



# SKRIVEVERKSTED – KREATIV SKRIVING FOR ELDRE

I høst har Utviklingssenteret for sykehjem og hjemmetjenester, Helse Fonna kommunene, gjennomført et skriveprosjekt for eldre som er beboere på Bjørgene omsorgssenter, og brukere av dagavdelingen.

AV KRISTIN BIE, FAGKONSULENT UTVIKLINGSSENTERET FOR SYKEHJEM OG HJEMMESYKEPLEIE, HELSE FONNA-KOMMUNENE

Ideen til å gjennomføre et slikt prosjekt kom etter at representanter for Kirkens Bymisjon i Oslo ble invitert til å holde et inspirasjonskurs i Haugesund. Kirken Bymisjon har drevet tilsvarende kurs i ni år på ni virksomheter i Oslo. Prosjektgruppen i Haugesund består av forfatterne Eli Sol Vallersnes og Lise-Marte Vikse Kallåk, aktivtør Else Torunn Bergjord og Kristin Bie fra Utviklingssenteret. Eli Sol Vallersnes startet kurs i skapende skriving i regi av Kirkens Bymisjon 2009, og rundt 300 personer har deltatt på kursene der frem til 2016.

Målet med skriveverkstedet er å fremme livskvalitet ved at deltakerne tar i bruk egne ressurser.

Forfatterne har ansvaret for det faglige innholdet i skriveverkstedet, de to andre prosjektmedarbeiderne den praktiske gjennomføringen. Utviklingssenteret finansierer prosjektet. Skriveverkstedet går over ti ganger, en gang i uken, og avsluttes før jul. Aktivtøren, i samarbeid med avdelingene, rekrutterte deltakere. Vi hadde ingen spesielle kriterier for hvem som kunne delta, og i gruppen som ble på åtte personer er den eldste 100 år. Noen har falt fra, og noen har kommet til etter hvert. Flere må ha hjelp til å skrive.

Hver samling begynner med at forfatterne presenterer et emne som det samtales om. Deltakerne på skriveverkstedet skriver så ned sine refleksjoner over temaet. Hver tekst blir vurdert av forfatterne ut fra litterære kvaliteter. Seive innholdet i teksten, og det teksten beskriver, blir ikke gjenstand for vurdering eller tilbakemelding. Den enkeltes tekst står for seg selv, og vi i prosjektgruppen opplever at når deltakeren får en utfordring, mestres det på ulike måter. De første gangene var det flere av deltakerne som hoderystende ga uttrykk for at de ikke hadde noe å skrive om. Men samtale omkring temaet endte for alle med at en kortere eller lengre tekst kom til. Nå er det mere forventning til hva oppgaven kan være denne gangen som preger deltakerne. Flere gir uttrykk for at de gleder seg til skriveverkstedet hele uken! Og spesielt en av deltakerne ergrer seg over at skriveseansen er så kort (30 minutter), og at hun etterpå kommer på så mye mere å skrive om.

Dagens tekster leses høyt i gruppen, og forfatterne velger ut et par tekster som «publiseres» på avdelingene. De blir lest i pasientgrupper, og er dermed utgangspunkt for refleksjoner og minnearbeid for flere enn deltakerne i skriveverkstedet.



Kristin Bie, fagkonsulent



Fra skriververkstedet

Som avslutning på prosjektet er planen å gi alle deltakerne en perm med alle tekstene som deltakerne har skrevet.

Det er ikke lagt noen plan for en systematisk evaluering av skriveverkstedet, men de erfaringene prosjektgruppen gjør seg kan forhåpentligvis danne grunnlag for videreføring av ideen på en eller annen måte. En kort oppsummering av erfaringen er at dette har betydning for deltakerne fordi de er betydningsfulle i gruppen gjennom egne tekstbidrag. Det kan knyttes opp mot Antonovskys teori om salutogenese og forståelsen for hvordan mennesker øker opplevelse av mestring, helse og velvære.

Utdrag av tekster, gjengitt med tillatelse fra de som har skrevet:

#### «Det fortalte jeg aldri til noen»

Jeg jobbet som førskolelærer sammen med en jente fra Stavanger. Det nærmet seg jul og nyttårsfeiring. Hun foreslo vi skulle sette vin i rommet hvor varmtvannsbereideren sto, og jeg var dum nok til å la meg lokke. Hadde jeg visst konsekvensene hadde jeg nok aldri vært med på det.

En morgen luktet det vinsats i hele barnehagen, og det fløt utover alt. Vill panikk... vi fortalte det aldri til noen! Vi klarte å ordne opp uten at noen merket det, og ungene ble sendt til byen den dagen for å se på juleutstillingene.

#### «Lyder om natten»

Jeg ligger og venter på at nattevakten skal komme og snu på meg – det knirker i døren til naborommet. Hun prøver å liste seg for ikke å vekke meg. Men som regel er det jeg som venter på henne. Når hun har vært der kan jeg legge meg til å sove igjen.

Det er stor forskjell på det å liste seg, og det å trampe!  
Det er stor forskjell på nattevaktene! Jeg morer meg med å ligge og gjette hvem som kommer i natt.

Den fineste lyden er musikk- så det hender jeg setter på radioen ganske svakt om natten – og koser meg med at det kanskje dukker opp gamle, gode melodier. Og de er så gode å sovne til.

#### Felles dikt: «Det vakreste jeg vet»

Det vakreste jeg vet er roser  
de dufter så godt  
Det vakreste som fins  
når barna er friske og kjekke  
det varmer morshjertet  
Det vakreste jeg vet er en nyfødt baby  
med undring i blikket;  
Hvor er jeg nå?

#### Referanser:

Kirkens Bymisjon, *Det er jeg som har skrevet det* Oslo, 2015.

Vallersnes, E S, *Å få henge som en dråpe II*, Kirkens Bymisjon, aldring og kultur, Oslo 2009.

Langeland, E, *Salutogenese- teori og praksis*, Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helse, 2011