

Evaluering af skriveværksteder: Ord.Liv.Skriv!

Carl Johannes Middelboe
Mette Marie Kristensen
Anna Paldam Folker

Indledning

Projekt Ord.Liv.Skriv er en del af Kulturmetropolens indsatsområde 'Et bedre liv med kultur', i samarbejde med Forfatterskolen PS! Projektet retter sig mod borgere som oplever at have "ondt i livet": Mennesker ramt af ensomhed, stressramte, mennesker med psykisk lidelse og stigmatiserede grupper i bred forstand. Indsatsen består af syv skriveværksteder over syv uger, hvor professionelle forfattere faciliterer undervisningen. Skrivegruppernes formål er at lade deltagerne bearbejde livserfaringer gennem arbejde med kunst og skønlitteratur, såvel som et arbejde med at flytte fokus fra manglende ressourcer til muligheder og potentialer for deltagerne. For at udføre dette arbejde, lægger forfatterne stor vægt på at skabe et trygt socialt rum i skrivegruppen, såvel som at tilpasse skriveforløbene til deltagerne i hver skrivegruppe.

Evalueringen har til formål etnografisk at undersøge potentialer for tilegnelse af mestringsevner (self-efficacy i det følgende) ved deltagelse i skriveværkstedet i projektet Ord.Liv.Skriv.

Teori

Begrebet self-efficacy omhandler personers tro på egne evner til at opnå mål eller overkomme situationer. I litteraturen om self-efficacy skelnes der mellem generel self-efficacy, som omhandler personers generelle tiltro til at lykkes med ting eller overkomme udfordringer, og self-efficacy inden for specifikke områder (Bandura 2006, Chen et al. 2001, Tsang et al 2012, Zulkosky 2009). Generel self-efficacy udvikler sig gennem akkumulering af succes- og nederlagsoplevelser igennem livet (Chen et al 2001), men flyder ikke nødvendigvis over i specifikke domæner – altså, at man generelt synes at man er god, eller ikke god, til at overkomme forhindringer eller opnå sine mål, betyder det ikke at man nødvendigvis tror, eller ikke tror, på sig selv i specifikke situationer. Personers opfattelser af self-efficacy påvirker niveauet af motivation og i hvilken grad de vil gøre en indsats for at et foretagende (Zulkosky 2009).

Metode

Evalueringen er baseret i et kvalitativt undersøgelsesdesign, hvori der udføres et etnografisk feltarbejde i to af de ni deltagende kommuner. Feltarbejdet består af løbende deltagerobservationer af de to skriveværkstedesforløb, i alt 14 skriveværksteder. Afslutningsvis er der gennemført individuelle interviews med fire deltagere fra skriveværkstederne, samt to individuelle interviews med forfatterne på de to forløb.

Et etnografisk feltarbejde, med supplerende interviews, er en velegnet metode til at undersøge hvilken påvirkning indsatsen har, ved at være en aktiv del af forløbet. Udover at give evaluatoren et personligt indblik i skriveøvelsernes effekter, er den deltagende karakter af dette studie også baseret i en forskningsetisk overvejelse. En ikke-deltagende observatør, kunne potentielt opfattes som en del af en vurdering af deltagernes indsats, og dermed negativt påvirke det sociale rum. At deltage aktivt i skriveværkstederne indebærer også, at der bruges mange kræfter på at fortælle om projektet, give plads til at lade deltagerne selv vurdere om det var passende at evaluatoren deltog, osv.

Evalueringen vil have fokusere på deltageres udbytte af skriveværkstederne, med særligt fokus på self-efficacy.

Setting og målgruppe

Deltagerne på skriveværkstederne er rekrutterede fra en målgruppe der har komplekse udfordringer i deres hverdagsliv. I arbejdet med denne målgruppe, er det afgørende at være opmærksom på konteksten. Overordnet tilhører deltagerne alle en gruppe som kan kategoriseres som havende ”ondt i livet” – forstået på den måde, at alle deltagere er sårbare i en vis udstrækning. Det er varierende hvor sårbare deltagerne er, og dermed også hvilke begrænsninger de skal overkomme for at deltage aktivt i et skriveværksted. Begrænsningerne for denne målgruppe strækker sig udover de udfordringer jeg selv oplevede i min deltagelse af skriveværkstedet, hvor jeg ofte følte mig nervøs inden jeg skulle læse mine tekster højt, eller ikke følte mig i stand til at få skrevet ting ned under øvelserne. For deltagerne indebærer begrænsningerne blandt andet udfordringer i stabilt fremmøde, usikkerhed i højtlesning af skrevne tekster, udførsel af skriveøvelser, at holde øjenkontakt, at sidde

rundt om bordet osv. I det følgende citat, beskriver forfatteren fra skrivestæden i Kommune 1, hvordan deltagerne har overkommet mange begrænsninger. Flere af deltagerne i skrivestædet i denne kommune deltager for anden gang.

Interviewer: ”Har du en idé om hvordan det [at deltagerne får mere ud af forløbet, end at blive bedre til at skrive] er kommet til udtryk? Har du lagt mærke til at de føler sig mere selvsikre, eller?”

Forfatter: ”Det kan både være nogle ret små kropslige ting, som at vende sig ind mod bordet, når der bliver talt. Og ikke vende sig væk. Helt fysisk at turde være til stede. Jeg tror også selv du oplevede det. Så det kan være den der fysiske- at jeg kan mærke at der er en afslappet stemning, fysisk, i rummet. At det er okay at være der og det på en eller anden måde ikke er anstrengende. At de ikke skal anstrenge sig for at være der. Men at det også er et befrielsesrum, sådan: ”Phew, nu er vi her, nu skal vi [kun] skrive”. Og så har jeg kunnet mærke det på deres egne betragtninger over det de har skrevet. Det at de også selv kan mærke: ”Wow der er sket noget”. Det kan være alt fra jeg kan skrive længere sætninger, men det kan også være den der følelse af, ”Gud jeg har faktisk beskrevet noget meget komplekst inde i mig selv, som er kommet ud på et stykke papir, og jeg har faktisk beskrevet det sådan, at jeg selv hører det måske for første gang, i denne her kontekst. Og det spejler sig ud i de andre, som også på en eller anden måde reagerer på det. Det er jo enormt individuelt fra den ene til den anden til den tredje til den fjerde, fordi de er så forskellige. Og de kæmper med så forskellige ting. Så med nogen har det været ”Gud hvor dejligt, han har været vendt ind mod bordet i dag, og snakket med os andre og måske lige kigget op, og haft øjenkontakt en enkelt gang”. Hvor det har været en kæmpe ting, ikke? Og med en anden har det måske været, at vedkommende er kommet igen og kommet igen og kommet igen.”

(Forfatter i Kommune 1)

At tage ordet, og at være tryk i at være centrum når der læses højt, er egenskaber som skrivestæderne forsøger at styrke hos deltagerne. Det er svært for denne målgruppe, at styrke disse egenskaber, grundet deres udfordringer og tidligere erfaringer. Derfor er det relevant at være opmærksom på, hvilken indsats det kræver for denne gruppe at lave fremskridt, og at disse

fremskridt anerkendes, både under skriveværkstedet, og i vurderingen af skriveværkstedets potentialer. Afgørende for udbyttet af skriveværkstederne er, at forfatterne er opmærksomme på at tilpasse værkstederne til deltagernes forventninger og kapacitet til at deltage i disse, samtidig med at der holdes fast i skriveværkstedets formål. I min deltagelse i skriveværkstedet i Kommune 1, talte vi ikke meget om hvilke udfordringer deltagerne havde, såvel som at flertallet ikke ønskede at deltage i interviews eller formelle samtaler om hvordan de havde oplevet skriveværkstedet. Skriveværkstederne i de to kommuner følger samme format, men adskiller sig på graden af deltagernes udfordringer.

Uddrag fra feltnote, Kommune 2

Inden Forfatteren kommer, sidder vi andre og taler rundt om bordet. Bente og Dorte taler om deres oplevelser med sagsbehandlere, og hvordan det er at være i kontanthjælpssystemet. Bente og Morten taler om deres oplevelser med læger. Det slår mig, at jeg allerede nu ved meget mere om deltagerne, end jeg gør om deltagerne i Kommune 1. I Kommune 2 fortæller de mere om sig selv, de taler mere med hinanden og viser generelt mere socialt overskud. De har også udfordringer, men forskellen er, at de taler meget åbent om deres udfordringer.

Forskellen mellem de to målgrupper afspejler sig både i hvor meget deltagerne fortæller om sig selv, det sociale miljø, men ligeledes i karakteren af de øvelser som forfatterne udvælger. Deltagerne i Kommune 2, taler mere åbent om sig selv og deres udfordringer i hverdagslivet, i uformelle samtaler i skrivegruppen. Det har en betydning for hvor direkte øvelserne kan antage et terapeutisk sigte, hvorfor der i Kommune 2 tidligt i forløbet laves skriveøvelser hvor målet er udtalt at skrive om sig selv, og præsentere det for de andre deltagere. I Kommune 1 derimod, er skriveøvelserne ikke på samme måde eksplicitte i at beskrive og bearbejde personlige oplevelser, grundet deltagernes varierende omstændigheder for at arbejde med netop dette. I det følgende uddrag fra feltnoter beskrives det, hvordan deltagerne ikke har lyst til at lave en skriveøvelse, fordi den ikke passer på dem.

Uddrag fra feltnote, Kommune 1

”Som den fjerde øvelse foreslår Forfatteren at vi skriver ud fra titlen ”en harmonisk dag”. Frank og Erik synes ikke meget om den idé. Erik fortæller, at ”jeg har været i

ubalance hele mit liv, så en harmonisk dag passer ikke så meget på mig”. Forfatteren ændrer øvelsen til ”i min verden”, hvor vi skal skrive om vores hverdag. Eriks tekst handler om, hvordan at det i hans verden er et arbejde at være den man er. Det er noget han skal prioritere, fordi hvis han er passiv leder det til ikke at være den han er. Han fortsætter i en beskrivelse af hvordan det går bedre for ham og at han har lyst til at holde fast i den bedring han oplever.”

Uddraget tydeliggør nødvendigheden af at tilpasse skriveforløb til deltagernes behov.

Udgangspunktet for skriveværksteder er, at skrivningen indebærer et arbejde med sig selv, uanset hvor eksplicit skriveøvelserne er fokuseret omkring personlige oplevelser, hvorfor der også i begge forløb indgik øvelser som fokuserede på sansning, beskrivelser af objekter, associationer, osv. I den kreative skriveproces, har deltagerne selv muligheden for at lade personlige perspektiver træde i forgrunden, uanset øvelsens fokus. Det følgende uddrag eksemplificerer, hvordan skrivningen kan være en aktiv bearbejdning af følelser for nogle deltagere, også når skriveøvelserne ikke eksplicit handler om at skrive om sig selv.

Uddrag fra feltnote, Kommune 1

”I den første øvelse efter flowskriv, skriver vi ud fra sætningen ”Når vinteren kommer”. Jeg skriver selv om ændring i sociale rytmer fra sommer til vinter. Beates tekst handler om årstidernes skift, og at hun (en jeg-fortæller) først bliver set om vinteren. Da hun er færdig med at læse højt, fortæller hun i sin samtale med Forfatteren og resten af deltagere, at det var ”ekstremt personligt”. Jeg opfatter det ikke selv som ekstremt personligt, da det bliver læst højt, men jeg bliver bevidst om, at selvom det ikke bliver udtalt hver gang Beate læser højt, så indgår der i hendes tekster typisk en kvinde eller en jeg-fortæller.”

Analyse

I undersøgelsen fremhæves to afgørende forhold – vigtigheden af at skabe et trygt rum og effekterne af at skrive. Det ene forudsætter det andet, da det er afgørende, især med denne

målgruppe, at skabe et trygt rum, for at effekterne af skrivningen skal nyde sin fulde effekt. I det følgende beskrives oplevelser af det trygge rum, hvorefter en uddybning af hvilke effekter skrivningen har for målgruppen.

Det trygge rum

Begge forfattere italesætter nødvendigheden af at skabe et trygt for deltagerne – både i afsluttende interviews, men også i plenum under skrivestæderne. Et trygt rum er nødvendigt i skrivestæder, og i endnu højere grad i skrivning for denne gruppe deltagere. Som nævnt i beskrivelsen af målgruppen, er det afgørende at deltagerne har bedst mulige betingelser for at overkomme de begrænsninger de møder i udførelsen af skrivestædet. Derfor gjorde begge forfattere indledningsvis opmærksomme på, hvad et trygt rum indebærer og hvorfor det var nødvendigt at italesætte dette. Det følgende uddrag er fra den sjette gang skrivegruppen mødtes i Kommune 1. I uddraget er en deltager meget udtalt omkring, nødvendigheden af der skabes et tillidsfuldt rum, for at kunne åbne op for personlige ting.

Uddrag fra feltnote, Kommune 1

I den tredje øvelse skal vi skrive om vores ønsker for vores fremtid – én ting man ønsker sig skal ske inden man går i seng i aften, én ting man ønsker sig skal ske inden året er omme og én ting man ønsker sig inden man dør. Inden vi går i gang med at skrive, fortæller Frank at han har været igennem en meget svær periode det sidste års tid, siden hans kæreste døde. Det er første gang jeg hører noget om Franks privatliv, udover at han missede et forløb pga. en rejse. Frank fortæller, at han, pga. den svære periode, ikke vil sætte uopnåelige mål. Forfatteren fortæller at hun sætter pris på at han deler det – og at det siger noget om det rum vi har skabt sammen. Frank er enig. Senere fortæller han endnu en ting om sig selv, da han genkalder en episode hos en psykolog, hvor psykologen sagde: ”det virker ikke til du åbner op”, hvortil Frank svarede at han ikke vil eller kan åbne op efter kun 10 minutter. Det understreger også hvordan der er blevet skabt et trygt rum i skrivegruppen.

Udover at være en nødvendig faktor for at arbejde med skrivning, er det trygge rum også en afgørende faktor i de positive effekter som forløbet sigter mod at skabe hos deltagerne, eksempelvis

erfaringer med at indgå i sociale fællesskaber. En deltager, som svarede på spørgsmål over mail, fortæller at det mest positive ved skrivegruppen har været fællesskabet.

”Det bedste har helt klart været at være i et fællesskab. At vi hver uge, stort set, samledes om den fælles interesse med at skrive.”

(Deltager i Kommune 1 besvaret over e-mail)

Skriveforløbene har positive effekter for deltagerne i kraft af de trygge sociale rum der bliver skabt, hvor der skabes en fast tilknytning til en gruppe i lignende situationer som en selv, som har en fælles interesse i skrivning. Men på skriveværkstederne er der endnu en faktor, som adskiller forløbet fra andre initiativer, som lægger vægt på sociale relationer og faste rammer, nemlig skrivningen.

Effekter af skriveværkstedet

Skrivningen har nogle særlige egenskaber, som adskiller det fra andre kommunale tilbud. Både forfattere og deltagere beskriver skrivningen som en måde at arbejde med sig selv, og med andre. Skrivningen har både et terapeutisk potentiale i at bearbejde følelser, og ligeledes et potentiale i at bevidstgøre følelser som ikke altid er præsent, hvilket bliver beskrevet af en deltager i det følgende:

”Skrift og lyrik er en god måde at udtrykke noget af det man føler og de ting man slås med. Få det ud på en eller anden måde. Få det visualiseret med ord. Det synes jeg er en god ting. Og det er også en måde at forstå sig selv, og bearbejde sig selv på, at sige: ”Det er nogle af de ting som jeg slås med indvendigt”. Og det kan man måske ikke få ud på så mange andre måder. Man kan prøve at lave et maleri, men et maleri er måske mere abstrakt, mens ord er en god måde at- man træner jo også sit eget ordforråd ved at skrive og bliver bedre til at formulere sig selv. Hvis man så skal op på kommunen og snakke om et eller andet, så har man måske et større ordforråd og er bedre til at formulere hvad man slås med.”

(Deltager i Kommune 2)

For denne deltager, indebærer skrivning både en måde at forstå sig selv og bearbejde sine udfordringer, men også at formulere disse udfordringer til andre. Forfatterne fra skriveværkstederne italesætter ligeledes den dobbelthed som skrivningen indebærer. Det er både et middel til at forstå og bearbejde følelser, men ligeledes en måde at komme tættere på andre. Skrivningen indebærer at kommunikere sine problemer, på andre måder end deltagerne tidligere har kunnet, og bidrager ligeledes til at forstå andres udfordringer på en ny måde. Andre deltagere fortæller at skrivningen hjælper med at få lettet deres tanker, at være i nuet eller at identificere hvilke ting som ubevidst påvirker dem. Som tidligere nævnt, varierede graden af hvor eksplicite skriveøvelserne var i deres terapeutiske sigte og potentiale for at arbejde med sig selv. Øvelserne varierer mellem at være rettet mod nøgterne beskrivelser af naturen, et blad eller en sten eksempelvis, og at være rettet mod beskrivelser af ens barndomshjem eller ens hverdagslige rutiner. I øvelser hvor fokus ikke er eksplicit på at arbejde med følelser som er svært tilgængelige, er der også et arbejde med sig selv på spil.

”Selvom når du finder noget ude i haven og beskriver det, så vil du altid skrive igennem dig selv. Så du vil på eller anden måde komme til at farve det med din egen stemme. [...] Og du kan jo også tage den samme ting, det har jeg også gjort nogle gange. De har fået præcis den samme ting at skulle beskrive og det har været fem fuldstændig forskellige beskrivelser. Også at se, at ”jeg er noget, jeg er mig og jeg er bærer af min egen stemme”. At lære sin egen stemme at kende.”

(Forfatter i Kommune 1)

Deltagerne oplever at stå ved deres tekst, og derved også stå ved et produkt af dem selv. Det er en øvelse som kan styrke deltagernes selvtillid, ved at fremhæve at de er i stand til at formidle ord og tanker som bliver taget seriøst i et socialt rum. Gennem skrivningen forsøger forfatterne at udruste deltagerne med en mulighed for at italesætte dem selv på andre måder, med fokus på andre ting, end de har været vant til tidligere. Det er både en øvelse i at arbejde med sig selv, men giver også mulighed for at styrke relationelle kompetencer. En deltager fortæller det følgende, når vedkommende spørges ind til at uddybe en kommentar om at møde ligesindede i skriveværkstedet:

”Hvis man siger man er kontanthjælpsmodtager, har samfundet nogle gange med at se ned på en. Men der er en grund til at folk er det. Folk der er i det system, det er jo ikke

fordi de har lyst til at være der, og vi vil jo gerne ses som mere end bare diagnoser og sagsbehandlerfagudtryk. Vi vil gerne ses som mennesker. Der er det nemlig godt at møde andre folk i samme situation og udveksle erfaringer, og vise hinanden at vi er mere end bare et nummer i en sagsbehandlermappe. Vi er mennesker og vi har gode og dårlige sider. Vi *har* noget at byde på. Vi vil jo gerne have den hjælp vi skal have, for at komme ud af systemet [...] [I skriveværkstedet] er det som sagt, nogle ligesindede personer, og man ser ikke ned eller op, man ser hinanden i øjnene.”

(Deltager i Kommune 2)

Deltageren italesætter her både en opfattelse af at ens stemme har magt, at de har noget at byde på, og at denne følelse styrkes i gruppen. Deltagerne sætter perspektiver i spil, igennem deres skrivning, og får refleksioner på disse. De relationelle kompetencer, i kombination med den indadrettede bearbejdning, bidrager til at deltagerne føler at de bliver taget alvorligt.

Potentialer for udvikling af self-efficacy

I dette notat er der fremhævet forskellige effekter af deltagelse i skriveværksted. I udviklingen af deltagernes self-efficacy, er det afgørende forhold, at deltagerne styrker deres tiltro til egne evner. I skriveværkstederne, konfronteres deltagerne gentagne gange med deres følelser og udfordringer, og opmuntres til at forholde sig til disse, og dele dem med gruppen. At blive opmærksom på- og konfronteret med udfordringer igennem skrivning, og at stå ved disse gennem højtlesning, er med til at skubbe deltagerne i en positiv retning. I højtlesningen af tekster bliver den indadvendt skrivning udadvendt, forstået sådan, at de ”blotter sig selv” for andre, da de deler personlige ting. I det følgende, beskriver en deltager udviklingen af sin selvtillid i skriveværkstedet:

”I det [første forløb] var det helt overvældende og grænseoverskridende at læse højt. Det var jo mine tanker, mine meninger, holdninger, fantasi osv. alle de andre lyttede til. Den anden gang skulle jeg også lige finde modet. Der var nye deltagere på holdet - derfor blev det igen svært. Jeg skulle lige blive tryk. Så vil jeg sige at det også kom an på hvilken dag jeg havde. Havde jeg det svært/skidt blev det at læse højt, eller sætte mig selv i centrum også svært. [...] Heldigvis drejede skriveværkstedet jo ikke om

hverken at bruge mange fine ord, stave rigtigt, grammatik eller noget i den dur. Så den feedback jeg fik tilbage, var positiv og dermed blev min selvtillid højere. Nogle gange kunne jeg faktisk slet ikke vente med at læse mine tekster højt, fordi jeg var så stolt af det jeg havde skrevet.”

(Deltager i Kommune 1 besvaret over e-mail)

For denne deltager giver skriveværkstedet ikke udelukkende en øget tro på at være i fokus i sociale sammenhænge, men også en selvsikkerhed i at fortælle om sig selv. Som nævnt, er det vigtigt at have deltagerens udfordringer in mente, når potentialerne for udvikling af self-efficacy vurderes. Skriveforløbet kan anses som et forsøg på at akkumulere positive oplevelser af at fortælle om sig selv, indgå i sociale fællesskaber og at *man kan byde på noget*, netop fordi disse faktorer har været fraværende for deltagerne i deres liv. At deltagerne opfatter en øget selvtillid, og en øget tro på at være i stand til at formidle sine udfordringer, kan direkte knyttes op på en forbedring af deltagerens mestringsevner. Mestringsevner påvirker ligeledes deltagerens kapacitet til at deltage aktivt i skriveværkstederne, eksempelvis ved at koncentrere sig og gøre sig umage, som indebærer en tro på at man kan lykkes i den situation man er involveret i.

Konklusion

Denne evaluering har til formål at undersøge potentialerne for tilegnelse af mestringsevner for sårbare borgere igennem skriveværksteder. Skriveværkstederne bestræber sig på at lade deltagerne arbejde med egne livserfaringer gennem skrivekunst i fællesskab. Det er vigtigt at være opmærksom på deltagerens udfordringer, både i udformningen af skriveværksteder, og i evalueringen af effekterne af denne. For det første, gennemgår deltagerne ændringer i deres kapacitet til at deltage i sociale sammenhænge, eksempelvis en større sikkerhed i at tage ordet og være i centrum for andres opmærksom og at være stabil i sit fremmøde. For det andet, kan skriveværkstederne bidrage til styrke deltagerens evner til opdage, forstå og bearbejde udfordrende elementer i deres hverdagsliv, gennem erfaringer med skrivning som et terapeutisk værktøj. For det tredje, oplever deltagerne en øget selvsikkerhed i at sætte ord på og kommunikere deres udfordringer til andre. Skriveværkstederne har potentiale for deltagerens tilegnelse af positive ændringer i sociale

kompetencer, evner til at bearbejde egne følelser og forbedring af mulighederne for at formidle egne udfordringer.

Litteratur

Bandura, A (2006) Guide for Constructing Self-Efficacy Scales, in *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*, 307–337, Information Age Publishing, 2005

Chen, G., Gully, S.M., Eden, D. (2001) Validation of a New General Self-Efficacy Scale, *Organizational Research Methods*, Vol. 4 No. 1, January 2001 62-83, 2001 Sage Publications, Inc

Tsang, S.K.M., Hui, E.K.P., Law, B.C.M. (2012) Self-Efficacy as a Positive Youth Development Construct: A Conceptual Review, *The Scientific World Journal* Volume 2012

Zulkosky, K. (2009) Self-Efficacy: A Concept Analysis, *Nursing Forum*, Volume 44, No. 2, April-June 2009