följer en kort redogörelse av intervjuer i några kommuner.

Flera bibliotek har idag olika slags samarbeten med andra verksamheter inom kommunerna, däribland med äldreomsorgen. I Linköping ordnas högläsningsskurser dels för volontärer, dels för personal inom äldreomsorgen, de läser sedan på äldreboenden. Utbildningen, som sker vid tre tillfällen två timmar varje gång, arrangeras i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Satsningen har pågått sedan 2014 och är ett samarbete mellan biblioteket, Studieförbundet Vuxenskolan samt kommunens äldreomsorg och demensvård.

En liknande verksamhet finns bland annat i Norrköping där samarbete kring högläsning sker mellan biblioteket, Studieförbundet Vuxenskolan, kommunens äldreomsorg, Demensföreningen och Frivilligcentralen.

Läsombudsverksamhet finns även i samarbete med FUB (Förening för barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning), Studieförbundet Vuxenskolan och kommunens vård- och omsorg.

De tjänstemän som svarat på frågor till den här utredningen, och som har koppling till folkhälsofrågor alt. äldreomsorg, visar ett intresse för ett utökat samarbete med biblioteken. Men de efterfrågar mer kunskap inom området biblioterapi. Kommunerna som svarat är Linköping, Norrköping, Ydre, Kinda och Boxholm.

Reflektioner kring intervjuavaren

Intervjuerna visar med något undantag på ett oväntat stort intresse för att arbeta med och samarbeta kring biblioterapi. Bibliotekspersonalen vill utifrån sin profession

bidra med litteraturförmedling, lokaler och i vissa fall även med biblioterapeutiska samtal om de får utbildning i det. Folkbildningen har kunskap om folkbildning och det civila samhället, lokaler, cirkelledare och ett stort nätverk av organisationer vars medlemmar kan vara betjänta av biblioterapi. Studieförbundet Sensus arbetar med att utveckla en metod och handledningsmaterial i biblioterapi och de vill samarbeta med biblioteken. Hälso- och sjukvården vill veta mer om biblioterapi och flera visar ett starkt intresse för frågan och för ett eventuellt samarbete. Här skiljer sig dock uppfattningarna åt, där biträdande sjukvårdsdirektören inte tycker att hälso- och sjukvården primärt ska vara en samarbetspart.



De kommuner som bidragit med svar är positiva.

Varför ökar intresset för biblioterapi i Sverige?

För bibliotekens del kan det handla om att de ser möjligheter med biblioterapi som en del av sitt läsfrämjande arbete och som ett sätt att nå nya grupper. En del har också ett specifikt intresse av att utveckla sin bibliotekarieprofession och arbeta mer fördjupat med frågor som rör litteratur och hälsa.

En annan förklaring kan vara den ökade psykiska ohälsan i Sverige som gör att intresset för komplement till traditionell sjuk- och hälsovård ökar.

Ytterligare en förklaring är att med en framväxande kunskap om biblioterapi är

det också fler som ser möjligheter med den biblioterapeutiska läsningen. Den kan användas i många sammanhang och skeenden i människors liv och behöver inte vara kopplad enbart till fysisk eller psykisk ohälsa.

Utbildning

Kopplat till det ökande intresset finns behovet av kunskap om biblioterapi, dess forskning, resultat och metod. Ett stort behov av utbildning finns, något som hittills inte funnits att tillgå i Sverige. Gissningsvis kommer fler akademiska utbildningar, utöver den som startar hösten 2017 vid Ersta Sköndal Bräcke högskola, att växa fram inom de närmaste åren.

Vilken bakgrund och vilka utbildningskrav ska ställas på de som utför biblioterapeutiska samtal? Det är en kärnfråga och den behöver diskuteras innan biblioterapeutiska verksamheter startar. De utbildningar som Sensus startar inom ramen för sitt biblioterapiprojekt är på två dagar. Kanske är det på den nivån samtalsutbildningarna ska ligga även för bibliotekspersonal, så länge det rör sig om mer generella cirklar som genomförs i bibliotekens regi och där deltagarna inte har "tung" problematik. Om biblioterapin däremot genomförs i samarbete med exempelvis kommunernas socialtjänst bör samtalsledaren ha en mer professionell utbildning.

Vilken roll ska biblioteken ha?

Studieförbundet Sensus har redan startat ett projekt om biblioterapi och här kan biblioteken ha en stödjande roll både för dem och andra initiativtagare till biblioterapi.

Biblioteken vill också arbeta med biblioterapi utifrån sin kunskap om litteratur. En fråga är – kan bibliotekarierna tillräckligt om skönlitteratur och poesi? Hur välutbildade är de i litteraturämnet? Hur mycket litteraturvetenskap ingår i biblioteksutbildningarna? Kunskapen varierar sannolikt stort från individ till individ. Att jobba med biblioterapi kräver både djup kunskap om litteratur och kunskap om biblioterapi som metod om god kvalitet ska uppnås i arbetet.

Biblioteken behöver också få förtydligat vad biblioterapi är – och vad det inte är. De behöver få klargjort sin roll och sin gränsdragning, så att alla bibliotek kan arbeta på ett professionellt och likvärdigt sätt. En gemensam definition av begreppet är därför viktig.

Och ska bibliotekarier som skaffar sig utbildning om den biblioterapeutiska arbetsmetoden självständigt kunna hålla i biblioterapicirklar?

Finns det intresse för biblioterapi bland allmänheten?

Viljan att arbeta med biblioterapi är stor. Men finns det behov av biblioterapi bland allmänheten? Den frågan är svår att besvara eftersom utbudet hittills varit litet. Som nämnts har hälso- och sjukvårdens satsning på Må bra med kultur visat att intresset för litteraturinriktningen varit mindre än för andra kulturinriktningar, i alla fall i en del kommuner. Å andra sidan har stadsbiblioteket i Norrköping tvingats säga nej till patienter trots att de har två parallella litteraturgrupper igång våren 2017, intresset är alltså stort där. Norrköpingsbiblioteket har också sagt nej till en förfrågan om biblioterapi från RIA (en ideell organisation som arbetar med lokalt socialt arbete utifrån kristna värderingar) på grund av att de i dagsläget inte anser sig ha tillräcklig kompetens för att utföra uppdraget.

Det är också viktigt att betona att biblioterapeutisk läsning inte passar alla. Många är inte intresserade av läsning, kan inte läsa eller har svårt för att läsa. Människor läser också på olika nivåer, en del föredrar ”svår” litteratur, andra vill ha lättare läsning. Tal- och ljudböcker kan vara ett alternativ för dem som är intresserade men av olika skäl har svårt att läsa.

Lokaler för biblioterapi

Forskning och erfarenheter från andra länder visar att biblioterapeutisk läsning och samtal kan göra skillnad och förbättra människors välmående och livskvalitet. Studieförbunden har upparbetade kontakter och lokaler för samtal. Biblioteken är enligt bibliotekscheferna också lämpliga platser för biblioterapeutiska cirklar, de representerar det friska, oberoende, kravlöshet, växande och utveckling.

Biblioterapi för vem?

De som intervjuats i den här utredningen har många förslag på grupper som skulle kunna ha glädje av biblioterapi:

- Unga med psykisk ohälsa (där till exempel skolbiblioteken och skolkuratorerna kan samarbeta för att nå elever)
- Vuxna med psykisk ohälsa
- Kriminalvården
- Nyanlända och flyktingar
- Äldre personer till exempel inom hemtjänst och äldre/demensboenden

- Människor med kroniska sjukdomar/tillstånd
- Arbetsplatser
- Människor med missbruk
- Människor i olika livsdilemman, exempelvis skilsmässa och arbetslöshet.

Förslag finns också på att biblioteken aktivt ska serva hälso- och sjukvården med omvärldsbevakning av ny litteratur inom olika områden, och serva både patientgrupper och arbetslag med bokkassar och listor på litteratur.

Biblioteken kan också aktivt skylta med böcker, eller ha specifika hyllor med litteratur om vissa sjukdomar, livskriser som skilsmässa, arbetslöshet, sorg, depression etc.

Biblioteken kan även erbjuda besökare fördjupad läshandledning genom att besökarna får fylla i formulär om läsvanor, livssituation, eventuellt livsdilemma och på så vis få handplockade böcker som kan trösta, läka och stärka.

Förslag om fortsättning

- Att Regionbibliotek Östergötland tar initiativ till och leder en satsning på biblioterapi på Götabiblioteken, där de bibliotek som vill delta ska ingå.
- Att Regionbibliotek Östergötland parallellt arbetar med att hitta samarbetspartners bland studieförbund, kommuner – exempelvis äldreomsorg och socialtjänst, ideella organisationer samt inom hälso- och sjukvården om intresse finns därifrån.
- Att Regionbibliotek Östergötland konkret utarbetar hållbara former för allt samarbete så att det inte stannar upp.
- Att studieförbundet Sensus blir en given samarbetspart, däribland i arbetet med att utbilda intresserad bibliotekspersonal i biblioterapeutiska samtal.
- Att några pilotprojekt startar i samarbete mellan biblioteken och andra aktörer.
- Att Regionbibliotek Östergötland arbetar brett med att föra ut kunskap om biblioterapi.
- Att Regionbibliotek Östergötland tillsammans med Bildningsförbundet Östergötland arrangerar en utbildningsdag om biblioterapi.

Intervjuade

Bibliotekschefer/motsvarande

Linnea Hermansson, Boxholm

Elisabeth Cserhalmi, Finspång

Thomas C Ericson, Kinda

Lena Axelsson, Linköping

Birgitta Hellman Magnusson, Motala

Anya Feltreuter, Mjölby

Birgitta Hjerpe, Norrköping

Johanna Hellstrand, Söderköping

Christine Åström, Ydre

Karolina Antonsson, Åtvidaberg

Kristina Carlstedt, Ödeshög

Peter Åkesson, Tranås

Folkbildningen

Lars Holmgren, kanslichef Bildningsförbundet Östergötland

Inger Händestam, projektledare Sensus

Hälso- och sjukvården

Anita Jernberger, Regionråd, (L), ordförande i regionutvecklingsnämnden

Anna-Carin Forsmark, enhetschef inom hälso- och sjukvårdsenheten och biträdande hälso- och sjukvårdsdirektör

Anne Hederén, enhetschef Kultur och kreativitet

Annika Larsson, folkhälsostateg

Maria Linderström, verksamhetsutvecklare för området kultur och hälsa (hälsosamordnare) vid Centrum för verksamhetsstöd och processledare för "Må bra med kultur" i Östergötland

Helene Landin, Hälso pedagogiskt forum i Östergötland

Alexandra White, hälsoinformatör, Boxholm

Elin Felix, kurator, vårdcentralen, Boxholm

Östgötakommuner

Margrit Hensler, folkhälsoansvarig, Kinda

Rebecka Sandberg, arbetsterapeut, Boxholm

Kerstin Angvik, demensvårdsutvecklare, Linköping

Frida Hultgren, omsorgschef, Ydre

Susanne Abel, läsombudssamordnare, Norrköping

Övriga

Ingela Karlsson, socialbibliotekarie, Norrköping

Kristina Lundwall, tillgänglighetsbibliotekarie, Linköping

Helena Broms, bibliotekarie, Årebiblioteken

Annika Eliasson Faxén, bibliotekarie/enhetschef för närbibliotek, Gävle

Lästips

Läsa, läka, leva! Om läsfrämjande och biblioterapi, Nina Frid.

Utgiven på BTJ Förlag. <http://butik.btj.se/default.aspx?search=art=276451&startat=0&sortOrder=Asc&sortBy=Author&media=Allt&fetch=25&lang=False&avail=True&robots=True>

Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa. Juhani Ihanus (red) Helsingfors 2004

Artikelserie om biblioterapi, Svenska Dagbladet mars-april 2017.

<https://www.svd.se/biblioterapi--ett-satt-att-bearbeta-barnens-sjalvmord/om/biblioterapi-a8tw>

<https://www.svd.se/alternativ-medicin-mot-livsproblemen/om/biblioterapi-a8tw>

<https://www.svd.se/brittisk-kur-mot-oro-och-daligt-sjalvfortroende/om/biblioterapi-a8tw>

<https://www.svd.se/brittiska-lakare-testar-bocker-pa-recept/om/biblioterapi-a8tw>

Kontakt

Utredningen är gjord av Eva Bergstedt, Linköping. Frilansjournalist med magisterexamen i biblioteks- och informationsvetenskap.

Mail: ebergstedt@hotmail.com

Tel: 0730-240285

