



INSTITUTIONEN FÖR
KULTURVETENSKAPER

TRYGGA RUM FÖR OBEARBETADE ORD

En intervjustudie om kvinnor och transpersoners skrivande och läsande hälsa.

Linda Berg & Jenny Strandberg

Uppsats/Examensarbete:	15 hp
Program och/eller kurs:	Kultur, kandidat KP1600
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	Vt/2022
Handledare:	Eva Knuts
Examinator:	Susanna Rolfsdotter Eliasson

ABSTRACT

Titel: Trygga rum för obearbetade ord

Författare: Linda Berg & Jenny Strandberg

Termin och år: VT 2022

Institution: Institutionen för kulturvetenskaper

Handledare: Eva Knuts

Examinator: Susanna Rolfsdotter Eliasson

Nyckelord: Hälsöfrämjande skrivande, biblioterapi, psykisk hälsa, identitet, genus, separatistiska rum, performativitet, känsla av sammanhang

SAMMANFATTNING: The purpose of this thesis is to investigate what connections can be found between reading, writing and mental health in relationship to the segmented group of women and transgender people. With a theoretical structure based on identity construction and gender theory, this thesis analyses how writing and reading can be used as therapeutic forms of treatment. Through a qualitative study conducted with Swedish writers and participants of writing courses who struggle with mental health issues, we discuss what happens to their perceived health when they write or analyse literature in group settings. In addition, this thesis highlights how separatist rooms for women and transgender people are perceived to impact the participants sense of health, as well as their writing or reading process. A main point of our thesis is to show how performative actions such as writing and other ways of expressing oneself through literature, can be used as tools to transform one's identity and in the long run one's sense of well-being.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. INLEDNING	5
1.1 INTRODUKTION	5
1.2 BAKGRUND	5
1.3 SYFTE, FRÅGESTÄLLNINGAR OCH AVGRÄNSNINGAR	7
1.4 DISPOSITION	7
1.5 TIDIGARE FORSKNING	8
1.5.1. LÄSANDE OCH SKRIVANDE HÄLSA	8
1.5.2. KULTUR OCH HÄLSA	10
1.5.3. KULTUR OCH GENUS	12
1.6 TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER	14
1.6.1. IDENTITETSTEORIER	14
1.6.2. GENUSTEORIER OCH SEPARATISTISKA RUM	16
1.6.3. CENTRALA BEGREPP	19
1.7 MATERIAL OCH METOD	21
1.7.1. METODVAL	21
1.7.2. MATERIALET I DETTA ARBETE	22
1.8 ETISKA HÄNSYNSTAGANDEN	23
2. RESULTAT	26
2.1 HÄLSOFRÄMJANDE LÄSANDE OCH SKRIVANDE	26
2.1.1. IDENTITETSSKAPANDE LÄS- OCH SKRIVUPPLEVELSER	30
2.1.2. KRAVLÖSA LÄS- OCH SKRIVUPPLEVELSER	32
2.2 SEPARATISTISKA RUM FÖR HÄLSOFRÄMJANDE LÄSANDE OCH SKRIVANDE	35
2.2.1. ETT TRYGGT RUM	35
2.2.2. KÄNSLA AV SAMMANHANG	39
3. SLUTDISKUSSION	42
3.1 VIDARE FORSKNING	46
4. KÄLLOR, MATERIAL OCH LITTERATURLISTA	47
4.1 OTRYCKTA KÄLLOR	47
4.1.1. MUNTliga KÄLLOR	47
4.1.2. ELEKTRONISKA KÄLLOR	47
4.2 TRYCKTA KÄLLOR	47
4.3 BILAGOR	50
4.3.1. BILAGA 1. DELTAGARFÖRTECKNING	50
4.3.2. BILAGA 2. INTERVJUGUIDE	52

Jag har inte bråttom, men orden har inte tid att vänta. De behöver berätta sin saga nu och någon måste lyssna till den. Finns det någon som vill det? Jag ska hitta den personen och kommer inte vila förrän jag gjort det. Behöver nog inte vila längre ändå. Tjugo år har gått sedan sist men jag har varit en vilande skugga i trettio års tid. Nu har jag vaknat, jag behöver någon som har något att ge till mig. Jag har fått något att berätta till slut, jag har fått ord att ge bort.

1. INLEDNING

1.1 INTRODUKTION

När Virginia Woolf skrev de klassiska orden att kvinnor måste ha pengar och ett eget rum för att skriva syftade hon på att det krävs rätt förutsättningar för att skrivandet ska bli av. Traditionellt sett har kvinnor inte haft det vilket gjort att det historiskt inte finns lika mycket litteratur som beskriver kvinnors upplevelser som det finns om mäns. Men hennes essä har troligtvis gjort att fler kvinnor vågat ta sig det utrymme som de behövt för att sätta pennan mot pappret.

Därför vill jag uppmana er att skriva alla slags böcker och inte tveka inför något ämne, oavsett hur trivialt eller omfattande det är. Jag hoppas att ni på ett eller annat sätt kommer att förse er med tillräckligt mycket pengar för att kunna resa och ta det lugnt, att fundera över världens framtid eller dess förgångna, att sitta och drömma över en bok eller hänga i gathörnen och låta tankens linor sjunka djupt ner i floden. – Virginia Woolf ur *Ett eget rum*

Lite i samma anda har vår ambition med den här intervjustudien varit att undersöka vilka förutsättningar som krävs i vårt senmoderna samhälle för att skapa trygga och inspirerande rum för skrivande. Tidigt i studien kom vi i kontakt med en verksamhet som riktar sig till kvinnor och transpersoner med psykisk ohälsa, och efter det bestämde vi att dessa två segment skulle bli urvalet för vår studie. Vi har genomfört kvalitativa intervjuer med både skrivhandledare och deltagare som på olika sätt har använt sig av antingen läsande eller skrivande i terapeutiskt syfte. De har försökt hjälpa sig själva eller andra genom att sätta ord på obearbetade känslor, något som kan relateras till *den terapeutiska kulturen* (Johansson, 2010) som vi lever i idag med stort fokus på självutveckling.

Genom dessa intervjuer har vi alltså studerat hur litteratur och hälsa hänger ihop via ett identitets- och genusperspektiv. Vi har tagit med textexempel från de deltagare som vi intervjuade för att visa upp hur skrivandet kan ta sig uttryck i dessa sammanhang, men dessa har inte analyserats i arbetet utan enda syftet har varit att ge illustrerande exempel.

1.2 BAKGRUND

Den 8 november 2021 publicerade regeringen ett pressmeddelande där det tillkännagavs att Göteborg har antagits till Unescos nätverk för kreativa städer inom området litteratur

(Regeringen, 2021). Sverige har tidigare fått utnämningen för städerna Östersund och Norrköping inom områdena gastronomi och musik (Unesco, 2021). Göteborg blev därmed Sveriges första kreativa stad inom området litteratur. Via universitetet blev vi tipsade om att detta skulle kunna vara ett intressant forskningsområde, vilket vi höll med om eftersom vi redan var inne på att välja ett uppsatsämne relaterat till litteratur. För att börja utforska området läste vi ansökan som hade gjorts till Unesco. När vi läste den fastände vi specifikt för en formulering som var en del av vad staden skulle bidra med för att uppnå nätverkets mål – nämligen att utforska länkar mellan skrivande, läsande och bättre hälsa (Göteborgs stad, 2021). Med detta som bakgrund började vi själva fundera över vilka länkar som skulle kunna finnas och detta kom att ringa in vårt uppsatsämne. Vi började undersöka vilka läs- och skrivverksamheter som fanns i hälsofrämjande syfte samt vilket urval av material vi ville begränsa studien till.

För att avgränsa vår studie har vi valt att fokusera på kvinnor och transpersoner. Närmare hälften av alla kvinnor i Sverige, 49 procent, uppgav år 2020 att de hade besvär som ångest, ängslan eller oro. Bland män var andelen 33 procent. Det var dessutom nästan dubbelt så vanligt att kvinnor samma år vårdades för depression, eller fick vård för ångest- och stressyndrom, som män (Folkhälsomyndigheten, 2022). Folkhälsomyndigheten har i rapporten *Psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada bland unga transpersoner - En kvalitativ intervjustudie om riskfaktorer, skyddsfaktorer och möjliga förbättringar i samband med psykisk ohälsa* (2020) undersökt psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada bland unga transpersoner i Sverige. Rapporten består av en kvalitativ intervjustudie och är enligt de själva en av få i Sverige. De kommer i rapporten bland annat fram till att transpersoner löper en ökad risk för både psykisk ohälsa, självskada samt suicidalitet och suicid.

Att vi fastnade för det här ämnet från första början har också med vårt eget litteraturintresse att göra. Vi har båda två tidigare under utbildningens gång läst litteraturvetenskap och fann det därför intressant att utforska hur just litteratur skulle kunna verka hälsofrämjande. En av oss har dessutom själv deltagit i en kurs för läkande skrivande. När vi började leta information kring ämnet skrivande och läsande i hälsofrämjande syfte fann vi att det fanns flera olika verksamheter som arbetar med detta. Vissa med fokus för vår tänkta målgrupp, andra som verkade bredare men fortfarande hade hälsa i fokus. I intervjuerna har vi vänt oss till personer inom båda dessa grupper.

1.3 SYFTE, FRÅGESTÄLLNINGAR OCH AVGRÄNSNINGAR

Syftet med den här studien är att undersöka vilka länkar som finns mellan läsande och skrivande och psykisk hälsa, specifikt relaterat till gruppen transpersoner och kvinnor. Genom att knyta an identitets- och genusteori med vår intervjustudie försöker vi besvara följande frågor:

- Vilka hälsofrämjande effekter kan uppnås genom läsande och skrivande?
- Hur utvecklas individens identitet under och efter läs- och skrivprocesserna?
- Vad är fördelarna och nackdelarna med separatistiska rum för hälsofrämjande läs- och skrivprocesser?

Eftersom både kultur och hälsa är två breda fält har vi valt att begränsa undersökningen till ovanstående frågeställningar som kopplas an till litteraturen samt kvinnor och transpersoner, då vi ville skapa ramar för studien som kunde ge ett avgränsat och tydligt resultat. På ett geografiskt plan har vi begränsat undersökningen till Sverige med Göteborg som utgångspunkt men vi har även plockat med informanter som är verksamma i andra svenska städer. Under intervjuerna gick vi in på själva skrivandeprocessen och hur den kunde se ut för informanterna, samt vilka skrivuppgifter de använde och hur dessa var utformade för att fungera hälsofrämjande men det är inget vi analyserar vidare i studien. Istället har vi valt att fokusera på vad skrivandet kan ge för hälsofrämjande effekter på ett mer övergripande plan.

Det ska också sägas att läsandets hälsoaspekter främst syftar på just utövningen av biblioterapi, d.v.s. hur litteratur som behandlas i sådana gruppsammanhang kan påverka människors hälsa. Studien undersöker inte hur eget läsande på ett mer generellt plan skulle kunna fungera hälsofrämjande.

1.4 DISPOSITION

Till en början kommer vi att presentera de fält som vår studie innefattar, samt tidigare forskning kring dessa. Därefter presenterar vi våra teoretiska utgångspunkter, d.v.s. identitets- och genusteoretiska perspektiv. Detta följs av en definition av de centrala begrepp som behandlas i uppsatsen. I den efterföljande resultatdelen redovisas material från de intervjuer analysen grundar sig på, kopplat till teori och tidigare forskning. Denna del är uppdelad i olika underrubriker efter de tematiska kategorier som urskilts i studien. I slutdiskussionen försöker vi sedan besvara de frågeställningar som studien bygger på, med hjälp av våra teoretiska

utgångspunkter samt tidigare forskning. Slutligen presenterar vi förslag till vidare forskning.

1.5 TIDIGARE FORSKNING

De fält som vår uppsats berör är främst kultur samt hälsa. Kultur är ett brett begrepp men här syftar vi på det estetiska kulturbegreppet som innefattar de olika konstformerna, och inte det etnologiska begreppet som snarare fokuserar på människors levnadsmönster.

Världshälsoorganisationen, WHO, definierar hälsa som ett välbefinnande som ska vara fysiskt, mentalt och socialt. Det handlar alltså inte bara om frånvaro av sjukdom (Regeringen, 2008). I denna studie fokuserar vi specifikt på psykisk hälsa och välmående. Det mångvetenskapliga forskningsområdet kultur och hälsa benämns ofta som *medicinsk humaniora* eller *humanistisk hälsoforskning* (Sigurdson 2016:22).

Vi rör oss även inom genusfältet, främst med en koppling till separatistiska rum. Avsnittet *Tidigare forskning* är uppdelat i flera underrubriker för tydligare att ringa in de olika fält som studien behandlar. Vi har valt att till viss del använda oss av examensuppsatser i tidigare forskning då de ligger nära vårt ämnesval. Vi anser den också relevant eftersom den är så pass färsk.

1.5.1. LÄSANDE OCH SKRIVANDE HÄLSA

Inledningsvis presenterar vi forskning som specifikt berör skrivande och läsande kopplat till hälsa eftersom vår studie har fokus på just detta. Vi har valt att lyfta ett antal studier kring olika typer av skrivande kopplade till välmående och mental hälsa. Flera av studierna som presenteras nedan undersöker effekterna av konceptet *expressive writing*. Det är en metod som går ut på att genom specifika skrivinstruktioner skriva ner sina känslor, tankar och upplevelser som har varit betydande i livet. Detta ska i sin tur leda till ett bättre mående (Kanuts 2009:3). När vi behandlar uttrycket i nedanstående stycke har vi valt att använda det i dess originaluttryck och har alltså inte översatt begreppet till svenska.

I en studie som undersöker denna metod har personer som har diagnostiserad Major Depressive Disorder fått pröva på *expressive writing*. Studien gjordes av Krpan m.fl. och var, enligt vad de själva visste, den första som gjordes på personer som fått just denna diagnos. Studien visade att dessa personer visade signifikanta minskningar av depressionssymptom direkt efter medverkan i studien, samt att dessa kvarstod efter fyra veckors uppföljning (Krpan m.fl., 2013). I en annan studie från 2009 undersöker Denise M. Sloan, Brian A.

Feinstein, och Brian P. Marx högskolestudenter fysiska och psykiska hälsa kopplat till expressive writing. Syftet med studien var att undersöka hållbarheten med fördelarna med expressive writing. Studien gjordes över en viss tid och resultatet mättes med bestämda tidsintervaller. Resultatet från studien indikerar att deltagare som använt sig av expressive writing rapporterade ett minskat depressionstillstånd för en viss tid, vilket de menar tyder på att expressive writing kan ge en kortvarig lindring för vissa psykiska hälsobesvär. De menar att hållbarheten av hälsofördelarna inte är så långvariga, men att man då å andra sidan skulle kunna genomföra skrivsessioner med jämna mellanrum för att uppnå ett mer långvarigt resultat. Resultatet av studien visar alltså att expressive writing kan förknippas med ett fördelaktigt resultat, åtminstone på kort sikt (Sloan m.fl., 2009). I en ytterligare studie lät Debra Urken och Craig Winston LeCroy ett antal personer med psykisk ohälsa prova att med självmedkänsla skriva om hur en spenderar sin tid för att sedan se hur den psykiska hälsan och självkänslan påverkades. Deltagarna fick särskilda angivelser för hur skrivandet skulle gå till och därefter analyserades resultaten med olika tidsintervaller. Urken och LeCroy kommer fram till att deltagarna visade signifikanta förbättringar i självmedkänsla samt i fysisk och psykisk hälsa (Urken & LeCroy, 2021).

Forskning kring skrivande och läsande i terapeutiskt syfte är mer utbredd i USA och Storbritannien än i Sverige. Den amerikanske socialpsykologen James W. Pennebaker är ledande när det kommer till forskning om skrivande i relation till psykisk hälsa. I en artikel från 1997 belyser han de hälsoförbättringar som kan komma av att skriva om jobbiga eller rentav traumatiska händelser. Han visar på att även om skrivandet är smärtsamt i stunden kan det producera långsiktiga förbättringar i humör och välmående. Exempelvis visade sig studenter få förbättrade betyg och studieresultat efter en period av expressive writing (Pennebaker, 1997).

Viss forskning kring detta tema finns dock att tillgå i svensk kontext. Cecilia Pettersson har i en artikel från 2014 introducerat forskningsfältet biblioterapi i en svensk litteraturvetenskaplig kontext och ger där en tydlig överblick över just denna terapiform. Enligt Nationalencyklopedin definieras biblioterapi som ett samlingsnamn för insatser som genom läsning ska syfta till att lindra eller bota psykisk ohälsa. Syftet kan också vara att bidra till en persons mognadsutveckling eller höja dennes livskvalité (Nationalencyklopedin NE, u.å.). I artikeln ger Pettersson oss (2014) en historisk överblick över begreppet samt olika modeller som tillämpas vid den interaktiva biblioterapin. Pettersson beskriver också att det

inom forskningen har diskuterats vilken typ av litteratur som ska användas inom biblioterapi. Inom interaktiv biblioterapi används i stort sett bara skönlitteratur, och ofta vad som inom litteraturvetenskap betecknas som kvalitetslitteratur. Inom läsbiblioterapi används vanligen både skönlitteratur och självhjälpslitteratur (Pettersson 2014:59).

Slutligen diskuterar Pettersson den biblioterapeutiska läsningen och beskriver att många verksamma inom biblioterapi menar att innehållet i litteraturen ska ligga så pass nära läsaren att denne ska kunna identifiera sig med t.ex. huvudkaraktären. Pettersson problematiserar dock detta och skriver att innehållet i litteraturen som läses inte för strikt bör framhålla likheter med klientens liv eftersom det då skulle kunna medföra att det potentiella litteraturvalet för biblioterapi reduceras (Pettersson 2014:61).

1.5.2. KULTUR OCH HÄLSA

De uppdaterade folkhälsopolitiska målen från år 2002 betonar att kulturen i allra högsta grad är viktig för den svenska folkhälsan (Prop. 2002/03:35). Västra Götalandsregionen har agerat på det här genom ”att 2016 göra en riktad satsning på kultur inom vård och hälsa.” Med denna vetskap i ryggen gav religionsprofessorn Ola Sigurdson ut antologin *Kultur och hälsa i praktiken* samma år som satsningen gjordes. Antologin presenterar några av de olika kulturprojekt som genomfördes relaterat till vård och hälsa i samband med satsningen, både inom regionen och utanför (Sigurdson 2016:7). Det är inte någon specifik kulturyttring som antologin fokuserar på utan de projekt som presenteras av olika författare ger en relativt bred bild av hur kultur och hälsa kan ta sig uttryck på praktiska sätt ute i samhället. Projekten som presenteras handlar exempelvis om konstens intåg i vårdmiljöer, hur kulturen vi lever i kan påverka vilken vård patienter får inom sjukvården, hur musiklyssning kan främja hälsan, etc.

Ett av verken i antologin som verkade relevant med tanke på vår egen studie handlade om den kompletterande rehabiliteringsformen *Kultur på recept* som har börjat praktiseras runtomkring i landet på olika vårdanstalter (Drakos 2016:21). Det här konceptet skiljer sig från andra typer av rehabilitering eftersom aktiviteterna som genomförs är saker som litteratur, slöjd, sång, musik och andra typer av konstupplevelser eller skapande. Ofta äger aktiviteterna dessutom rum på offentliga platser så som bibliotek eller muséer utanför vården (Drakos 2016:28). Författaren Georg Drakos poängterar att en av rehabiliteringsformens styrkor verkar ligga just i det både fysiska och psykologiska avståndet från själva vården, d.v.s. att aktiviteterna som genomförs är sådana som potentiellt kan ingå i patienternas vanliga

liv och där deltagarna får ta till vara på sina egna resurser frångående sin sjukdomsidentitet (Drakos 2016:22).

Tomas Axelson skriver i samma antologi om människor som använder film för att hantera existentiell ångest och genom kvalitativa intervjuer undersöker han varför en del unga människor vänder sig till samma konstnärliga verk om och om igen för att återuppleva och bearbeta sina känslor (Axelsson 2016:247). Han lyfter fram en ung filmtittare som använt filmen *Apocalypse Now* (Francis Ford Coppola, 1979) som en slags självterapi och tolkningsram för att förstå livet. Han kommer fram till att en av de viktigaste aspekterna som gör att människor söker sig till filmiska verk på det här viset är på grund av att filmen har en självreflexiv dimension och på olika sätt kan ge perspektiv på och spegla det egna jaget (Axelsson 2016:252).

Vi har också valt att lyfta ett par studier som specifikt behandlar en särskild konstform kopplat till hälsa. Astrid Carling och Emma Lindahl har i kandidatuppsatsen *Musik för hälsa – En intervjustudie om hur musikterapi upplevs och uppfattas ur ett individperspektiv* undersökt hur individer som anser sig ha använt sig av musik i terapeutiskt syfte har upplevt att musiken har påverkat deras hälsa. Studien har också ett fokus på att undersöka hur musiken bidrar till samhörighet med andra. Författarna drar slutsatser som att studiens informanter har använt sig av musik som ett sätt att läka och organisera vardagen och att samtliga informanter uppfattar att musiken har hjälpt dem att förbättra deras hälsa (Carling & Lindahl 2020:45). Informanterna har beskrivit att de har använt musik som en verklighetsflykt, där individens problem kan stängas ute för en stund. Musiken blir som en frizon som hjälper till att se sin egen livsvärld utifrån och på så vis hjälper dem att kunna blunda för den en stund (Carling & Lindahl 2020:46). De beskriver också att musiken har en inverkan på känslöhormoner som påverkar känslan av gemenskap i motsats till ensamhet (Carling & Lindahl 2020:48).

Inger Öster har i sin avhandling *Bildterapi vid bröstcancer: Kvinnors berättelser i ord och bild* (2007) forskat kring hur kvinnor som blir diagnostiserade med bröstcancer kan få stöd genom bildterapi. Genom intervjuer, dagböcker, bildterapiprocesser samt självskattningsinstrument undersöker hon, ur ett genusvetenskapligt och diskurspsykologiskt perspektiv, hur kvinnor upplever bildterapi samt hur den påverkar deras livskvalitet. Med bildterapi menas behandling som sker genom bildskapande aktiviteter, tillsammans med reflekterande samtal, där bilden fungerar som både kommunikations- och uttrycksmedel (Öster 2007:9). Öster kommer bland annat fram till att kvinnorna som deltog i studien kunde

använda bildterapi som ett verktyg för att legitimera sina erfarenheter och upplevelser och därmed få hjälp att lyfta fram sina egna behov. Bildterapi gav kvinnorna möjlighet till alternativa subjektpositioner och bibehållet tolkningsföreträde som vidare hjälpte dem att uttrycka aktuella känslor och behov. Den blev på så sätt ett verktyg för att värna om och stärka sina avgränsningar. Kvinnorna kunde på så sätt bland annat arbeta med framtidsperspektiv, utmana dominerande diskurser och reagera mot gränskränkningar de upplevde fanns (Öster 2007:37 – 38).

1.5.3. KULTUR OCH GENUS

Cajsa Wallin (2015) har i sin examensuppsats *Separatism som strategi för utökat handlingsutrymme? En kvalitativ studie om det kvinnoseparatistiska musikrummets potential och paradoxer* behandlat om och i så fall hur kvinnors separatistiska musikrum kan skapa ett utökat handlingsutrymme för kvinnliga musiker. Hon har tagit sig an studien genom att intervjua arrangörer och tidigare deltagare vid organisationerna Popkollo samt Femtastic. I sin studie kommer hon fram till att huvudorsaken till att kvinnor väljer just separatistiska rum för musik är en längtan efter att få ta plats och att få vara sig själva (Wallin 2015:2). Wallin (2015:20) skriver att informanterna på olika sätt har uttryckt att manlig närvaro kan hindra kvinnors musikaliska utveckling och att det separatistiska rummet kan upplevas som en frizon. Studien visar också att det kvinnoseparatistiska rummet inte bara präglas av potential, utan också av motsägelser eftersom rummet både möjliggör att kvinnor får ta mer plats samtidigt som informanterna uttrycker en osäkerhet kring hur, och av vem, platsen ska tas. Några av informanterna menar t.ex. att det från början bara finns plats för ett fåtal kvinnor i musikbranschen och att det då kan uppstå ett dilemma kring vem som ska få ta just de platserna (Wallin 2015:29). Wallin kommer i sin slutsats bland annat fram till att det kvinnoseparatistiska rummet beskrivs som ett rum att växa i, men att det samtidigt finns en rädsla kring att från utsidan könskodas ännu mer. Det vill säga att det separatistiska rummet både kan ses som att det skyddar men också att det begränsar (Wallin 2015:33).

Ytterligare en examensuppsats som vi ansåg relevant var *En killes ord kan pressa en själ – En studie om systerskap och separatism i socialt arbete*, skriven av Ina Kaurin och Martina Nyström år 2017. Uppsatsen behandlar hur fenomenet systerskap och separatistiska rum används inom en verksamhet för socialt arbete med ungdomar. Genom att intervjua ledare och deltagare kommer författarna bland annat fram till att tryggheten i det

separatistiska rummet ses som en stor fördel. Studiens informanter uppger att de finner en trygghet i att kunna ta plats och få den uppmärksamhet som killar annars ofta får. Informanterna förmedlar också att det yttrar sig ett systerskap genom starka vänskapsrelationer samt att rummet verkar främjande för ett öppet samtalsklimat. Författarna lyfter dock fram att de har märkt hur nya maktordningar framkommit när killar inte finns närvarande i rummet. De tydliggör att tjejer inte är en homogen grupp och att det därför även i det separatistiska rummet finns ordningar av makt. Maktordningarna, menar de, kommer från den verklighet och det patriarkat som finns utanför verksamheten och följer med in i rummet. Som exempel anger de att män sexualiserar kvinnor och att kvinnor då vidare sexualiserar varandra, bland annat genom termer kring skönhet (Kaurin & Nyström 2017:45).

Kristin Henningsson (1998) har i en artikel i *Kunskap, Könroller, Solmisation* skrivit om hur undervisning kopplat till könroller kan upplevas och gå till. Hon skriver bland annat att pojkar oftast hörs och rör sig mer i ett rum och således automatiskt får mer uppmärksamhet. Vidare skriver hon om detta kopplat till musikundervisning (Henningsson 1998:29). I denna undervisning menar hon att detta kan bli extra påtagligt med tanke på att det finns möjligheter just där för de som vill höras att höras ännu mer, eftersom det finns instrument att använda sig av. Hon menar att här behöver lärarna lösa problemen att ge båda könen lika mycket uppmärksamhet samt att skapa ett klimat som gör att alla vågar testa på saker de tror att de inte behärskar (Henningsson 1998:29). Hon presenterar en rad argument som hon menar är vanliga *för* och *mot* undervisning i könsblandade grupper. Hon skriver att argumenten *mot* undervisning i könsblandade grupper ofta handlar om att pojkar ofta får mer uppmärksamhet än flickor i gruppen samt att flickor ofta hindras i sin utveckling eftersom de tvingas ta på sig en disciplinupprätthållande funktion (Henningsson 1998:30). Argumenten *för* menar hon handlar om att det blir en mer kreativ atmosfär när båda könen närvarar och att pojkarna oftast fungerar sämre när flickorna inte är närvarande i klassrummet (Henningsson 1998:31). Hon ställer sig dock emot argumentet att pojkarna skulle fungera sämre när flickorna inte är närvarande i rummet. Hon beskriver att hon själv har undervisat i musik och upplever att pojkarna känner mindre prestige när inte flickorna närvarar och att undervisningen med enbart pojkar visst fungerar bra. Hon tar även upp att det dock skulle kunna finnas en problematik kring att könsseparera undervisningen eftersom det skulle kunna leda till att könrollerna förstärks (Henningsson 1998:31).

I uppsatsen *Genusperspektiv i klassrummet - En studie kring gymnasieelevers*

erfarenheter om jämställdhet i klassrummet från 2018 undersöker Carl Oscar Lorin gymnasieelevers upplevelser av hur de bemöts av lärare utifrån kön. Genom intervjuer har han skapat sig en bild av elevernas upplevda jämställdhetsbild. Både pojkarna och flickorna som deltog var alla överens om att ingen bör särbehandlas på grund av sitt kön. Ansvar för detta, menade de, ligger främst hos läraren men också hos de andra eleverna (Lorin 2018:17). Dock upplevde deltagarna att detta inte alltid var den verklighet de befann sig i. Lorin (2018:22 – 23) undersöker bland annat hur eleverna upplever taltiden i klassrummet. Här skiljer det sig åt mellan könen, då pojkarna upplever att det råder en rättvis fördelning av taltiden medan flickorna upplever att fördelningen inte alltid är rättvis. Pojkarna ansåg till stor del att läraren gav taltiden till den som räckte upp handen (Lorin 2018:22) medan flickorna upplevde att pojkarna ibland kunde skrika ut svaren rakt i klassrummet och därmed tog mer utrymme (Lorin 2018:23). Lorin skriver att undersökningar pekar på att pojkar har 70 procent av taltiden i ett klassrum. I Lorins egen studie berättade framförallt flickorna som gick yrkesprogram att de upplevde att pojkarna inom programmet tillhörde normen, och därmed ansågs vara det rätta könet för programmet, vilket ledde till att flickorna kände att de inte passade in (Lorin 2018:28).

1.6 TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER

Identitet och genus är de två främsta teoretiska utgångspunkterna för den här studien, där genus till viss del kan ses som en förlängning av det identitetsteoretiska perspektivet. När vi pratar om identitet relaterar vi även det till psykisk hälsa och presenterar några begrepp som handlar om just detta.

1.6.1. IDENTITETSTEORIER

Nils Hammarén är doktor i socialt arbete och verksam lektor och forskare vid institutionen för socialt arbete vid Göteborgs universitet. Han har tillsammans med Thomas Johansson, professor i socialpsykologi och verksam lektor för institutionen för kulturvetenskaper vid Göteborgs universitet, författat boken *Identitet* där de diskuterar just detta begrepp (Hammarén & Johansson, 2009). Identitet handlar om kollektiv tillhörighet, gemenskap och emotionella laddningar (Hammarén & Johansson 2009:41). Identitetsbegreppet innefattar alltså flera olika perspektiv. Vi identifierar människor utifrån konkreta saker som stil, yrkestillhörighet och smak, men också utifrån mer abstrakta faktorer (Hammarén &

Johansson 2009:38). Genom kollektiva tillhörigheter och identifikationer som vi delar med andra menar de att identiteten kopplar upp oss på samhället (Hammarén & Johansson 2009:41). I studien relaterar vi det här till skriv- och lässammanhangen som våra informanter deltar i och hur dessa kan skapa en slags kollektiv tillhörighet, och där de även får en plats att utforska sin könsidentitet. Kollektiva identiteter kan vara mycket betydande och ibland ställa sig framför de andra identitetsmarkörerna (Hammarén & Johansson 2009:39). De kollektiva identitetsmarkörerna uppbyggs av att man inom en gemenskap har liknande tankar, erfarenheter och mål (Hammarén & Johansson 2009:40). Det finns de som menar att identitet grundar sig i att upptäcka olikheter, vilket Hammarén & Johansson problematiserar. De menar att det finns en risk att det vid ett sådant synsätt uppstår dikotomier. Om vi identifierar oss (eller andra) genom att definiera olikheter riskerar vi att hamna i ett stereotypiskt och kategoriskt synsätt som leder till ett slags vi och dem, mellan t.ex. manligt och kvinnligt (Hammarén & Johansson 2009:42).

Anna Johansson (2010), etnolog verksam vid Umeå universitet, har i sin doktorsavhandling *Självskada: En etnologisk studie av mening och identitet i berättelser om skärande* skrivit om psykisk ohälsa och självskadebeteende utifrån ett identitetsperspektiv. Den har därmed varit relevant som teoretisk utgångspunkt i vår studie. Johansson (2010:133) skriver att det i dagens samhälle finns en hel del föreställningar om den hälsofrämjande aspekten av att dela med sig och prata om det man känner, och hon menar att det här kan ses som en del i en så kallad *terapeutisk kultur*. Denna terapeutiska kultur kan sammanfattas av tendenser i samhället som populariserar psykologisk kunskap och förespråkar ett fokus på människors inre jag i syfte att förändra jaget och må bättre. Vidare tar hon upp att det finns många författare som med kritiska ögon har analyserat dessa tendenser. Johansson hänvisar exempelvis till Frank Freudi, som pekar på att ett terapeutiskt imperativ i samhället kan leda till att människor ser sig själva som ömtåliga offer (2010:133). Hon hänvisar även till Anthony Giddens som belyser den ökade vikten av självreflexivitet i dagens postmoderna samhälle, vilket han menar är en följd av att vi idag har så många valmöjligheter och en ökad frihet (Johansson 2010:134). Individens identitet blir enligt Giddens ett oavslutat projekt som vi själva ständigt måste reflektera kring och omskapa för att anpassa oss till samhället.

Johansson (2010:134) refererar även till Deborah Lupton som menar att det idag finns en ledande diskursiv idé om att våra känslor är förenade med en autentisk subjektivitet och att dessa kan ses som kärnan i en person. Enligt den här idén ses identitet som ”en relativt stabil

inre essens” och med hjälp av språket och orden kan var och en av oss hitta fram till sitt rätta, äkta jag genom introspektion. I sin studie menar Johansson att *pratet* om känslor kan göra att sanningen om det egna jaget framträder, men i våran studie menar vi att detta även kan appliceras på *skrivandet*, vilket är ett annat sätt att använda orden på. Johansson (2010:138) tar även upp hur Lupton beskriver att känslor är något vi i dagens senmoderna samhälle bör kunna arbeta med och förändra till det bättre, liksom hur våra identiteter idag också blivit till projekt i kontinuerlig förändring.

Vi har i vår studie även ett genusvetenskapligt perspektiv som vi redogör för här nedan. Kön och identitet kopplas ofta samman och våra teoretiska utgångspunkter går som tidigare nämnt på så vis in i varandra.

1.6.2. GENUSTEORIER OCH SEPARATISTISKA RUM

I vår studie har vi till stor del förhållit oss till ett poststrukturalistiskt genusteoretiskt perspektiv. Gabriella Nilsson skriver att det genusteoretiska fältets framväxt skedde parallellt med poststrukturalismens genomslag inom det kulturteoretiska området. Kännetecknande för poststrukturalismen är ett fokus på ett språkligt perspektiv där språkets innebörd för vår verklighetsuppfattning ses som central (Nilsson 2017:181). Här finns en tydlig koppling till vår studie eftersom den handlar om litteratur och skrivande. Det språkliga fokuset, tillsammans med de likheter som finns mellan genusteorin och poststrukturalismen gällande att problematisera det vi tar för givet och vad som anses som det normala, har gjort att poststrukturalismen har varit betydande inom genusteorin (Nilsson 2018:181).

På ett övergripande plan beskrivs det genusteoretiska fältet som att dess uppgift inte är att studera *kvinnor* specifikt utan snarare genus mer generellt, med syfte att synliggöra kön och dess betydelse i olika sammanhang. Fältet uppstod dock från början som en reaktion gentemot könsmaktsordningen inom vetenskapsvärlden, där männen dominerade, och dess teoretiska perspektiv är nära sammanbundna med kvinnorörelsens arbete för ökad jämställdhet i samhället. *Makt* blir därför en självklar del av att studera genusfrågor, samt den inneboende viljan att förändra dess strukturer (Nilsson 2017:175). Det här är en utgångspunkt som influerat vår studie eftersom vi haft med oss det här perspektivet och denna förståelse in i intervjuerna och i studien. Vidare kännetecknas dagens genusteori av ett konstruktivistiskt synsätt, d.v.s. att kön ses som något som kontinuerligt skapas och återskapas i vår kultur snarare än som något människor har eller som är biologiskt format (Nilsson 2017:176). En

viktig distinktion relaterat till detta är skillnaden mellan begreppen *kön* och *genus*, där ordet *kön* brukar få representera det biologiska könet och *genus* står för det som är kulturellt konstruerat. Genusbegreppet började spridas under slutet av 1970-talet och dess introduktion motverkade den biologiska determinism som var dominerande vid tidpunkten, där distinktionen mellan män och kvinnor uteslutande ansågs härstamma från våra kroppsliga skillnader. Det här gjorde i sin tur att en konstruktivistisk syn på kön blev desto mer framträdande och det skapade större utrymme för förändring (Nilsson 2017:179). En del menade dock att effekten blev motsatt då konstruktivismen belyste att vissa könsskillnader trots allt var biologiska (Nilsson 2017:180). Judith Butler är till exempel känd för att ha avfärdat den teoretiska uppdelningen mellan kön och genus. Butler är en amerikansk filosof och hon har i sin forskning berört feministisk teori, queerteori samt sexualitetsstudier (Nationalencyklopedin NE, u.å.). I begreppsdiskussionen menade hon att kroppen och dess genus är oskiljaktiga, och att det i princip är omöjligt att få grepp om vad genus är utan ”vår (könade) förförståelse” (Nilsson 2017:180). Hur begreppen bör användas är alltså omdebatterat och det finns inget entydigt svar inom fältet, därför har vi i vår studie växelvis använt oss av både begreppen *kön* och *genus*.

Vidare menar Butler att individers könsidentiteter skapas och upprätthålls genom *performativa* handlingar, vilket vi tydligare definierar i kapitel 1.6.3. Det här diskuterar hon i *Gender Trouble Feminism and the Subversion of Identity* där hon menar att de personer som upprätthåller ett samband mellan kön, genus, begär och sexuell praxis är de kön ses som möjliga att förstå. Personer som misslyckas med att anpassa sig till dessa normer för kulturell förståelse ifrågasätts som personer. Hon menar att uppfattningen om att det kan finnas en sanning om kön skapas genom att det produceras identiteter utifrån den mall för sammanhängande könsnormer som finns. Hon kopplar detta till en heterosexualisering av begär som hon menar skapar motsättningar mellan *kvinnligt* och *manligt* (Butler 1999:23). Förlusten av könsnormer skulle få effekten att den materiella identiteten skulle göras mindre stabil och bilden av att det finns en naturlig heterosexualitet kopplad till kön berövas då. Som effekterna av en subtil och politisk performativitet är kön en handling som är öppen för splittringar (Butler 1999:187). Identitetskategorier så som kön kan som vi tidigare varit inne på ses som något som hela tiden skapas och återskapas genom performativa handlingar och det här synsättet tillåter därmed även skapandet av asymmetriska könskonstruktioner. Detta perspektiv möjliggör exempelvis att ett feminint genus kan bindas samman med ett maskulint

kön (Nilsson 2017:184). De här idéerna är ledande kopplat till queerteori och transsexualitet som vi kommer in på mer längre fram.

I Sverige framställs Judith Butler som en av grundarna för queerteori (Svensson 2017:324). Ingeborg Svensson (2017:323) beskriver att queerteori precis som genusteori är tätt sammankopplat med poststrukturalismen genom utgångspunkten att hur vi tolkar språkliga betydelser är kontextuella, relationella och processuella. Detta innebär att det finns en idé om att sakers betydelser uppstår genom särskilda situationer och historiska sammanhang. Queerteorin ställer sig alltså emot att det skulle finnas betydelser som är fasta och förutbestämda, utan allt handlar om tolkning. Idag har queerforskning framförallt en intersektionalistiskt ingång där den undersöker hur kön och sexualitet inte bara konstrueras genom varandra utan även i relation till t.ex. klass och etnicitet (Svensson 2017:338). Ett begrepp som tar avstamp i queerteori är queerfeminism. Fanny Ambjörnsson, fil.dr. i socialantropologi, docent i genusvetenskap samt forskare och lärare för genusvetenskap vid Stockholms universitet, ger oss i boken *Vad är queer?* en överblick över detta begrepp. Sedan *Queerfeministisk agenda* av Tiina Rosenberg kom ut år 2002 har begreppet queerfeminism blivit vedertaget i såväl aktivistiska som offentliga sammanhang. En av sakerna som utmärker just queerfeminismen är att den har ett annat synsätt på kön, utan en tydlig uppdelning mellan man och kvinna. I sin aktivism har den en inriktning mot inkludering. Den innefattar också den flytande och obestämda synen på identitet som förknippas med queerbegreppet. Eftersom queerfeminismen vill synliggöra personer som lever bortanför genus- och sexualitetsnormen har den på så vis blivit ett bra alternativ för den som inte känner sig hemma i den traditionella feministiska rörelsen. Ambjörnsson ger oss som exempel på en betydande queerfeministisk manifestation en beskrivning av *Queerfeministisk marsch*, som ägde rum i Stockholm år 2003. Ett antal aktörer, så som klubbar, föreningar och nätverk marscherade tillsammans med budskapet att skapa en jämlik könsmaktsordning, både i majoritetssamhället och inom homovärlden. Med marschen ville de bland annat ta ställning för rätten att få röra sig fritt på gatorna och att synliggöra sina familjekonstellationer (Ambjörnsson 2016:151).

Ambjörnsson menar att det finns en koppling mellan queeraktivism och kulturutövning. Hon ger exempel som handlar om att genom konstnärliga uttrycksmedel få fram sitt budskap. Det kan t.ex. vara bokförlag som startats upp med en normkritisk ingång eller queera teatrar. Hon skriver även att poetry slam på senare tid har växt sig stort inom queerkulturen. Det finns också många klubbar som fungerar som en arena för queera uttrycksformer, där musiken har

en betydande roll (2016:147 – 148).

1.6.3. CENTRALA BEGREPP

Hälsofrämjande

I studien använder vi återkommande begreppet *hälsofrämjande* kopplat till de läs- och skrivupplevelser som vi diskuterar. Det här ordet menar vi sammanfattar de effekter som dessa upplevelser förväntas ge. Folkhälsomyndigheten (2022, 4 mars) skriver på sin hemsida att hälsofrämjande arbete handlar om att ”bibehålla människors fysiska, psykiska och sociala välbefinnande.” I vår studie syftar vi främst på människors psykiska välbefinnande när vi använder begreppet, men dessa tre faktorer menar vi även har en tendens att tangera varandra. Vidare syftar ett hälsofrämjande arbete till att stärka individers tilltro gentemot sig själva och därigenom skapa ökad kontroll över den egna hälsan (Folkhälsomyndigheten, 2022).

Dåligmående

Anna Johansson (2010:116) skriver i sin avhandling om hur *dåligmående* kan bli något mer än bara en sinnesstämning – det kan förvandlas till något som människor identifierar sig med. Att *må dåligt* menar hon är ett mångtydigt uttryck som kan användas för att övergripande beskriva olika former av negativa känslor eller upplevelser, men det kan även innefatta psykiatriska diagnoser. Just vagheten i begreppet menar hon är det som möjliggör att många identifierar sig med det. I vår studie använder vi uttrycket *dåligmående* i kontrast till *bramående* för att beskriva den process som läs- och skrivdeltagarna genomgår när de jobbar med sig själva i dessa sammanhang. Under intervjuerna uppfattade vi det som att många av deltagarna identifierade sig med ett generellt tillstånd av att må dåligt och därför fann vi begreppet användbart.

Trans

Trans är ett samlingsbegrepp för personer som, tidvis eller aldrig, identifierar sig med eller har samma könsuttryck som denne fick registrerad vid sin födsel. Begreppet har inte med sexuell orientering att göra utan handlar enbart om könsuttryck och könsidentitet. Som transperson kan en alltså vara t.ex. heterosexuell, homosexuell, bisexuell eller något annat. Personer som identifierar sig med och/eller har överensstämmande könsuttryck som denne fick registrerad vid födseln kallas för *cisperson*. Gruppen transpersoner definieras som en minoritetsgrupp genom ett könsöverskridande beteende och kan därmed utsättas för

minoritetsstress. Faktorerna för minoritetsstress finns på fler nivåer; samhällsstrukturella, sociala mellanmännsliga och på individnivå. Det kan handla om att en som transperson blir diskriminerad på grund av lagar eller om att inte bli sedd och bekräftad i enlighet med ens könsidentitet. Det kan, på en individnivå, handla om rädslor för att avvisas, diskrimineras eller utsättas för våld (Folkhälsomyndigheten, 2020).

Queer

Relaterat till begreppet trans finns det även en poäng med att definiera vad *queer* är eftersom dessa uttryck är tätt sammanlänkade. Queer är ett mångtydigt begrepp och det används på flera olika sätt. Det kan användas som en benämning på personer som faller utanför normen, det används ibland också som ett paraplybegrepp för gruppen lesbiska, homo, bisexuella och transpersoner. I vissa fall används det också för att beskriva något som anses knäppt eller avvikande. Det centrala i alla sätt att använda begreppet på är att det på ett eller annat sätt belyser ett kritiskt förhållningssätt till normer (Ambjörnsson 2016:15).

Separatistiska rum

Ordet *separatism* kan definieras som en strävan efter separation av vissa grupper. Det kan röra sig om att en grupp vill separera sig från större människomassor på grund av t.ex. kön, etnicitet eller religion (Lexico, 2022). Ett separatistiskt rum innebär en plats som är avsedd för en särskild grupp av människor, där människor som faller utanför denna gruppstillhörighet inte har tillträde till platsen (Kaurin & Nyström 2017). I vår studie använder vi begreppet för att beskriva de separatistiska rum som används för transpersoner och kvinnor i syfte att använda läsande eller skrivande för att nå hälsofrämjande mål.

Performativitet

Begreppet *performativitet* syftar på hur vår syn på omvärlden formas, och i förlängningen även våra identiteter, till stor del beror på handlingar som upprepas och befäster dessa. Främst har begreppet kommit att förknippas med hur kön görs (Nilsson 2017:184). I vår studie använder vi dock även begreppet kopplat till hur våra identiteter skapas på ett övergripande plan. Fanny Ambjörnsson (2016) skriver att uttrycket myntades av språkfilosofen J.L. Austin och hon sammanlänkar det med ett språkligt perspektiv och menar att hur vi uppfattar omvärlden beror mycket på de ord vi uttalar. Det är alltså inte så att språket endast avspeglar verkligheten, utan enligt denna idé skapas vår bild av verkligheten genom orden. Ett exempel

är när ett barn föds och könet direkt uttalas, vilket kan ses som en performativ handling, och därmed införlivas barnet direkt i föreställningar om vad det innebär att vara just detta kön (Ambjörnsson 2016:112).

1.7 MATERIAL OCH METOD

1.7.1. METODVAL

För att få svar på denna studies syfte och frågeställningar valde vi att använda intervjuer som metod. Genom intervjuer går det att få en mångsidig bild av intervjupersonens livsvärld som gör att dennes agerande synliggörs och blir förståbart. (Rennstam & Wästerfors 2015:104) Det var av vikt för oss att få en inblick i hur både personer som arbetar med skrivande kan se att skrivande, hälsa samt genus hänger ihop, men också att få en inblick i hur personer som har använt skrivande i hälsosyfte upplever att det hänger samman. Vi ansåg att intervjuer med personal eller ledare inom skrivverksamheter skulle kunna ge ett bredare perspektiv där vissa mönster och generella slutsatser skulle kunna dras, medan det vid intervjuer med deltagare skulle kunna ge oss en mer individbaserad förståelse. Vi ansåg det viktigt att komma på djupet för att få en förståelse kring studiens syfte och att t.ex. en enkät inte hade gett oss samma djupa förståelse.

Innan intervjuerna genomfördes utformades en intervjuguide som anpassades efter om det var ledare eller deltagare vid skrivverksamheter som skulle intervjuas (se intervjuguide i bilaga 4.3.2. *Bilaga 2. Intervjuguide*). Intervjuguiden delades upp i två teman, ett som handlade om hälsoperspektivet och ett som handlade om genusperspektivet. Inledningsvis lät vi också våra informanter ge en bakgrund genom att berätta om sig själva och den verksamhet de bedriver eller har deltagit i. Vi hade också med några frågor som handlade om Unescos utmärkelse av Göteborg till Litteraturstad, eftersom vi inledningsvis hade tänkt fokusera på detta. Dessa frågor vidrördes dock bara lätt vid vissa av intervjuerna som utfördes inledningsvis. Intervjuguiden som vände sig till personal hade frågor som riktade in sig på själva verksamheten samt upplevelser kring deltagare i denna, men hade även utrymme för personliga erfarenheter kopplade till ämnet. Intervjuguiden som riktade sig till deltagare fokuserade på egna erfarenheter kopplade till ämnet. Vi valde att använda oss av halvstrukturerade intervjuer i förhoppning om att få ett så öppet samtal som möjligt, där intervjuguiden snarare användes som ett stöd under intervjuerna.

I det inledande stadiet av vår studie fanns en idé om att fokusera på Göteborg som urvalsområde för att kunna koppla studien till Unescos utmärkelse av Göteborg till Litteraturstad. Vartefter tiden gick blev vi dock mer och mer intresserade av att istället fokusera på genus- och hälsoperspektivet och insåg att det skulle vara mer intressant för studien att bredda vårt urvalsområde till hela Sverige. För att få fatt på intervjupersoner kontaktade vi en större litteraturförening som tipsade oss om olika litteraturverksamheter som stämde överens med vårt tänka urval. Vi sökte även på nätet för att hittade ytterligare verksamheter. Verksamheterna skiftar i storlek från att ha flertalet personer anställda till verksamheter som bedrivs av en enskild person. De tänka intervjupersonerna kontaktades via mail och förfrågades om de själva, eller om deltagare i deras verksamhet, ville vara med i vår studie. För att nå ytterligare personer som deltagit i organiserade skrivverksamheter ställde vi frågan i två slutna Facebookgrupper som riktar sig till kvinnor och queerpå personer.

Som komplement till intervjuerna kan vi se att vi med fördel hade kunnat använda oss av observation som metod. För att bredda vårt material ytterligare hade det med stor sannolikhet varit intressant att närvara vid skrivarkurser och liknande. Men det här föll tyvärr utanför tidsramen för vår studie. Det hade även gynnat bredden av vårt material att ha fler intervjuer med just skrivdeltagare och framförallt med fler transpersoner.

Som arbetsredskap har vi använt oss av Google-dokument som vi har delat med varandra för att kunna arbeta i samma dokument. Här har arbetsplaneringar, fältanteckningar, läsmaterial och annat samlats under projektets gång.

1.7.2. MATERIALET I DETTA ARBETE

Efter vår förfrågan till tänkta informanter landade vi i sex intervjuer, varav två stycken genomfördes vid ett fysiskt möte, två stycken via telefon samt två stycken digitalt. Intervjuerna varade mellan 30 och 60 minuter. För att följa individskyddskravet (Kaijser & Öhlander 2011:80) samt för att främja öppenhet i svaren har informanterna givits anonymitet och fingerade namn:

Lena, personal vid en kreativ verksamhet som riktar sig mot kvinnor och transpersoner med psykisk ohälsa.

Malin, personal kreativ verksamhet för kvinnor med psykisk ohälsa.

Alice, driver egna skrivarkurser med fokus på hälsofrämjande skrivande.

Linnéa, terapeutisk skrivpedagog med fokus på läkande skrivande.

Theo, skrivdeltagare.

Cornelia, skrivdeltagare.

För ytterligare beskrivning av deltagarna, se bilaga: 4.3.1. *Bilaga 1. Deltagarförteckning.*

Vi har plockat fler citat från vissa av informanterna eftersom materialet har varit fylligare i vissa fall. Vi vill dock poängtera att alla informanternas medverkan har varit värdefull för studien. Intervjuerna spelades in, efter informanternas godkännande, och transkriberades därefter. Vid transkriberingen utlämnades upprepande ord och utfyllnadsord som vi ansåg var av mindre betydelse för undersökningsmaterialet. I resultatdelen har citaten från våra informanter redigerats för läsbarhetens skull.

Vid sortering av materialet gjorde vi en kategorisk reducering för att hitta återkommande teman i materialet som vi ansåg var relevanta för syftet med studien. (Rennstam & Wästerfors 2015:104). Temana analyserades sedan med hjälp av de teoretiska utgångspunkter samt den tidigare forskning vi har för studien.

1.8 ETISKA HÄNSYNSTAGANDEN

Vi har i våra etiska hänsynstaganden har vi utgått från Vetenskapsrådets riktlinjer gällande individskyddskravet som finns i *Forskningsetiska principer – Inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning* (2002). Individskyddskravet innefattar fyra allmänna huvudkrav på forskningen: Informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informanterna har enligt informationskravet delgivits metod för, och syfte med, vår studie. Vid den första kontakten vi tog förklarade vi kortfattat vårt syfte och vid själva intervjuerna gav vi ytterligare information kring detta. En av informanterna önskade få intervjufrågorna i förväg, vilket hon då fick. Hur och om detta påverkade intervjuens utfall är oklart. Vi har dock tagit i beaktande att detta gav informanten tillfälle att väga, och fundera över, sina svar på ett annat sätt än de andra informanterna. Enligt samtyckeskravet försäkrade vi oss om att vi hade informanternas samtycke till deras deltagande i studien. De fick skriftligt, via den första mailkontakten, veta att deras deltagande var frivilligt samt att de närsomhelst har rätt att dra sig ur studien. Innan vi startade intervjuerna påminde vi om detta. Vi förklarade även att om de skulle välja att dra sig ur studien skulle det inte få några negativa följder och vi skulle inte försöka påverka deras beslut. Vi förklarade att vi heller inte skulle

använda det material de hade gett oss innan de valde att dra sig ur.

Enligt konfidentialitetskravet har informanterna anonymiserats och givits ett annat namn i uppsatsen. Även detta meddelade vi våra informanter, både vid den första kontakten samt vid själva intervjutillfället. Enligt nyttjandekravet informerade vi om att det insamlade materialet skulle förvaras säkert av oss samt att det endast skulle användas till studiens utlovade syfte.

I ett fältarbete är forskaren själv alltid en utav aktörerna i själva arbetet. Redan när forskaren börjar föra fältanteckningar görs en tolkning genom forskaren själv. Det kan handla om hur forskaren tolkar vad en person säger eller hur en situation ter sig. Forskaren behöver dock vara en av aktörerna för att ett undersökningsmaterial ska kunna uppstå. Det är genom forskarens samverkan med de övriga aktörerna i fältarbetet som materialet uppstår (Kaijser & Öhlander, 2011:65).

I uppsatsen har vi infogat texter som deltagarna i vår studie har skrivit. Dessa finns med som illustrerande exempel på hur skrivandet kan ta sig uttryck. Av hänsyn till deltagarna har vi valt att låta författarna för dessa vara anonyma, för att undvika att göra det spårbart vem som har skrivit vilken text. Vi valde även att låta dessa vara anonyma för att de inte ska ses som en del av materialet som analyseras i uppsatsen.

Under studiens gång har vi reflekterat kring vår egen roll i arbetet. Vi är medvetna om att studiens fält skulle kunna upplevas som personliga och känsliga ämnen. Genom att, så gott vi har kunnat, informerat informanterna om varför vi valde detta ämne har vi försökt att hitta ett förtroende som skulle leda till så öppna samtal som möjligt. Vi har ansett det viktigt att ta i beaktande att vårt eget intresse för litteratur kan påverka hur studien ter sig. Vi har även ett intresse för genusperspektivet och det har varit viktigt att förhålla sig så reflexivt som möjligt, för att inte ställa ledande frågor eller påverka informanternas berättelse.

Till god forskarsed hör att testa alternativa tolkningar av materialet samt att redovisa resultatet på ett ärligt vis. Det är av vikt att inte försöka få resultatet att passa in i redan tänkta förväntningar (Kaijser & Öhlander, 2011:80). Med detta i åtanke har vi under studiens gång försökt granska materialet så reflexivt som möjligt.

*Hon som aldrig fick sonen hon önskat sig bor tre trappor upp. Mittemot
bor mannen som vet varför jorden är platt och precis över mig bor de
som ber till Gud om att aldrig bli lämnade av varandra. Från mitt
köksfönster kan jag se rakt in till kvinnan som tyst ber till de som
aldrig verkar höra henne om att våga lämna honom varje natt. Nästa
natt sover han bredvid henne igen, nästa natt är en evighet och
evigheten består av nätter. De är alla människor jag inte har mött,
jag har bara sett dem. De har inte sett mig.*

2. RESULTAT

Nedan följer en presentation av de teman som efter sortering av materialet blev mest framträdande. Vissa kategorier i det empiriska materialet har premierats för att få fram det teoretiskt intressanta materialet medan andra teman som inte är lika relevanta för studien har reducerats (Rennstam & Wästerfors 2015:104-105). Läsande, skrivande och hälsa kan ses som en röd tråd som löper genom allt material vi samlat in och därför finns det också vissa överlappningar mellan de olika temaindelningarna.

2.1 HÄLSOFRÄMJANDE LÄSANDE OCH SKRIVANDE

En övergripande frågeställning som vi hade med oss in i intervjusammanhangen handlade om att försöka ta reda på vad informanterna såg för länkar mellan läsande, skrivande och en hälsofrämjande aspekt. Både läsande och skrivande är aktiviteter som ingår i vardagslivet för många, inte bara för personer som mår dåligt eller lider av psykisk ohälsa. Men under intervjuerna blev det tydligt att informanterna ansåg att det hälsofrämjande i både läsandet och skrivandet uppstår när det utförs enligt vissa specifika kriterier. En av våra informanter, Theo, har deltagit i en verksamhet som använder kreativa uttryck i hälsofrämjande syfte. Han belyser det här när han förklarar att han inte tror att skrivande per definition behöver vara hjälpsamt. Han definierar sig själv som transperson med pronomen han.

Det behöver inte hjälpa, eller, att skriva behöver inte alltid vara konstruktivt tror jag. Det är mer konstruktivt än andra sätt att hantera saker på men det behöver inte automatiskt leda till bättre psykiskt mående tror jag inte, utan jag tror att det handlar lite om att också reflektera över *vad* är det jag skriver, *varför* skriver jag det här och *vad vill jag säga?* – Theo

Vidare poängterar han att skrivandet kan vara lite av ett tveeggat svärd eftersom ingen kan ifrågasätta en när en skriver, det är en högst privat aktivitet där han fritt får utlopp för sina tankar och känslor vilket kan vara positivt, men Theo menar att detta även kan ha varit en nackdel under de perioder då han mått väldigt dåligt eftersom han då haft fritt utrymme att eskalera sina negativa tankar i skrivandet. Samtidigt visar Pennebakers (1997) forskning på att även om skrivande kan vara smärtsamt i stunden kan det ändå ge hälsofrämjande resultat i ett längre perspektiv.

Lena arbetar som skrivhandledare för en ideell organisation som vänder sig till

sjukskrivna kvinnor och transpersoner med psykisk ohälsa. Med hjälp av både egna skriverfarenheter samt sina möten med deltagarna i verksamheten har hon bildat sig en uppfattning om vad som kan göra skrivandet till en hälsofrämjande och läkande aktivitet. Hon beskriver den hälsofrämjande aspekten av skrivandet såhär:

Jag tänker att utan ord kan man inte tänka. Sen kan man inte alltid tänka sig ur en psykisk ohälsa men det är en hjälp. Skrivande är ju ett sätt att ta makten över sin historia. Jag tror att man kan få en ganska konkret känsla av att ha nytta av sina erfarenheter. Det vill säga att det man kanske annars, eller som i många sammanhang betraktas som bara bagage, faktiskt kan vara en tillgång om man kan koppla ihop det med orden. – Lena

För henne verkar skrivandet alltså fungera som ett verktyg för att på ett medvetet sätt reflektera över sina egna tankar, känslor och erfarenheter. Det kan i sin tur även leda till att dessa kan ses ur nya vinklar och perspektiv, kanske till och med som en tillgång snarare än som något jobbigt. Lena understryker att det kan vara svårt att ta sig ur sin egen upplevelse när en är mitt i en psykisk ohälsa men att skrivandet kan fungera som ett sätt att ”tydliggöra sina egna inre processer och att kanske få lov att ta dom och göra något helt annat med dom.” Hon påpekar även att det kan vara ett sätt att försöka förstå sig själv samt att göra sig förstådd inför andra.

En god vän till mig som är poet sa en gång att alla människor som skriver i grund och botten har ett språkproblem. Jag tycker det är så bra för jag tror verkligen det är så att om man upplevde att man omedelbart förstod och kunde göra sig förstådd så skulle man aldrig ta hela den långa omvägen som det är att skriva någonting [skratt]... Jag tror faktiskt att det ligger en del i det. Jag tror att det är därför man skriver, det är ju ett sätt att försöka nå fram. Alltså ut ur sig själv och kanske till och med in i någon annan och det är ju det friskaste i oss. Viljan att inte vara inlåst i sig själv. Så det är raka motsatsen till psykisk ohälsa, att skriva. – Lena

Cornelia är den andra av våra informanter som har deltagit i skrivverksamheter. Hon definierar sig själv som kvinna och queer och berättar, likt det Lena är inne på, att skrivande kan fungera som ett verktyg för att sätta ord på känslor när hon berättar vad hon brukar skriva om.

Mitt mående typ, och det som jag... det som *känns* typ. Det som känns lite tabu gällande mående. Det är inte alltid man kan vara så öppen med det. Jag brukar skriva om det som jag inte vågar prata om så mycket, och det är väl typ mående, självmord och... det är en sådan tabusak liksom. Och bara liksom... ibland försöker jag bara tänka vad som har hänt i mitt liv. På senaste skriver jag mycket nyckelord och så gör jag någonting av det typ. Jag har inga sådär större teman förutom mitt mående, eftersom det påverkar mig så mycket i mitt liv. – Cornelia

Skrivdeltagaren Theo kommer också in på det som Lena beskriver, om att använda det skrivna för att nå fram till andra, när han berättar att han använt vissa av sina egna texter för att kommunicera med de terapeuter som han haft. Han berättar att det framförallt varit användbart när han velat diskutera gamla händelser under sin terapi. När han började träffa en ny terapeut visade han exempelvis upp en text om en situation som hade inträffat flera år tidigare, men texten hade han skrivit precis efter händelsen, så tankarna han hade då fanns kvar i textform. Han säger att det var bra eftersom ”allt det fanns sparad så då kunde hon förstå vad som hade hänt och hur det kan ha påverkat mig.”

En annan gång fick han en terapeut att gråta på grund av en text som han visade upp. ”Jag tror att hon kände lite att hon inte ska gråta i mötet med patienter men jag tyckte att det var väldigt värdefull respons för det gav liksom feedback på att mina texter säger någonting och väcker känslor”, berättar han. Johansson (2010) skriver att det genom att prata om känslor kan leda till att en hittar det egna jaget. Våra informanter har på flera olika sätt använt ord för att nå fram till sig själva och till andra. Genom att få ner sina ord på papper kan det hjälpa en att läka, precis som det kan när en som Theo berättar om, får möjlighet att genom sin text prata om känslor med andra.

Det Theo är inne på om att skrivande så träffsäkert kan påvisa vad som sker inom oss är något som skrivterapeuten Linnéa bekräftar då hon pratar om skrivande i jämförelse med andra konstformer.

Den egna rösten blir så tydlig, vi kan inte ljuga för oss själva där. För då ser vi också detta, *det här är inte jag, vad är det här för konstig text?* Det är något som är väldigt kraftfullt med det skrivna ordet och vi ser dialektala uttryck och... jamen det är så mycket mellan raderna i just det skrivna ordet. – Linnéa

Cornelia berättar att hon förutom skrivande har använt sig av teckning och målning i

hälsofrämjande syfte och förklarar vad hon tycker utmärker just skrivandet. Precis som Linnéa så menar hon att skrivandet blir effektivt eftersom den egna rösten framträder så tydligt på pappret.

Skrivande hjälper mig mer med att artikulera och pinpointa lite mer. Det hjälper mig tänka lite mer. Målände är mer känslomässig förståelse medan skrivande är lite mer konkret, för det hjälper mig att tänka och sätta ord på saker. Snarare än att bara känna. – Cornelia

Under intervjuerna kommer vi även in på hur deltagarnas skrivandeprocesser utvecklas med tiden, och hur detta oftast verkar ske i takt med att deltagarna själva börjar må bättre på ett psykiskt plan. Alice beskriver hur det kan skilja sig att handleda någon som är mitt i en svår fas i livet, från någon som fått mer distans till de erfarenheter som personen vill skriva om.

Hennes manus läste jag för andra gången nu och där ser jag ju att det har hänt saker, vilket det förmodligen har gjort på det personliga planet också då, parallellt. [...] När man skriver om t.ex. trauma och så, då behöver man ju först kanske bara få skriva av sig. Så får man ta ett steg till och ett steg till, och skapa reviderade versioner innan det blir en färdig bok. Så där har jag väldigt tydligt sett att det har skett en personlig utveckling. – Alice

I citatet ovan berättar hon om två personer som hon handleder i deras skrivandeprocesser, där den ena är mitt i en tuff period i livet och vill få utlopp för det som händer runtomkring henne medan den andra personen skriver om traumatiska händelser som ligger mer i det förflutna. Den senare kvinnan vill att det hon skriver på ska bli en bok i slutändan och Alice berättar att hon då har fått hjälpa kvinnan att välja bort och stryka en hel del detaljer av hennes upplevelser för att texten ska bli mer läsvänlig. Hon beskriver alltså hur skrivandet kan utvecklas över en längre tid, att skrivandet ofta blir väldigt subjektivt när en är mitt i det svåra men att en allt eftersom får mer distans till händelserna och därmed också till sina texter. Då blir det också möjligt att omforma texterna till att uttrycka något mer konstnärligt istället, vilket är något som även Lena är inne på.

Då upptäcker man att texten är en text, och det är ju det som är att flytta sig från dagboksskrivande till ett litterärt skrivande. Texten är en egen organism, som plötsligt blir intressant på det viset att man kan göra någonting med den. I det så

finns det ju också en egenmakt. Om jag äger min historia, och jag får lov att göra vad jag vill med den, så växer ju det till någonting annat än att bara få ur sig någonting. – Lena

Lena verkar alltså mena att det finns något läkande i att skriva därför att det skapar en distans till de egna erfarenheterna som också gör att dessa kan användas på ett konstruktivt sätt i en kreativ skrivandeprocess. Upplevelsen av den här sortens utveckling genom skrivandet är alltså det som gör att en börjar se på sina egna erfarenheter som tillgångar istället för bara bagage, som hon var inne på i ett tidigare citat.

2.1.1. IDENTITETSSKAPANDE LÄS- OCH SKRIVUPPLEVELSER

Något annat som blev tydligt under intervjuerna var att de flesta beskrev att de kunde se en positiv utveckling där deltagarnas psykiska mående förbättrades allteftersom. Men informanterna beskrev även något annat som skedde, nämligen att både läsandet och skrivandet verkade hjälpa deltagarna att förändra sin självbild. De kunde på olika sätt utveckla sin egen identitet med hjälp av övningarna de fick.

Hammarén & Johansson menar att det är problematiskt att tala om att identiteten har en kärna. De instämmer i tankar om att en individ i vissa stunder eller sammanhang kan uppleva att en mer än andra gånger kan vara sig ”själv”, men ställer sig frågan om inte detta beror på vilket samhälle vi lever i samt vilka sociala och kulturella strukturer som samhället består av (Hammarén & Johansson 2009:115). Beroende på kontext kan en individ identifiera sig olika, t.ex. som *säker* i ett sammanhang och *osäker* i ett annat (Hammarén & Johansson 2009:100). Identitet kan alltså ses som något föränderligt och dynamiskt och Hammarén & Johansson menar att det inte handlar om unika individuella egenskaper, utan om gemenskap och kollektiv tillhörighet (Hammarén & Johansson 2009:41). Detta kunde skönjas bland våra informanter då de återkommande tog upp att skrivandet blev en viktig aktör för gemenskapen med andra. Flera av våra informanter delgav oss att det uppstod en trygghet och samhörighet i läs- och skrivgrupperna eftersom deltagarna hade läsandet eller skrivandet gemensamt. Här kan vi se en identitetsmarkör som sträcker sig utanför det psykiska måendet. De läs- och skrivverksamheter som har varit aktuella i vår studie kan ses som kulturella kontexter. Genom dessa har deltagarna fått möjlighet att utforska och hitta en ny syn på sin identitet, en syn som sträcker sig bortom dåligmåendet. Både ledare och deltagare menade att det genom läsandet eller skrivandet uppstår möjligheter att reflektera kring det egna jaget.

Lena beskriver det här när hon säger att skrivandet kan hjälpa deltagarna att ”hitta sin egen röst, kunna använda sina erfarenheter, kunna lägga dom en liten bit ifrån sig och vrida på dom och se dom ur olika perspektiv.”

Vidare berättar hon att deltagarna ofta identifierar sig med sitt psykiska mående när de först kommer till verksamheten som hon arbetar för, men att detta är något som de gärna vill hjälpa deltagarna att ta sig ifrån. Att deltagarna identifierar sig med sitt dåligmående på det här viset kan kopplas samman med Frank Freudis idé om att den terapeutiska kulturen vi lever i kan göra att människor ser på sig själva som offer (Johansson, 2010). På grund av att deltagarna identifierar sig så starkt med sitt dåligmående har verksamheten som Lena arbetar för infört en policy om att deltagarna inte får prata om sin psykiska ohälsa när de är där.

Det kan man tycka känns lite konstigt sådär liksom, som att ha en elefant i rummet som ingen ska låtsas om [skratt]. Men det är egentligen för att de flesta som går här är väldigt starkt identifierade med sin psykiska ohälsa och det är det enda man har. Man kanske inte har gjort någonting överhuvudtaget, en del har ju inte varit utanför lägenheten knappt på flera år. Man har misslyckats med allt man har gjort och det man har är den här sjukdomen, eller det här tillståndet, och man är ingenting annat liksom. Då är man också väldigt van vid att prata om det. Det blir en slags skev trygghet. [...] Det är inte en bra utgångspunkt för att få kontakt med sin kreativitet. – Lena

Hon betonar dock att policyn inte på något sätt innebär att deltagarna måste komma dit och spela glada, utan de får komma precis som de är. Lena menar att det snarare är ett sätt att försöka flytta fokus från det sjuka och det svåra till något som i grunden är mera positivt och stärkande. Hon avslutar: ”Det tycker de flesta är otroligt vilsamt. När man väl har kommit över den där första paniken av att *om jag inte får vara det här, vem är jag då?*”

När hon får frågan om vilken skillnad hon kan se på deltagarnas självbild när de först kommer dit i kontrast mot när de lämnar svarar hon att det främst handlar om att deltagarna fått en annan tillgång till sig själva. Hon säger att det inte nödvändigtvis handlar om att de blivit bättre på de kreativa bitarna utan skillnaden hon ser hos deltagarna handlar oftast om att de vågar ta för sig mer. De vågar prova nya saker, visa upp det de gör, de pratar mer och de vågar säga nej till saker som de inte vill göra.

Theo berättar om sin egen upplevelse av att gå från att identifiera sig med sin psykiska

ohälsa till att vidga sitt perspektiv och finna nya sätt att se på sig själv. Han beskriver här hur sammanhanget och skapandet, med skrivandet i fokus, hjälpt honom att få ett förnyat självförtroende.

Men också självutveckling. Eller det beror väl på vad man definierar som hälsa tänker jag. Men att lära känna sig själv, världen, hitta sin röst och liksom... vad en vill berätta, varför. Jag kan se skillnader på vad jag skrev tidigare och vad jag hade fokus på och tyckte var viktigt att få fram om mitt liv då, och nu. – Theo

I citatet ovan beskriver Theo hur han, med hjälp av skrivandet som verktyg, till stor del på egen hand har förändrat sitt dåligmående – vilket stämmer överens med terapeutiska imperativet som Johansson pekar på kring att vi psykologiserar oss själva i dagens samhälle och på egen hand förväntas omskapa våra identiteter för att hitta till ett bramående. Även läsande kan länkas samman med en identitetsskapande aspekt vilket Malin som brukar leda biblioterapigrupper berättar om.

I nittio procent av fallen så utvecklar du dels en stark litterär smak kring vad du gillar och *inte* [skratt] gillar framförallt, så. Och du lär dig liksom någonstans att prata om litteratur på ett sätt utifrån dig själv också som du inte har kunnat innan och sådär. – Malin

På samma sätt som Lena beskrev att deras deltagare med hjälp av skapandet fick hitta andra saker att identifiera sig med än just sina problem och sitt mående, beskriver Malin i citatet ovan att något liknande verkar ske med deltagarna i biblioterapigrupperna som hon leder. Deltagarnas fokus förflyttas från sin problematik till en litterär värld som de kan känna igen sig i.

2.1.2. KRAVLÖSA LÄS- OCH SKRIVUPPLEVELSER

Johansson (2010:133) menar som tidigare nämnt att det i den terapeutiska kulturen som genomsyrar dagens samhälle finns föreställningar om att det är hälsofrämjande att prata om, och dela med sig av, det en känner. I vår studie handlar det framförallt om hur informanterna delar med sig via skrivande, men också till viss del genom att prata om litteratur de har läst. De flesta av handledarna som vi pratar med berättar även om vikten av att skapa så kravlösa läs- och skrivupplevelser som möjligt eftersom det kan vara svårt att ta sig för saker i

allmänhet när du befinner dig i en psykisk ohälsa. Särskilt tydligt utkristalliserar den här aspekten inom de biblioterapeutiska träffarna som Malin berättar om. Hon menar att en viktig del av biblioterapin är just att deltagarna inte ska känna sig pressade att dela med sig av sina erfarenheter när de samlas.

Litteraturen som jag arbetar med brukar alltid vara noveller, och då är det liksom noveller som på ett förutsättningslöst sätt lyfter deltagarnas problematik. Så att det är inte så att om du kanske går i biblioterapi som för [ohörbart] där det var mycket fokus på fängelsekänsla och sådär så var det inte så att vi läste litteratur om personer som hade varit med om exakt samma sak som dom utan snarare att jag utgick tematiskt från att ta fram litteratur som kanske handlade om instängdhet på olika sätt. – Malin

Hon beskriver att tanken med biblioterapin till stor del handlar om att deltagarna ska kunna identifiera sig med litteraturen och koppla an den till sina egna erfarenheter, men utan att de specifikt behöver prata om vad som hänt de själva. Sådär fortsätter hon:

Anledningen till det är också för att vi vill att litteraturen ska fungera som en slags katalysator inom biblioterapin. Så det ska vara litteraturen och sammanhanget i sig som gör att du känner igen dig och själv då lyfter att du känner igen dig snarare än att du tvingas att prata om vissa ämnen sådär, utan det ska vara så frivilligt det bara går. Sen har jag såklart ledande frågor men då kanske det är så att säg att en katt representerar väldigt mycket instängdhet i en novell, då kanske jag ställer mycket frågor om katten. – Malin

Malin menar alltså att skönlitteraturen fungerar som ett slags skydd inom biblioterapin vilket kan göra det lättare att öppna upp eftersom du inte behöver lämna ut dig själv. En bearbetar då sin egen problematik och det en har varit med om, fast på ett indirekt plan.

Theo berättar utifrån sina upplevelser med psykisk ohälsa om hans egna svårigheter att ta sig för att skriva. Han säger att han har svårt att påbörja skrivandet om det känns för jobbigt, om det blir ett måste. För att han ska orka och vilja ta sig för skrivandet verkar det alltså som att det behöver finnas en kravlöshet i det, en frihet att själv välja hur och när han vill skriva.

Ibland så, om jag liksom känner att jag vill skriva och jag borde skriva och

försöker ta mig tid men inte har inspirationen så kan jag sitta och titta på mina meningar och mer systematiskt tänka *hur ska jag göra det här?* Men det brukar liksom inte bli så bra och kul när jag känner att jag borde. Det var därför det inte funkade jättebra när jag gick i skrivande på gymnasiet, där funkade inte uppgifterna jättebra för där behövde jag liksom skriva. Funkar inte jättebra. Utan jag behöver typ vänta tills jag får inspiration. – Theo

Även när det handlar om att ge och ta kritik i dessa skrivsammanhang verkar de flesta vara överens om att det behöver finnas en kravlös aspekt i det utbytet. Eftersom skrivandet här inte handlar om att prestera utan om att skapa utrymme att bearbeta sina erfarenheter och nå ett ökat välbefinnande blir det därför viktigt hur andra runtomkring pratar om ens texter, så att en inte avskräcker deltagarna från att fortsätta genom att vara för hård.

Vi jobbar ganska mycket med det här att inte värdera, vilket är jättesvårt för vi är ju allihop så vana vid att prata om saker i termer av bra och dåligt eller fint och fult eller... Så det är någonting som vi väldigt medvetet försöker komma ifrån här. För att de allra flesta som kommer hit kliver ju in genom dörren med uppfattningen om att alla andra är jättemycket bättre och själv är man kass och liksom så. [...] Men jag har ju själv gått rätt mycket såna där utbildningar i kreativt skrivande där man ju jobbar med att egentligen bara spegla vad någon har skrivit. Inte tala om hur man skulle ha gjort istället eller... Och det är ju någonting i sig. – Lena

I citatet ovan menar Lena alltså att responsen som handledare bör ge i dessa skrivsammanhang handlar om att spegla deltagarna snarare än att på något sätt kritisera deras texter. Hon berättar att det för många av deltagarna som kommer till verksamheten hon arbetar på är en bedrift att bara ta sig dit, så därför menar hon att det är viktigt att vara så uppmuntrande som möjligt oavsett vad de presterar eller inte. Relaterat till det här berättar skrivpedagogen Linnéa hur det kravlösa skrivandet kan gynnas om en vet att en inte kommer att behöva dela det med andra, utan bara skriver för sin egen skull. Hon menar att det krävs mod för att möta sig själv på pappret. Hon delar med sig av en egen erfarenhet då hon själv gick en kurs i skrivande.

Nu är jag väldigt försiktig idag. Jag tror det bottnar i att jag har blivit pushad själv när jag har gått i skrivande och blev då väldigt fientligt inställd. Att jag var

tvungen att dela, och jag tyckte att det var jättejobbigt. – Linnéa

Deltagarna i studien menar alltså, likt det Johansson (2010) skriver om, att det kan verka hälsofrämjande att dela med sig av sina tankar och känslor men att det just i dessa sammanhang bör ske under kravlösa former. Det kravlösa leder till en trygghet som gör det enklare att dela med sig och därmed bidrar det till en hälsofrämjande aspekt.

2.2 SEPARATISTISKA RUM FÖR HÄLSOFRÄMJANDE LÄSANDE OCH SKRIVANDE

2.2.1. ETT TRYGGT RUM

Under intervjuerna pratade vi även om fördelarna och nackdelarna med att skapa och delta i separatistiska rum för just kvinnor och transpersoner, här specifikt i relation till hälsofrämjande skrivande och läsande.

Skrivhandledaren Lena arbetar som vi tidigare nämnt för en ideell organisation som enbart riktar sig till denna målgrupp. Hon var inte själv med vid verksamhetens uppstart men hon säger att hon tror att anledningen till att de valde den målgruppen som de gjorde förmodligen hade att göra med att de såg att det fanns ett behov för det vid tidpunkten som verksamheten startades, vilket var år 2014. Det fanns helt enkelt inte så många platser för den här målgruppen att vara på då. ”Tanken var att det skulle vara en trygg plats och då blev det den avgränsningen”, berättar hon vidare. Hon påpekar att det har hänt mycket med acceptansen för transpersoner under de senaste åren men att det inte är okomplicerat nu heller. ”Därför det är ju fortfarande så att det finns en skillnad i syn på tolerans, förstås inte på ett individuellt plan men strukturellt”, fortsätter hon när vi kommer in på den paradoxala aspekten av att utesluta män för att vara inkluderande i ett större perspektiv för just målgruppen transpersoner.

Den ideella föreningen som Lena arbetar för jobbar inte specifikt med transfrågor, d.v.s. de jobbar inte aktivt med frågor gällande transpersoner utan hon menar att verksamheten är en plats där en helt enkelt bara ska få utrymme att vara sig själv. Hon berättar att verksamheten för många av deltagarna fungerar som en plats där en i en trygg miljö kan få möjlighet att experimentera och konstruera om sin könsidentitet.

Vi har en del som är trans här men kanske inte någon annanstans. För att det här är ett ställe att pröva det, hur känns det att ha det här andra namnet och ett annat pronomen och så. Så det kan man göra. Så får man säga till när man har ändrat

sig... Ja och det fina med det är ju att man upptäcker att det är oerhört okomplicerat [skratt] liksom. Egentligen. Det är inte någon stor sak här, faktiskt. Det var nog mycket mer det när vår verksamhet startade för många av dom som var trans då upplevde sig mycket mer ifrågasatta, kanske av sjukvård och myndigheter och... Att det var tuffare då liksom och att det var mycket mera laddat om någon sa fel eller sådär, då kunde det liksom bli väldigt... Men nu är det inte så längre. Det tänker jag är ett hälsotecken i samhället. – Lena

Det Lena beskriver ovan kan kopplas an till queerbegreppet som rymmer en flytande och obestämd syn på identitet (Ambjörnsson 2016:151). Möjligheten att få pröva olika identitetsuttryck och könsuttryck finns tydligt vid den verksamhet där Lena arbetar. Lena uttrycker inte själv att verksamheten har just ett queerperspektiv, men vi kan här se en koppling till queerfeminismens innebörd. Queerfeminismen vill synliggöra och skapa plats för de som lever bortom genus- och sexualitetsnormen (Ambjörnsson 2016:151). En verksamhet likt den Lena arbetar för kan bli en viktig plats för den som upplever att den befinner sig utanför normen och behöver en trygg plats när den kan känna sig hemma. Lena menar att en flytande identitet är något som snarare ses som naturligt just på den plats där verksamheten befinner sig då hon förklarar att det inte upplevs som några konstigheter att skifta pronomen eller namn eller att vara trans enbart inom verksamhetens väggar. Genom att verksamheten förhåller sig öppet på det här viset ges deltagarna dessutom möjlighet skapa nya performativa handlingar där de kan befästa en annan syn på sin egen identitet än den de haft tidigare, som de kanske blivit tilldelade av samhället.

Skrivdeltagaren Theo berättar att han under sin sjukskrivning gick på rundvandring på vanliga aktivitetshus för att se hur det var och vad de gjorde, men han upplevde att majoriteten som var där var äldre män så han kände inte att det var ställen han skulle kunna trivas på. På frågan om varför han istället valde att ansluta sig till ett kreativt nätverk för just kvinnor och transpersoner svarar han såhär:

Jag tror att det...alltså, det handlar väldigt mycket om trygghet och att det liksom blev en trygg miljö på det sättet. Jag tror att jag eventuellt hade testat även om det inte var det. Men nu råkade det vara det, vilket jag uppskattade. – Theo

Lena berättar vidare att hon tycker att det hade varit bra om det fanns kreativa verkstäder även för unga killar med psykisk ohälsa, men hon tycker inte att de behöver vara en del av just

verksamheten hon själv arbetar för. Hon säger att om verksamheten även skulle inkludera killar så skulle det betyda att hon och de andra handledarna skulle behöva jobba mer med den aspekten, så att alla ändå kan känna sig trygga, eftersom hon som tidigare nämnt menar att det fortfarande finns en skillnad i syn på tolerans för framförallt transpersoner. ”Då lägger man till en helt ny faktor som vi måste jobba med här som jag inte riktigt vet om vi är dom som ska göra det till och börja med”, säger hon och påpekar även att hon tror att det redan finns många platser för cis-män att vara på i samhället. Hon menar att separatistiska rum fortsatt behövs för samhällets marginaliserade grupper men att det kanske kommer se annorlunda ut i framtiden. Lena beskriver även att trygghetsaspekten som framförallt transpersoner, men kanske även till viss del kvinnor, känner en avsaknad av i rum tillsammans med cis-män kan vara ett verkligt eller ett inbillat problem men hon menar att det oavsett anledning blir något som man måste bemöta och hantera på något vis.

Malin, vars verksamhet riktar sig enbart mot kvinnor, menar att det separatistiska forumet, förutom för trygghetsaspekten, behövs för att kvinnor ska få känna att de bibehåller sin plats i rummet.

Det som vi märkte själva och sen hela tiden har fått till oss konstant från målgruppen är just att det behövs separatistiska forum. För när det inte vart separatistiska forum så har det alltid varit så att en, alltså en manligt kodad person har tagit över forumet eller liksom avbrutit eller betett sig problematiskt eller triggande på andra sätt, så. Och det upplever de inte när dom är i ett separatistiskt forum. – Malin

Alice arbetar däremot inte för en verksamhet med en separatistisk målgrupp, utan de skrivgrupper som hon jobbar med brukar vara blandade. Hon ger en annan syn på vad det innebär att skapa en trygg plats för skrivdeltagarna.

Det är ju en intressant aspekt överhuvudtaget det där med trygghet och rummet. Och att man ska känna det. Då tänker jag lika mycket på att det är en begränsad skara, att det inte ska vara för många som är med på en kurs eller en workshop till exempel. Att man ska få känna sig trygg och lära känna just den gruppen, kanske snarare det [som är viktigt] än att det bara ska vara för kvinnor eller transpersoner eller så. [...] Men jag tycker att det är viktigt oavsett, att alla ska känna sig trygga, och att man öppnar upp för det och pratar om det inledningsvis. Att det vi pratar

om här stannar här. Det är ju viktigt med presentationsrunda och sådär, och att man känner av att alla törs säga, och att man ser till att alla får komma till tals, så att inte någon bara pladdrar på och inte ger utrymme för någon annan och sådär.

– Alice

Hon berättar att det brukar vara flest kvinnor som söker sig till skrivgrupperna hon håller i men hon säger att hon tror att det kan ge en ”fin dynamik till en grupp, att det är olika kön, olika ålder, olika bakgrund, olika erfarenhet.” Vidare berättar hon att hon tycker det fungerar bra när det väl är män med i gruppen.

Det är min erfarenhet, att när det väl har varit med någon man så har han gett ytterligare en dimension till gruppen. Det har aldrig varit någon man med som på något sätt skulle ha förstört eller skapat otrygghet utan då tänker jag mer att det ligger hos, vad man är för person. Och vill man skriva så har man det gemensamt, och det är därför man är med här. – Alice

Hon betonar dock att hon inte är någon expert på genusfrågor och hon säger att det nog kan vara en annan sak just för transpersoner än för kvinnor, samt att trygghetsaspekten i blandade rum säkert också upplevs på ett annat sätt för kvinnor som varit utsatta för våld i nära relationer. ”Men jag tycker att det är viktigt oavsett, att alla ska känna sig trygga, och att man öppnar upp för det och pratar om det inledningsvis, att det vi pratar om här stannar här”, avslutar hon.

Linnéa brukar också hålla sina skrivgrupper med både kvinnor och män. Hon bekräftar dock det Alice upplever, att det företrädesvis är kvinnor som deltar i grupperna. Hon menar att en viktig del för att skrivandet ska verka läkande är tron på dess effekt och viljan att öppna upp sig själv. Eventuellt är detta något som kvinnor är mer öppna inför, menar hon.

Jag tror tyvärr att män är rädda, framförallt den äldre generationen. Jag har några unga killar nu och det glädjer jag mig åt. Det är så bra, och det har blivit så bra för just den här gruppen av den anledningen. Nej, men man är lite skeptisk tror jag, och rädd och *nej det är inte min grej, det här vågar jag inte utsätta mig för, jag gör något annat istället*, tyvärr. Att det finns en inställning att det här är lite flummigt eller... ja, jag minns en man nu som, han gick i och för sig hela den här kursen faktiskt, men han skrev sen *det här funkade inte för mig!* [skrattar till] Och han var väldigt skeptisk hela vägen, och trodde någonstans att det här skulle vara någon mirakelkur. Det beror ju helt på hur uppmärksam du är på dig själv och

dina texter och hur mycket du är villig att ge och öppna upp. – Linnéa

Mannens agerande i Linnéas citat kan ses som ett exempel på hur performativa handlingar kan begränsa individer i deras sätt att se på sig själva. Han verkar på ett plan vilja testa på skrivandet som ett sätt att förändra sitt dåligmående eftersom han deltog i kursen, samtidigt som han på ett performativt vis befäste att han inte passade in genom hur han pratade om verksamhetens önskade resultat. Linnéa menar att mannen redan innan kursstart var tveksam inför om skrivandet verkligen skulle fungera för honom och att han därför inte upplevde att han blev så hjälpt av den som andra. Genom att han satte ord på sin skepticism förstärktes den och blev kanske till och med en slags självuppfyllande profetia. Det här skulle kunna ses som en eventuell nackdel med att skapa kreativa separatistiska rum som utesluter män, d.v.s. att dessa kreativa terapiformer och verktyg inte ses som något som män känner att de kan identifiera sig med och använda sig av.

2.2.2. KÄNSLA AV SAMMANHANG

Kopplat till det trygga rummet och den hälsofrämjande aspekten blev det tydligt att det hälsofrämjande inte enbart låg i själva läsandet eller skrivandet. Våra informanter pratade även mycket om det värdefulla i att få tillhöra en gemenskap. Malin berättar att det som deltagarna i biblioterapin själva brukar lyfta som en hälsofrämjande aspekt är just känslan av sammanhang.

Det finns ett sammanhang. Det finns ett forum där du känner dig trygg nog att prata om bara sig själv och att det då någonstans, i kombination med att det är litteratur eller skrivande som är i fokus, och inte det egna jaget. Det gör att du vågar öppna upp dig själv, om din egen situation och mående. Och vågar titta på dig själv, både kritiskt men också snällt på ett annat sätt. – Malin

Även Linnéa lyfter fram vikten av att vid ett dåligmående få uppleva känslan av sammanhang. Att vara en del av ett sammanhang kan leda till att en känner sig sedd. Även om huvudsyftet med att skriva utifrån en hälsofrämjande aspekt inte är att dela skrivandet med andra har det framkommit att det kan finnas ett värde i att få andras reaktioner på sin text samt att ha en plats att dela sitt mående på.

Också att gruppen ger väldigt mycket, rekommenderar absolut att vara i en grupp.

Att få utbyte, att våga dela, att bli lyssnad på, att känna sig mindre ensam. Det är väldigt speciellt. Det är ju just terapi i grupp. Det blir liksom samtalsterapi också, fast det kan jag inte riktigt skriva när jag gör en kurspitch, men det är så mycket mer än bara skrivandet. – Linnéa

Cornelia har inte själv deltagit i något separatistiskt forum men berättar att hon gärna skulle vilja testa. Hon tror att det skulle kunna leda till samtal kring teman som ”att vara kvinna” och menar att det dels hade varit givande att få höra om andras upplevelser men att det också skulle kunna leda till att en kan uttrycka sig friare. Hon tyckte dock att oavsett så fann hon det tillfredsställande att befinna sig i ett sammanhang med människor som delade hennes kreativa ådra.

Sammanhållningen som jag kände i gruppen var väldigt mycket att man hade liknande personlighet eller intresse, eller liksom en kreativ ådra typ, och att då så blev det att det passade väldigt bra. Oavsett liksom... det blir väldigt avslappnat. Vi samlades ju därför att vi alla tyckte om att skriva och för att vi alla var kreativa. Människor som gillar att skriva är ofta kreativa och känslösa, känslomässiga personer som... eftersom det var just kreativt skrivande också.
– Cornelia

Hon menar alltså att det när människor har något kreativt att samlas kring så går det att hitta andra gemensamma beröringspunkter än just könsidentiteten som kan göra att en känner sig trygg ändå. Det här kan relateras till hur Hammarén & Johansson (2009) beskriver att kollektiva identitetsmarkörer skapas. De menar att en kollektiv identitet formas när det går att identifiera att en inom samma grupp har saker gemensamt med varandra, exempelvis kreativitet eller skrivande i detta fall.

Vissa dagar tar inte slut på flera månader, de fortsätter och fortsätter utan att ge andrum. Andra dagar önskar jag att någon gick bredvid mig för då det känns som att jag inte går vilse lika lätt. Sedan kommer de veckor jag vill säga upp kontakten med alla som vill ha kvar mig i sina liv och då jag önskar att det varit möjligt att ta tillbaka alla hemligheter. De veckorna är det svårt att både andas och gå utan att ramla. Ibland känns det omöjligt att titta på rosor utan att rivas av taggarna, och ibland är allt enkelt.

3. SLUTDISKUSSION

Syftet med den här studien var att undersöka vilka länkar som finns mellan läsande, skrivande och psykisk hälsa, specifikt i relation till målgruppen transpersoner och kvinnor. Den första frågeställningen handlade om vilka hälsofrämjande effekter som kan uppnås genom läsande och skrivande. I resultatdelen kunde vi se att det som deltagarna såg som de främsta hälsofrämjande effekterna kopplat till skrivandet dels var att det kan användas som ett verktyg för att reflektera över sina egna tankar, känslor och erfarenheter. Flera av deltagarna uttryckte att det som gör skrivandet unikt till skillnad från andra konstformer är att det på ett så framträdande sätt kan uttrycka de egna tankarna. Skrivandet kan till och med fungera som ett sätt att tänka, menade vissa av informanterna. Det i sig är dock inte nödvändigtvis något som främjar hälsan, men det kan förvandlas till ett verktyg för att främja den om en använder det på rätt sätt.

Till stor del handlar det här om att ta makten över den egna historien. Dåligmåendet blir ofta till ett ledande narrativ i livet för de som lider av psykisk ohälsa, och skrivandet kan då hjälpa en att förändra det narrativet till något som framstår som mer stärkande för personen. Detta kan relateras till det som Anna Johansson (2010:133) skrivit om att vi idag lever i en terapeutisk kultur som både innebär fördelar och nackdelar för människor på en individnivå, där en av nackdelarna kan vara just att människor börjar se på sig själva som offer. Vi menar att det kan vara rättfärdigat att få känna sig som ett offer om en varit med om jobbiga eller rentav traumatiska händelser, vilket inte är ovanligt om en lider av psykisk ohälsa, men om en fastnar i en sådan självbild för länge kan det vara svårt att ta sig framåt. Alice beskrev i resultatdelen hur en ofta till att börja med måste "få ur sig" sina tankar när en är mitt uppe i ett dåligmående. Relaterat till ett performativt perspektiv finns det en risk att en här förstärker sitt dåligmående genom att fortsätta befästa att en mår just dåligt. Enligt resultatet verkar detta dock vara en del av processen som senare kommer att leda till ett bramående. Så småningom, när en har fått distans till t.ex. sitt trauma, kan en skapa vidare performativa handlingar som leder till att en tar makten över sin egen historia. När en kan börja se texten som en text, som Lena beskriver i resultatdelen, kan en välja vilka delar av ens historia en vill ha med i sin berättelse och vilket perspektiv en i text vill se som en del av sin egen historia. Skrivandet skulle kunna fungera hälsofrämjande eftersom en kan börja se ditt bagage som en tillgång, då en istället börjar identifiera sig med den nya historien en har skapat.

Sammanfattningsvis kan vi se att de främsta hälsofrämjande effekterna av skrivandet handlar om att personerna flyttar fokus från måendet till texten. Till en början hade vi en föreställning om att de hälsofrämjande effekterna främst skulle ske genom möjligheten att få ”skriva av sig.” Den litterära aspekten visade sig dock vara mer betydande än vad vi hade trott. Genom skrivandet som en litterär konstform kan en ta sina personliga händelser och göra något nytt med dem, d.v.s. att en skapar ett nytt narrativt perspektiv utifrån ens egna erfarenheter.

Vad gäller läsandets hälsofrämjande effekter i relation till personers dåligmående kan vi se att de främsta effekterna var att forum för läsande kunde erbjuda deltagarna ett sätt att närma sig svåra ämnen utifrån innehållet i litteraturen de läste. Den terapeutiska kulturen i vårt samhälle som uppmanar oss till ständig självutveckling, med syfte att nå ett bramående, går hand i hand med biblioterapins nytta. De biblioterapeutiska sammanhangen går ut på att reflektera kring sig själv, via innehållet i litteraturen, vilket kan relateras till Anthony Giddens idéer om ökad självreflexivitet för att anpassa oss till vårt postmoderna samhälle. Biblioterapin hjälpte även deltagarna att bearbeta sina svårigheter genom att de på olika sätt kunde prata om sina personliga erfarenheter, men genom andra kanaler. Detta kan ses som ett kravlöst sätt att hitta till bramående utan att behöva vara alltför utelämnande, vilket vi kan se möjliggör en känsla av bibehållen integritet. En annan hälsofrämjande aspekt av de biblioterapeutiska forumen är att deltagarna erbjuds ett sammanhang där den kollektiva identiteten blir den gemensamma litteraturen som alla samlas kring. Just att vara i ett sammanhang har informanterna på olika sätt uttryckt verkar positivt för måendet.

Den andra frågeställningen handlade om hur individers identitet utvecklas under och efter läs- och skrivprocesserna. Som vi tidigare nämnt skriver Anna Johansson (2010) i sin doktorsavhandling att den terapeutiska kulturen i dagens samhälle bland annat bottnar i föreställningar om den hälsofrämjande aspekten av att dela sina känslor med andra och prata om det en känner. Den består av tendenser i samhället som populariserar psykologisk kunskap med syftet att, genom att flytta fokus till människans inre jag, förändra jaget och hitta ett bättre mående. Som vi tidigare nämnt menar vissa att det här också kan leda till att människor börjar se sig själva som ömtåliga offer, och här drar vi en parallell till Lenas resonemang kring hur deltagarna på den verksamhet där hon jobbar utvecklas över tid. Hon menar att de i början ofta ser sig själva som offer, vilket skulle kunna vara ett resultat av detta. Men samma terapeutiska kultur verkar samtidigt hjälpa deltagarna ur det här synsättet då fokus riktas bort

från dåligmåendet på verksamheten där Lena jobbar, och istället riktas mot kreativt skapande.

Lena säger i resultatdelen att vissa deltagare är så pass starkt identifierade med sin psykiska ohälsa att de blir osäkra och på grund av det exempelvis inte vill lämna sin lägenhet. Men i den skrivande kontexten skapas en kollektiv gemenskap där en får möjlighet att identifiera sig med skapandet istället för dåligmåendet, vilket kan leda till att en i det här sammanhanget känner sig mer säker än en gör i det vardagliga livet. Det här kan alltså återkopplas till Hammarén & Johanssons (2009:100) resonemang, som skrivs fram i resultatdelen, om att en beroende på kontext kan identifiera sig som säker i ett sammanhang men osäker i ett annat. Det här kan vi se exempel på när Theo beskriver att det har varit värdefullt att hitta andra identitetsmarkörer utanför sin psykiska ohälsa och att han genom sitt skrivande har kunnat utforska vem han är när han inte är sin psykiska ohälsa.

Inom biblioterapin ser vi att identiteten påverkas eftersom fokus förflyttas från en själv till litteraturen, då biblioterapin ger möjlighet att experimentera och testa att identifiera sig med karaktärer eller händelser i litteraturen. Som Malin påpekar går det dessutom att behandla sitt mående genom litteraturen när en pratar om innehållet istället för om sig själv. Detta skulle i förlängningen kunna leda till att biblioterapin inte enbart behandlar måendet utan en får även en chans att reflektera över sin egen identitet, i förhållande till t.ex. en viktig händelse i ens liv. Inom biblioterapin menade Malin att hon även kan se en utveckling kring deltagarnas litterära smak, vilket vi också ser kan bidra till hur en identifierar sig själv. Att kunna identifiera vad en uppskattar, eller inte uppskattar, är ett sätt att lära känna sig själv och därmed hitta nya identitetsmarkörer.

På frågan om vilka för- och nackdelar som kan finnas med att förhålla sig separatistiskt till hälsofrämjande kreativa sammanhang kunde vi tydligt se att vår studies deltagare förhöll sig olika till detta beroende på om de själva deltagit i separatistiska forum eller inte. Theo och Lena var båda delaktiga i kreativa nätverk för transpersoner och kvinnor och den främsta fördelen som de pekade på handlade om trygghetsaspekten. Lena menade att toleransen för just transpersoner har förbättrats under de senaste åren men att den fortfarande är relativt låg på ett strukturellt plan. Således menade hon att transpersoner som marginaliserad grupp i samhället kan behöva egna rum att känna sig trygga i.

Judith Butler (1999:23) beskriver hur en könstillhörighet som avviker från normen kan göra det svårare att bli förstådd i andras ögon. Hon menar att om vi inte presenterar rätt manliga eller kvinnliga kopplingar mellan kropp, genus och sexuella begär uppfattas vi inte

alltid som godtagbara individer i samhället, utan istället ses vi då som störande eller skrämmande moment. Det här kan tyckas självklart, men det kan vara viktigt att påminna sig själv om ifall en är född mer inom normen för att förstå varför separatistiska rum kan göra att minoritetsgrupper upplever en ökad trygghetskänsla. I resultatdelen berättade Lena även att den separatistiska verksamheten blev en plats för deltagarnas transpersoner att omskapa sin könsidentitet på olika sätt, att testa ett annat namn eller pronomen och se hur det kändes. Vi menar att det kan vara svårt att göra på andra platser i samhället eftersom en då inte längre ses som en ”godtagbar individ”. Men att få pröva på det i ett tryggt rum kan kanske hjälpa en att känna sig mer säker i sitt val av könsidentitet när en sedan oundvikligen behöver ta sig tillbaka ut i samhället igen.

Separatistiska rum kan dock göra att deltagarna går miste om dynamiken som uppstår i mer blandade kreativa rum, vilket flera av vår studies informanter vittnade om. I resultatdelen kunde vi se att en del snarare såg det som en fördel att inte avgränsa vilka som var med i läs- och skrivsammanhangen. Alice sa till exempel att när män hade varit med i hennes skrivgrupper så skapade det en intressant dynamik. Hon visade också på att det kan finnas andra aspekter som gör att ett rum känns tryggt eller inte som handlar mindre om att utesluta vissa samhällsgrupper (exempelvis män) och mer om hur gruppledaren förhåller sig till deltagarna. Hon menade att rummet kan kännas tryggare om de som är med är en begränsad skara så att alla deltagare får möjlighet att lära känna varandra. Lena som jobbar inom ett separatistiskt forum menade dock att om även män skulle vara välkomna där så skulle det ställa högre krav på att handledarna hanterade gruppmedlemmarnas skillnader.

En intressant aspekt, kopplat till Lorins (2018) studie om genus i klassrum, är hur fördelningen av utrymme och taltid skulle komma att se ut om antalet deltagande män och kvinnor i läs- och skrivverksamheterna vore jämnt fördelad. De läs- och skrivledare i vår studie som riktar sig till blandade grupper menade som tidigare nämnt att just blandningen gynnar dynamiken i rummet. Kring detta resonemang kan det vara intressant att ta i beaktande att andelen deltagande kvinnor, enligt informanterna, är överrepresenterade gentemot männen. Lorin (2018:28) skriver att studier pekar på att pojkar i skolundervisningen innehar 70 procent av taltiden i klassrummet. Enligt hans egen studie fanns också en skillnad mellan pojkars och flickors uppfattning kring huruvida taltiden i klassrummet fördelas jämnt, där pojkarna ansåg att den var jämnt fördelad medan flickorna hade uppfattningen att pojkarna upptog mer utrymme i rummet. Kopplat till detta skulle det alltså kunna finnas en risk att män skulle ”ta

över” rummet om antalet deltagande män i läs- och skrivverksamheterna skulle vara lika många som antalet deltagande kvinnor. Som Alice poängterade är det viktigt att se till att alla får komma till tals i gruppen. Samtidigt kan uteslutandet av män eventuellt göra att de upplever att de inte har samma tillgång till hälsofrämjande kreativa rum även om behovet skulle kunna finnas även för dem.

Precis som Virginia Woolf i *Ett eget rum* menar att det krävs rätt förutsättningar för skrivandet kan vi sammanfattningsvis se att trygghetsaspekten alltid är en viktig bit att förhålla sig till när vi pratar om att skapa kreativa rum för dåligmående personer. Desto viktigare blir det eftersom gruppdeltagarna befinner sig i ett skört tillstånd av psykisk ohälsa och därmed har ett stort trygghetsbehov. Deltagarna i de separatistiska verksamheterna vi har undersökt kan ses som att de faller utanför normen eller är mindre privilegierade på fler än ett sätt, dels genom att identifiera sig som antingen kvinna eller trans, men också genom att befinna sig i ett tillstånd av dåligmående. Vi kan här se att det finns ett behov att skapa enskilda plattformar även för de som på ett eller annat sätt faller utanför normen i likhet med det som Ambjörnsson (2016:151) beskriver som queerfeminismens grund.

3.1 VIDARE FORSKNING

I vår studie valde vi att fokusera på segmentet transpersoner och kvinnor. Men ur en genusteoretisk synvinkel kan vi vidare se att det hade varit intressant att diskutera män ytterligare i relation till vår fokusgrupp, exempelvis genom att synliggöra den hegemoniska maskuliniteten kopplat till deras psykiska hälsa och vilka utrymmen de har i samhället för hälsofrämjande kulturaktiviteter så som skrivande eller biblioterapi. Relaterat till det normkritiska perspektivet som vi har haft i undersökningen hade även en intersektionalistisk analys av ämnet kunnat vara intressant som ett vidare forskningsområde. I studien utgick vi från grundantagandet att det finns en friskhetsnorm som genomsyrar samhället. Hur människor som redan är marginaliserade ytterligare ställs utanför samhällets normer om de inte är friska kan nog undersökas mer djupgående.

4. KÄLLOR, MATERIAL OCH LITTERATURLISTA

4.1 OTRYCKTA KÄLLOR

4.1.1. MUNTliga KÄLLOR

Intervjuer genomförda februari – mars 2022. Finns i författarnas ägo.

4.1.2. ELEKTRONISKA KÄLLOR

Folkhälsomyndigheten. (den 3 mars 2022). *Statistik psykisk hälsa*. Hämtad från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-%20suicidprevention/statistik-psykisk-halsa>

Folkhälsomyndigheten. (den 4 mars 2022). *Vad är folkhälsa, jämlik hälsa och folkhälsoarbete?* Hämtad från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/en-god-och-jamlik-halsa-pa-alla-nivaer/tema-folkhalsa-lokalt-och-regionalt-stod/vad-ar-folkhalsa/folkhalsa-och-jamlik-halsa>

Lexico. (u.å.). *Separatism*. Hämtad den 23 mars 2022 från <https://www.lexico.com/definition/separatism>

Nationalencyklopedin NE. (u.å.). *Biblioterapi*. Hämtad den 8 mars 2022 från <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/biblioterapi>

Nationalencyklopedin NE. (u.å.). *Judith Butler*. Hämtad den 13 mars 2022 från <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/judith-butler>

Regeringen. (den 8 november 2021). *Göteborg blir Sveriges första litteraturstad inom Unescos globala nätverk för kreativa städer*. Hämtad från <https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2021/11/goteborg-blir-sveriges-forsta-litteraturstad-inom-unescos-globala-natverk-for-kreativa-stader/>

Unesco. (den 29 juli 2021). *Kreativa städer*. Hämtad från <https://unesco.se/kultur/unescos-natverk-for-kreativa-stader-unesco-creative-cities-network>

Vetenskapsrådet. *Forskningsetiska principer – Inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad den 4 mars 2022 från https://www.vr.se/download/18.68c009f71769c7698a41df/1610103120390/Forskningsetiska_principer_VR_2002.pdf

4.2 TRYCKTA KÄLLOR

Ambjörnsson, F. (2016). *Vad är queer?* Stockholm: Natur & kultur.

- Butler, J. (1999). *Gender trouble: feminism and the subversion of identity*. New York: Routledge.
- Carling, A., & Lindahl, E. (2020). *Musik för hälsa – En intervjustudie om hur musikterapi upplevs och uppfattas ur ett individperspektiv* [Kandidatuppsats, Göteborgs universitet]. Göteborgs universitets publikationer elektroniskt arkiv. Hämtad från <http://hdl.handle.net/2077/66460>
- Folkhälsomyndigheten. (den 24 juni 2020). *Psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada bland unga transpersoner: en kvalitativ intervjustudie om riskfaktorer, skyddsfaktorer och möjliga förbättringar i samband med psykisk ohälsa*. Hämtad från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/p/psykisk-ohalsa-suicidalitet-och-sjalvskada-bland-unga-transpersoner/?pub=75747>
- Göteborgs stad. (2021). *Unescos creative cities network 2021 call for applications*. Hämtad från <https://goteborg.se/wps/wcm/connect/b1c07963-ed68-48f3-89f3-102c7ec4032e/Unesco+-+Application+of+Gothenburg.pdf?MOD=AJPERES>
- Hammarén, N., & Johansson, T. (2009). *Identitet*. Malmö: Liber.
- Henningson, K. (1998). Könsroller, skola och musicerande. (T. West, Red.) *Kunskap, könsroller och solmisation: Tre artiklar om musikutbildning*.
- Johansson, A. (2010). *Självskada: en etnologisk studie av mening och identitet i berättelser om skärande*. Umeå: Bokförlaget h:strom.
- Kajiser, L., & Öhlander, M. (2011). *Etnologiskt fältarbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Kanuts, M. (2009). *Expressive writing: en kvalitativ beskrivning av innehållet i psykologistuderandes expressiva skrivande* [Kandidatuppsats, Stockholms universitet]. Digitala vetenskapliga arkivet. Hämtad från <http://su.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A223338&dswid=4804>
- Kaurin, I., & Nyström, M. (2017). *En killes ord kan pressa en själ – En studie om systerskap och separatism i socialt arbete* [Kandidatuppsats, Göteborgs universitet]. Göteborgs universitets publikationer elektroniskt arkiv. Hämtad från <http://hdl.handle.net/2077/55253>
- Krpan, K., Kross, E., Berman, M., Deldin, P., Askren, M., & Jonides, J. (2013). An everyday activity as a treatment for depression: The benefits of expressive writing for people diagnosed with major depressive disorder. *Journal of Affective Disorders, 150*(3), 148-151. Hämtad från <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.05.065> 2013

- Lorin, C. (2018). *Genusperspektiv i klassrummet: En studie kring gymnasieelevers erfarenheter om jämställdhet i klassrummet* [Magisteruppsats, Umeå universitet]. Digitala vetenskapliga arkivet. Hämtad från <http://umu.diva-portal.org/smash/record.jsf?dswid=-9014&language=sv&pid=diva2%3A1290621>
- Nilsson, G. (2017). Genusperspektiv och feministisk teori. i J. Gunnarsson Payne, & M. Öhlander (Red.), *Tillämpad kulturteori*. Lund: Studentlitteratur.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about Emotional Experiences as a Therapeutic Process. *Psychological Science*, 8(3), 162-166. Hämtad från <https://www.jstor.org/stable/40063169>
- Pettersson, C. (2014). Biblioterapi i ett litteraturvetenskapligt perspektiv. *Tidskrift för litteraturvetenskap*, 44(1), 55-65. Hämtad från <https://ojs.ub.gu.se/index.php/tfl/article/viewFile/2961/2543>
- Prop. 2002/03:35. *Mål för folkhälsan*. Hämtad från https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/proposition/mal-for-folkhalsan_GQ0335
- Rennstam, J., & Wästerfors, D. (2015). *Från stoff till studie: om analysarbete i kvalitativ forskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Sigurdson, O., Sjölander, A., Drakos, G., Axelson, T., & Ullén, F. (2016). *Kultur och hälsa i praktiken*. Hämtad från https://gupea.ub.gu.se/bitstream/handle/2077/48361/gupea_2077_48361_1.pdf;jsessionid=6EF5D47630C0FCEA85FF46D8E77DE9BE?sequence=1
- Sloan, D., Feinstein, B., & Marx, B. (2009). The Durability of Beneficial Health Effects Associated with Expressive Writing. *Anxiety, Stress, and Coping*, 22(5), 509-523. Hämtad från <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1080/10615800902785608>
- Svensson, I. (2017). Queerteori. i J. Gunnarsson Payne, & M. Öhlander (Red.), *Tillämpad kulturteori*. Lund: Studentlitteratur.
- Urken, D., & LeCroy, C. (2021). A Randomized Controlled Trial of a Self-Compassion Writing Intervention for Adults With Mental Illness. *Research on social work practice*, 31(3), 254-266. Hämtad från <https://doi.org/10.1177/1049731520972779>
- Utrikesdepartementet. (2008). *Svensk bedömning av multilaterala organisationer. Världshälsoorganisationen, WHO*. Hämtad från <https://www.regeringen.se/49c842/contentassets/ca2ecf234d214181a4ef508945d5c562/varldshalsoorganisationen-who>

Wallin, C. (2015). *Separatism som strategi för utökat handlingsutrymme? En kvalitativ studie om det kvinnoseparatistiska musikrummets potential och paradoxer* [Kandidatuppsats, Södertörns högskola]. Digitala vetenskapliga arkivet. Hämtad från <http://www.diva-portal.se/smash/get/diva2:852783/FULLTEXT01.pdf>

Woolf, V. (2015). *Ett eget rum*. (J. Lundblad, Övers.) Stockholm: Modernista.

Öster, I. (2007). *Bildterapi Vid Bröstcancer: Kvinnors Berättelser I Ord Och Bild* [Doktorsavhandling, Umeå universitet]. Digitala vetenskapliga arkivet. Hämtad från <https://umu.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A141024&dsid=-9014>

4.3 BILAGOR

4.3.1. BILAGA 1. DELTAGARFÖRTECKNING

Lena

Skrivhandledare vid en kreativ verksamhet som riktar sig mot kvinnor och transpersoner med psykisk ohälsa. Verksamhetens syfte är att skapa ett rum för olika kreativa och konstnärliga uttryck, där Lena är den som har huvudansvar för skrivande som konstform. Lena är utbildad journalist men fick av en slump höra talas om den verksamhet hon nu arbetar med. Eftersom hon tycker att målgruppen de arbetar med är viktig har hon nu valt att jobba heltid inom verksamheten. Till en början trodde hon att skrivandet skulle ta mer plats inom jobbet, men hon berättar att hon allt eftersom har märkt att arbetet till stor del handlar om det relationella, det vill säga om kontakten med deltagarna.

Malin

Biblioterapeut som i grunden är litteraturvetare. Hon intresserar sig framförallt för hur litteratur och samhälle hänger ihop och hur litteratur kan skapa forum och sammanhang för välmående. Hon har tidigare deltagit i en kurs som handlade om hur litteratur och läsande kan användas i hälsofrämjande syfte. Detta ledde till att hon startade upp ett biblioterapinätverk. Idag arbetar hon i ett separatistiskt forum för kvinnor med psykisk ohälsa. Forumet har som syfte att genom kreativa uttryck arbeta mot ett välmående. Hon har själv erfarenhet av psykisk ohälsa och saknade under den tiden ett forum likt det hon nu verkar i. Förutom att arbeta med biblioterapi leder hon också workshops i skrivande. Hon har själv använt litteratur som egenterapi.

Alice

Driver egna skrivarkurser och workshops med fokus på hälsofrämjande skrivande och handleder människor i deras skrivande, och hon berättar att det oftast är flest kvinnor på kurserna även om män också deltar. Hon är utbildad journalist men skriver även utifrån sig själv. Hon ser sig själv som en skrivande person och har själv haft hjälp av skrivandet i många svåra situationer. I sin ungdom var hon med om en traumatisk händelse som hon till stor del bearbetade med hjälp av skrivande. Hon har tidigare även gjort ett skrivsamarbete med en öppen psykiatrisk mottagning vilket hon tyckte var svårt eftersom det innebar att hon inte kunde ställa några som helst krav på deltagarna, men hon fick i efterhand höra att många hade känt att de blivit hjälpta av det.

Linnéa

Terapeutisk skrivpedagog med fokus på läkande skrivande. Linnéa har en journalistisk bakgrund men med egna traumatiska upplevelser i bagaget kom hon så småningom in på skrivterapi som yrke istället. Hon har ett intresse för existentiella frågor vilket har haft betydelse för att hon har velat arbeta med människor. Till en början hade hon ett traumainriktat perspektiv under sina kurser men idag arbetar hon bredare. I sin verksamhet riktar hon sig till alla, men det är i huvudsak kvinnor som söker sig till hennes kurser. Tidigare har hon, utöver sina ordinarie kurser, samarbetat kring skrivande med en kvinnojour.

Theo

Skrivdeltagare. Kom i kontakt med den verksamhet han deltar i när han var sjukskriven. Nu studerar han men besöker fortfarande verksamheten med jämna mellanrum. Han har haft psykisk ohälsa sedan högstadiet, i form av depression, ångest och självdestruktivitet. Under en senare period blev han inlagd mycket på psykakuten och beskriver att han under perioden när han var sjukskriven så fanns det inte plats för så mycket annat än hans egna mående. Han såg att verksamheten han kom till gav honom ett syfte, innan dess hade han varit fast i sitt eget kontaktnät som bestod av människor som också led av dålig mående. Han beskriver att han med hjälp av terapi och skrivande har hittat en väg till bra mående.

Cornelia

Skrivande person som tidigare har deltagit i kurser för kreativt skrivande. För tillfället är hon sjukskriven på grund av sin psykiska ohälsa. Hon har framförallt använt skrivande för att

formulera sina tankar och känslor. Hennes främsta ämne för skrivandet är hennes mående eftersom det upptar en stor del av hennes liv. Förutom att skriva tycker hon om att lära sig nya saker, måla, teckna och läsa. Hon har ett behov av att uttrycka sig och gör detta bäst genom att vara kreativ. Hon har genom året gått i olika terapier och tycker att skrivandet har fungerat som ett bra komplement till dessa.

4.3.2. BILAGA 2. INTERVJUGUIDE

1. Personal

Uppvärmning

1. Kan du berätta om ditt arbete/din bakgrund?
 - a. Vad gör du/har gjort innan/vid sidan av?
 - b. Hur kan en dag på ditt arbete se ut?
2. Bakgrund till att du började arbeta med detta?
3. Vad har du själv för relation till skrivande och läsning?
4. Brukar ni ge feedback till era deltagare och hur kan det gå till?

Läsande, skrivande och hälsa

5. Vad ser du för skillnader mellan den här sortens skrivande och vanlig terapi?
6. Vilka länkar ser du mellan litteratur och hälsa (skrivande och läkande)?
 - a. Exempel på skrivande relaterat till hälsa?
 - b. Exempel på läsande relaterat till hälsa?
7. Har du exempel på hur litteraturen har påverkat din egen hälsa?
8. Hur tror du att litteraturen kan påverka människors hälsa i en vidare mening/i stort/på ett generellt plan? (Både kopplat till skrivande och läsande.)
9. Hur ser du att den här verksamheten sammanväver litteratur och hälsa?
10. Hur ser du att du som personal påverkar deltagarnas hälsa?
11. Vilket syfte har er verksamhet? Är syftet kopplat till hälsa?
12. Hur går det till när ni har kreativa workshops med tema skrivande?
13. Vad för sorts uppgifter kan det handla om och varför väljer ni just dessa?
14. Hur ser du att deltagarna utvecklas?
 - a. Hur ser det ut hos de som nyss börjat vs. de som deltagit en längre tid?
 - b. Upplever du att det finns någon skillnad kring ämnena de skriver om och i så fall på vilket sätt?

15. Brukar deltagarna dela sina texter med varandra och hur kan det i så fall gå till? Vad är syftet med det?
16. Brukar ni prata om psykisk ohälsa under era träffar? Vad pratar ni mer/annars om? Vilka teman brukar dyka upp kring deltagarnas hälsa på era träffar?

Genusperspektiv

17. Tror du att kvinnor behöver den här typen av verksamhet för att hantera sin hälsa mer än vad män gör?
18. Ser du att det finns några unika problem för kvinnor och transpersoner som just de behöver bearbeta genom skrivande/läsande?
19. Varför vill du jobba med just kvinnor/stöter du på en viss målgrupp vid dina kurser? Mest kvinnor? Varför tror du att det är så?
20. Hur kommer det sig att verksamheten har valt att rikta sig enbart till kvinnor?
 - a. Vilka fördelar ser du med det?
 - b. Ser du några nackdelar med det?
21. Vad har du för tankar om att skapa separatistiska rum? Har det förekommit diskussioner kring att utesluta män i er verksamhet?
22. Vad tänker du om paradoxen kring att skapa rum för kvinnor genom att utesluta män?
23. Generellt i världen, ser du att det skapas fler rum för läsande/skrivande för kvinnor?

Göteborg som Litteraturstad

24. Vad tycker du om att Unesco har utsett Göteborg till Litteraturstad?
25. Hur skulle du vilja att er verksamhet påverkas efter utmärkelsen?
26. Finns det några behov inom verksamheten som ni skulle vilja utveckla och kan utmärkelsen påverka detta tror du?
27. Hur skulle du på ett personligt plan vilja att utmärkelsen påverkar staden?

Avslutning

28. Är det något du vill tillägga kopplat till dessa frågor?
29. Kan vi återkomma om vi undrar något mer?

2. Deltagare

Uppvärmning

1. Vill du börja med att berätta lite kort om dig själv, vem du är och lite generellt om din bakgrund?
2. Vad har du för bakgrund i övrigt? Jobb/utbildning? Vad gör du på din fritid?
3. Bakgrund till att du började delta i detta?

Läsande, skrivande och hälsa

4. Vad har du för relation till skrivande och läsning?
 - a. Vad betyder skrivande för dig? Hur länge har du skrivit?
 - b. Läser du mycket också?
 - c. Plockar du inspiration från annan litteratur när du skriver?
5. Vilka länkar ser du mellan litteratur och hälsa (skrivande och läkande)?
6. Vad brukar oftast skriva om? Vilka ämnen?
7. Har du några exempel på vad skrivande har betytt för dig och din hälsa?
8. Vilken roll har den här verksamheten spelat för dig och ditt skrivande?
9. Brukar du dela ditt skrivande med andra?
 - a. Hur kan det gå till?
 - b. Syftet med det? Vad ger det dig?
10. Hur tror du att litteraturen kan påverka människors hälsa i en vidare mening/i stort/på ett generellt plan? Både kopplat till skrivande och läsande.
11. Har du andra i din närhet som använder skrivande på liknande sätt som du?
12. Du behöver inte svara om du inte vill, men har du kopplat till din hälsa även gått i någon form av terapi?
13. Vad skulle du säga är skillnaden mellan terapi och att skriva för din hälsas skull?

Genusperspektiv

14. Varför har du valt att ansluta sig till ett skrivande nätverk just för kvinnor och transpersoner?
15. Vad ser du för fördelar med att nätverket är enbart för kvinnor/transpersoner?
16. Vad tänker om att nätverket utesluter heteronormativa män?
17. Vad tänker du om paradoxen kring att skapa rum för kvinnor genom att utesluta män?

Göteborg som Litteraturstad

18. Vad tycker du om att Unesco har utsett Göteborg till Litteraturstad?
19. Finns det något som du skulle önska att det fanns mer av i staden för att hjälpa dig i ditt skrivande?
20. Vad finns det just nu i staden som du tycker underlättar för dig i ditt skrivande?

Avslutning

21. Är det något du vill tillägga kopplat till dessa frågor?
22. Kan vi återkomma om vi undrar något mer