



Bokhäxa på is

Bokhäxan ska komma tillbaka, det är min fasta tro. I denna magiska och praktiska metod får bibliotekarien vara spådam. BabaJaga var mitt häxalias, och det fanns fler. Vi var som flest elva i staben, som lekfullt och allvarligt svarade på brev från respondenter i åldrarna tretton till tjugofem. **Bokhäxan** hade BRIS-metoden i ryggen, och skrev lyckobrev som speglade ett formulär. Tre personliga boktips plockades fram och lades till svaret. Bokhäxan var en populär instans. Ungefär 500 unga hörde av sig och fick kontakt.

Så här kunde ett ifyllt formulär se ut:

Alias: Pommac

Ålder: 17 år

1. Jag är.../tycker om att skriva.
2. Jag är.../tänker bäst när det regnar.
3. Jag är...trött på skolan.
4. Jag är.../vill bli stor
5. Jag är.../vill ha tre barn.
6. Jag är.../tycker om att läsa.
7. Jag är.../vill resa mycket.
8. Jag är...en morgonmännisk.a.
9. Jag är...glad.
10. Jag är...tänker mycket.
11. Jag är.../vill åka till Frankrike.
12. Jag är...fantasifull.
13. Jag är...kreativ.
14. Jag är...drömmare.
15. Jag är...nyfiken.
16. Jag är...envis.

- 17. Jag är...slarvig.
- 18. Jag är.../gillar rosa.
- 19. Jag är.../gillar balett.
- 20. Jag är...hemlighetsfull.

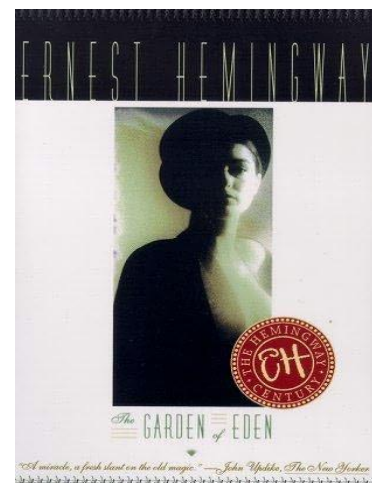
Och så här kunde ett lyckobrev se ut:



Hej Pommac

”Jag tänker bäst när det regnar.” Det kunde vara öppningen till en roman eller dikt. Din envishet blir användbar för att fortsätta skriva även när det tar emot. Det är många faser att gå igenom innan en text är färdig. Du bygger upp en spänning genom att nämna hemlighetsfull på sista raden. Det är skickligt, och får effekt! (Det är också en vacker och spännande egenskap, du blir en Greta Garbo.) Du har förmågan att skapa stämningar. Var rädd om dig själv och din skrivbegåvning, det är något speciellt som du har, och som skiljer dig från många andra. Låt nyfikenheten och drömmarna visa dig vägen.

Boktips:

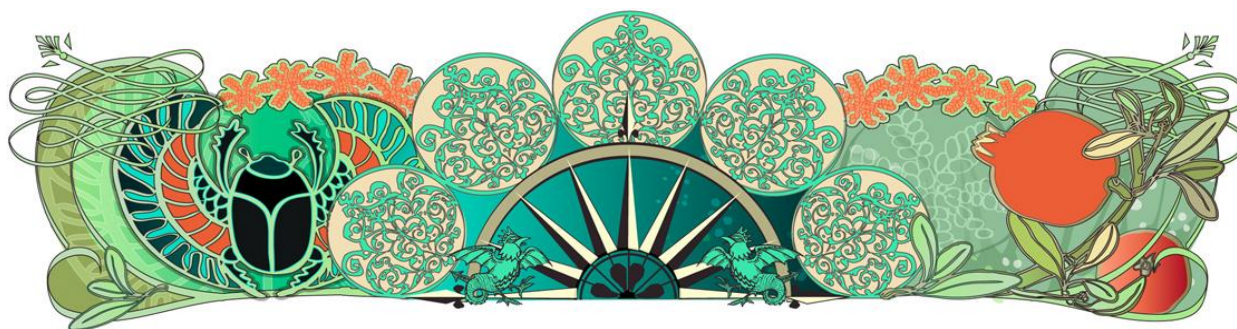


*Kiki – drottning av
Montparnasse*
av Lou Mollgaard

Sprickor och honungslim
av Linzi Glass

Edens lustgård
av Ernest Hemingway

Hälsningar från **BABA JAGA** din bokhäxa



Metodbok om högläsning i Läsklubb

Läsklubb är metoden som jag skapade ihop med bibliotekarien Karin Graube under min tid vid BUS-biblioteket på Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus i Göteborg. Läsklubbarna har helt ersatt de gamla bokvagnarna och avdelningsronderna.



Eva Selin
LÄSKLUBB PÅGÅR!
En metodbok om
högläsning som
biblioterapi
BTJ Förlag

Eva Selin
LÄSKLUBB PÅGÅR!

**Kan din vardag rymma högläsning?
Vill du göra skillnad med böcker och
skapa en bokallians som når hjärtat?**

I en Läsklubb finns två aktörer: lyssnaren och högläsaren. Böckerna som används är hemliga vapen med superkrafter. De kan skänka mening och magi, lindring och tröst.

På Drottning Silvias barn- och ungdoms-sjukhus i Göteborg har bokvagnarna ersatts med Läsklubbar och högläsning som biblioterapi. Bibliotekarien gör rumsbesök hos de barn och unga som inte själva kan röra sig fritt på sjukhuset. Högläsningstunderna rymmer vila, stimulans och samtal. Metoden tar närvaron och stunden på allvar och öppnar för en dialog med barn och ungdomar på sjukhus, behandlingshem eller andra platser. Läsklubben erbjuder en annan värld att titta in i och gör det till en vana att öppna böcker och finna nya möjligheter.

Eva Selin är bibliotekarie och föreläsare med inriktning på biblioterapi. Hon har under många år praktiserat Läsklubb med barn och unga på sjukhus. I *Läsklubb pågår!* delar hon metoden med högläsning en-till-en, där barnet får bestämma.

För intervjuer, författarbokning och recensionsexemplar kontakta eva.bengtsson@btj.se

btj förlag

Min bok [Läsklubb pågår!](#) *En metodbok om högläsning som biblioterapi* från maj 2019 beskriver högläsning som biblioterapi. Det handlar om läsning i kombination med bekräftelse och uppmärksamhet från en vuxen till ett barn eller en ung. Jag är speciellt glad över att Läsklubbmetoden är antipedagogisk. Det ringar nog in vem jag är. Den har ingen agenda. Den vill inte visa fram något annat än det som barnet har inom sig just nu och själv kanske vill lyfta ut och göra synligt. Barnet får bli till och utvecklas i stunden. Kraften som verkar är barnets egen. Jag är nöjd med att, i det lilla, ha tillfört världen en metod som inte gör något annat än bereder plats åt någon. Talutrymme och tankeutrymme ökar. Och det sker med hjälp av en bok. En bok av kvalitet. Den är noga utvald för att passa livsläge och personlighet hos den som ska lyssna. Så enkelt kan biblioterapi vara. Boken är i sig terapeutisk. Och om jag som vuxen tonar ner mig själv helt så har den chans att nå fram till mottagaren på det sätt som författaren och illustratören har haft för avsikt i skapandet.

Läsklubb skulle kunna plockas upp av kommunerna och erbjudas under rubriken som redan finns: *Boka en bibliotekarie*. Jag tänker också speciellt på gruppen hemmasittare.

Big 5 och en ungdomsportal på nätet

Det behövs en biblioteksportal för unga i Sverige. **ALTEREGO** ska vara brett biblioterapeutiskt inriktad. Det bästa vore en nationell satsning i partnerskap med Kungliga biblioteket, men starten kan ske i en region eller kommun. Utförandet bör ligga på en arbetsgrupp. Medarbetarna kan så småningom finnas på olika håll i landet, likt modellen för *Bibblan svarar*. Portalen ska ha ett personlighetspsykologiskt tema, med interaktivitet. För att kvalitetssäkra detta psykologiskt vill jag hitta samarbete med Ungdomsmottagningen, UMO.se. Användaren ska få hjälp att ringa in sin läsart, sin läsaridentitet och också lära sig något om sin psykologiska profil. *Big-Five*, femfaktorteorin kan ligga till grund, där komponenterna bildar akronymen OCEAN:

Openness

Conscientiousness

Extraversion

Agreeableness

Neuroticism

Om du är lik mig så börjar du nu spontant fundera över hur mycket eller lite du själv har av dessa traits. Och nästa steg: hur skulle resultatet kunna kopplas ihop med böcker? Vilka titlar skulle komma ut på andra sidan den processen? Jag vill att portalanvändaren ska få hjälp av bibliotekarier med att hitta fram till sin bästa typ av litteratur via dessa termer. Det kan handla om olika slags identifikation. Ton, stämning, karaktär, handling? Med passande verk, det vill säga de böcker som upplevs som intressanta, lockande och rätt, kan läsaren lära sig något om sig själv och om hur läslust och läsnyfikenhet känns. Böcker ska gälla. De ska angå. Och det är bibliotekens uppgift att erbjuda det. Jag vill att portalbesökaren ska få syn på sig själv via andra läsande och skrivande människor. Kända författare kan fungera som *role models* med egna berättelser om hur de hittade fram till läsandet och skrivandet.

Sinsemellan chattar, skriver, reagerar och tipsar besökarna varandra om böcker inom de olika genrer och grupperingar som sajten är uppdelad i. ALTEREGO ska öppna för frågorna: Vem är jag? Är jag lik och unik? Kan man vara sån? Finns det fler som jag? Vågar jag blotta mig? Svaren ska bli: Ja, du är lik andra. Ja, du är unik. Ja, du får finnas, och här på portalen kan du anonymt visa för andra vem du är eller vem du vill vara.

KRISDIKT

Även KRISDIKT skulle vara en nätbaserad tjänst som främst befolkas av bibliotekarier enligt modellen för *Bibblan svarar*. Här måste det vara yrkesverksamma med poesi som specialintresse. Det kan också finnas andra lyrikexperter knutna till projektet, såsom litteraturvetare. Vem som helst som subjektivt befinner sig i förödelsens stund ska kunna beskriva sitt läge på nätet, långt eller kort, i en ruta för text. Krisrapporten skickas till en arbetsgrupp där jourhavande letar fram en passande dikt, svensk, översatt eller på originalspråk, och skickar över den i fulltext tillsammans med en referens. Kanske kan *Bibblan svarar* redan nu bereda plats för KRISDIKT inom befintliga ramar? Det skulle också kunna resultera i publicerbart material passande att sändas som korta avsnitt i en podd med samma namn.

Krisbegreppet ska inte vara trångt utan användbart på många nivåer. Kriser behöver inte jämföras för att vara giltiga. Jag är ofta i kris. Jag vet inte hur jag skulle fylla i rutan just idag, men detta är den krisdikt jag skulle önska mig som svar:

“It’s dark because you are trying too hard.
Lightly child, lightly. Learn to do everything
lightly.
Yes, feel lightly even though you’re feeling deeply.
Just lightly let things happen and lightly cope
with them.

I was so preposterously serious in those days,
Lightly, lightly – it’s the best advice ever given
me.

So throw away your baggage and go forward.
There are quicksands all about you, sucking at
your feet, trying to suck you down into fear and
self-pity and despair.

That’s why you must walk so lightly.
Lightly my darling.”

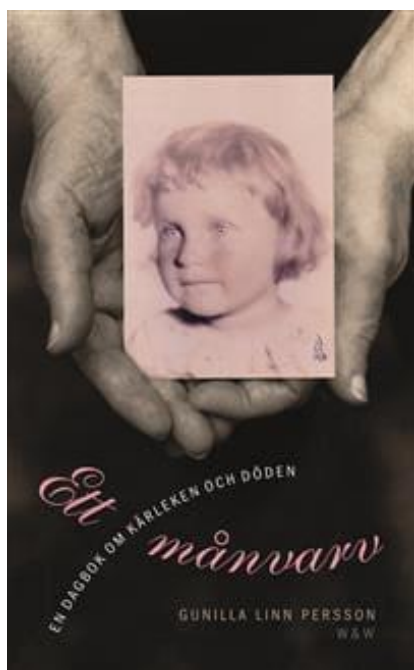
Jag skulle hitta mig i den. Och den skulle trösta.

Radions *Dagens dikt* i P1 kunde vara en uppföljande instans. Där kan man med upphovspersonens tillstånd publicera särskilda inskickade krisbrev, ihop med den dikt som blev svaret.

KRISDIKT blir ett led i arbetet med att visa att allt som gör ont inte är sjukt. Det hör till mänskligt liv att uppleva psykisk smärta. Ingenting är unikt eller nytt. Mänskliga sammanhang upprepas. Andra har befunnit sig där du är nu, och dessa känslor har gestaltats i poesi. Jag vet flera som ofta söker sig till tröstdikter, och som känner att raderna och stroforna är laddade med mening som rör dem, och som gör skillnad.

BRYT. En hård biblioterapi

Jag är på spaning efter en metod för att bryta upp raderna en och en i taget i en roman, och samtidigt lyssna förutsättningslöst inåt och lyfta fram dessa fynd i ljust. Finns det redan en sådan praktik?



BRYT är motsatsen till en feel good-läsecirkel. Det handlar om ett sätt att läsa *in splendid isolation*, men inte den vanliga läsarten vi använder till nattduksboken. Romanen jag valt ut och sitter med ska verka biblioterapeutiskt inom mig. När jag använder boken så här blir den min terapeut. Eller om det är jag som blir det. Jag vill åt en speciell form av självuppmärksamhet och ett aktivt lyssnande inåt. *Self monitoring*. Jag läser några ord och stannar upp och väntar. Lyssnar efter det subtila svaret. Känns det lästa stycket relevant? Väcks minnen? Får jag en bild? En känsla? En impuls? Något flyktigt som är svårt att fånga? Jag skriver parallellt bredvid, får ner fragment i en skrivbok. Går långsamt vidare med läsningen. Stannar igen. Lyssnar. Kanske åstadkommer jag en aktiv, meditativ effekt. Introspektion.

Här är en knappt påbörjad uppbrytning av romanen *Ett månvarv. En dagbok om kärleken och döden* av Gunilla Linn Persson.

Ett månvarv kom 2012. Jag läste den då, på sommaren, samtidigt som min pappa låg på hospice med cancer i matstrupen. Den kändes, precis som nu i omläsningen, motståndslös. Vissa böcker gör det. Den är skriven så att den smälter in i mig. Jag registrerar först det dåliga samvete jag får av känslan. Jag vet redan att det handlar om synen på mig själv och på min tid, de timmar jag har att förfoga över på en dag eller i livet. Vad jag får unna mig och vad jag

borde. Att jag borde prestera istället för att tillåta mig njuta av stundens läsning och vila. Men det här är ingen vilsam läsning.

Gunilla Linn Perssons böcker har varit bra för mig tidigare. Hon gestaltar sin kamp för att klara sig genom psykisk sjukdom, missbruk och frustrationen över vad som hände. Hon lyfter det lilla och nära, detaljerna. Sammanhangen blir intimt litterära. Föräldrarna har svikit. Gunilla har upprättat sig själv och via de egna böckerna rättfärdigar hon sin väg. Jag tror att hon bearbetar genom sitt skrivande. Jag får indirekt del av den verksamma kraften.

Ett månvarv beskriver ett 54-årigt jag vars mamma är döende i tarmcancer och läggs in på hospice. Samtidigt har jaget gått in i en kärleksrelation med en barndomsvän. Då, när de träffades första gången och blev ihop, var Gunilla 17 år. Här gläntar jag på dörren till min BRYT-läsning. Rör sig något?

Hennes far kunde inte tolerera det som hände. "Oskulden och allt det där" läser jag, och känner ett eko från min tidiga tonårstid. Pappan blev våldsam och bestraffande mot Gunilla. Jag får minnesbilder. Jag hade min första kille på rummet och persiennerna åkte ned i dagsljuset, fönstret stängdes. På marken nedanför låg pappa på knä och plockade månadsmultron.

"Jag ville, ända sedan jag var liten, älska min mamma. Jag hoppades få kärlek tillbaka." Detta stycke bryter jag loss och läser det sakta. Införlivar det, prövar mot det som är jag... Orden blir giltiga på ett annat sätt när jag ändrar *mamma* till *pappa*. Reaktionerna på raderna är egentligen bara mina egna. Där kan jag inte stanna, om jag letar efter en biblioterapeutisk metod att göra tillgänglig för fler. Så det här är vad som händer: Jag känner mig akut ledsen. Jag erfar min starka kärlek till min pappa. Nyanserna och nyckelorden därutöver fångar jag upp och överför till min skrivbok. När jag läser romanen såhär, spårande, med öppenhet inåt mot det medvetna och det undermedvetna, visar sig texten då och då handla om mig. Trevande samlar jag mod för att arbeta vidare med idén.

Text: EVA SELIN