

BIBLIOTERAPI I ETT LITTERATURVETENSKAPLIGT PERSPEKTIV

I slutet av Marie Hermansons publik- och kritikerrosade roman *Musselstranden* (1998) finns en scen som är mycket intressant att läsa i relation till senare tids intresse för kultur och hälsa. Romanens huvudperson, den snart 40-åriga Ulrika, har återvänt till sitt barndomsparadis Tångevik och av en slump träffat på en av sina barndomsvänner, Jens Gattman. Ulrika och Jens samtalar om det förflutna och återupptar helt kort sin avbrutna tonårsromans. Strax innan de skiljs åt ger Jens Ulrika en berättelse som han har skrivit och som han ber henne läsa. Bekvämt tillbakalutad i en solstol på Gattmans veranda tar Ulrika del av denna berättelse, som är ett slags fiktiv rekonstruktion av vad som hände med Jens adoptivsyster Maja en sommar många år tidigare när hon var försvunnen, en händelse som satte djupa spår i såväl familjemedlemmarna Gattmans som Ulrikas liv. När Jens lite senare oroligt frågar Ulrika vad hon tyckte om berättelsen svarar hon: ”De där veckorna när Maja var försvunnen, de har varit som ett hål i mitt liv. Din berättelse har fyllt igen det.”¹

Den erfarenhet som Ulrika här formulerar påminner mycket om den terapeutiska effekt som man eftersträvar inom biblioterapi, en behandlingsform som är på stark frammarsch i den västerländska kulturen idag.² Biblio-

terapi, som på ett övergripande plan kan definieras som användning av litteratur för att främja människors psykiska hälsa,³ fokuserar på litteratur eller, rättare sagt, läsning som en möjlig väg till rekreation och rehabilitering. Forskningen om biblioterapi är idag utbredd, framför allt i USA och i Storbritannien. Som kommer att framgå i det följande har det inte minst på senare år publicerats en mängd studier om hur såväl vuxna som barn med olika psykiskt relaterade sjukdomar samt människor som befinner sig i chock eller i sorg har tagit hjälp av läsning i sin rehabiliteringsprocess.⁴

I en svensk kontext är biblioterapi emellertid ett mindre utforskat område. Den forskning som finns består i huvudsak av sammanställningar av vad tidigare, internationellt förankrad forskning i ämnet har kommit fram till. Ett viktigt bidrag i detta avseende är Juhani Ihanus artikel ”Litteratur och terapi” i antologin *Att tala eller tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa* (2004). Ihanus ger en historisk översikt över den befintliga forskningen om biblioterapi och om olika former av biblioterapi. Ett särskilt fokus får den mer specifika litteraturterapiformen dikterterapi.⁵ Merparten av artiklarna i antologin i övrigt utgörs av introduktioner till olika slags terapiformer – dikterterapi, terapeutiskt skrivande, sagoberättarterapi – där det

lästa eller skrivna ordet sätt i centrum. Så närmar sig till exempel Liisa Salakka dikterterapi från ett mer kliniskt perspektiv, dock utan att relatera sina slutsatser till någon biblioterapeutisk studie eller ett annat empiriskt material.⁶

Några andra ansatser att närma sig biblioterapi i ett svenskt sammanhang är Torsten Petterssons artiklar, ”På väg mot en tillämpad litteraturvetenskap. Exemplet psykoterapi” (2006) och ”Drömmar om verkligheten – skönlitteraturens potential för existentiell psykoterapi” (2008) samt Magnus Perssons artikel ”Den friska boken och den sjuka människan: Om litteratur som medicin” (2011). Pettersson har en mer teoretisk ingång till frågan om skönlitteraturens terapeutiska funktion och resonerar om hur man kan använda fiktionslitteratur inom psykoterapi för att bearbeta existentiella frågor.⁷ Persson analyserar utifrån ett diskursanalytiskt perspektiv tre texter som har ett mer eller mindre uttalat biblioterapeutiskt syfte.⁸

En mer omfattande undersökning som skulle kunna räknas till det svenska biblioterapeutiska fältet är Inger Erikssons avhandling *Poesiläsning som meningsskapare. En studie om poesigrupper på sjukhem och hospice* (2006). Eriksson utgår från sitt praktiska arbete med poesigrupper, där människor i livets slutskede har lyssnat på och läst dikter tillsammans. Hon diskuterar begreppet biblioterapi relativt ingående och då framför allt i relation till den verksamhet hon själv har bedrivit. Eriksson är dock tveksam till att kalla poesigrupperna för biblioterapi eller poesiterapi med motiveringen att gruppernas främsta syfte inte var ett ökat välbefinnande och att ledaren i grupperna inte var en utbildad biblioterapeut.⁹ Utöver Erikssons avhandling är den studie av sjukskrivna kvinnors erfarenhet av skönlitterär läsning, som undertecknad själv har utfört tillsammans med Lena Mårtensson, forskare i socialmedicin, en av de få interventioner med läsning som främsta redskap, som gjorts i en svensk kontext.¹⁰ Jag får anledning att återkomma till detta i slutet av artikeln.

Både den anglo-amerikanska och den svenska forskningen om biblioterapi har det gemensamt att den till övervägande del har utförts av forskare inom psykologi eller biblioteksvetenskap. Av förklarliga skäl har fokus därför kommit att ligga på frågor som rör behandlingsformens effektivitet, den terapeutiska processen, biblioterapeutens roll samt behandlingsformens hemhörighet i bibliotekssammanhang snarare än på litteraturvetenskapliga spörsmål. Men en del har också skrivits om den litteratur som använts i terapeutiska syften; hur denna litteratur bör vara och hur man bör läsa för att uppnå en terapeutisk effekt. I denna forskning återfinns en mängd antaganden om skönlitteratur, litterär kvalitet och läsarens förhållande till den skönlitterära texten. Forskningen om biblioterapi är således ett område som aktualiserar frågor som har varit högst centrala inom litteraturvetenskapen de senaste decennierna, bland annat inom *reader response*-forskningen.

Mot denna bakgrund är syftet med föreliggande artikel att introducera forskningsfältet biblioterapi i en svensk litteraturvetenskaplig kontext mer grundligt än vad som gjorts tidigare samt att tydliggöra vad ett litteraturvetenskapligt perspektiv kan bidra med inom forskningen om biblioterapi. Först redogörs för behandlingsformens framväxt och den forskning som omgärdat den. Därefter fokuseras hur skönlitteraturen har diskuterats och värderats inom tidigare forskning om biblioterapi. Till sist landar artikeln i en diskussion om olika föreställningar om den biblioterapeutiska läsningen och hur denna kan förstås ur ett litteraturvetenskapligt perspektiv. Artikeln, och då framför allt den senare delen av den, har på så vis karaktären av en metastudie.

BIBLIOTERAPINS HISTORIA

Begreppet biblioterapi myntades 1916 av amerikanen Samuel Crothers och definieras av honom som användning av böcker i läkande syfte.¹¹ Många forskare menar dock att själva

fenomenet har rötter i antiken och hänvisar till inskriptionen ”läkedom för själen” över biblioteket i Thebe samt till Aristoteles som talade om litteratur på ett liknande sätt.¹² Själva ordet biblioterapi kan också härledas till grekiskan, där det ordagrant betyder ”bokterapi”.

Själva behandlingsformens ursprung har diskuterats. Det finns de som menar att man kan se ett frö till det vi idag kallar biblioterapi redan under medeltiden men att metoden mer systematiskt togs i bruk under 1700-talet.¹³ Det stora genombrottet för biblioterapin brukar emellertid dateras till första världskriget, det vill säga samtidigt som Crothers etablerade begreppet. Man upptäckte då att läsning av skönlitteratur kunde ha en helande effekt på traumatiserade soldater.¹⁴

Den första doktorsavhandlingen i ämnet skrevs 1949 av den amerikanska forskaren Caroline Shrodes. Shrodes knöt biblioterapin till psykoterapin, närmare bestämt till den freudianska psykoanalysen. Hon beskrev en modell för den biblioterapeutiska processen och etablerade även några av de nyckeltermerna – identifiering, katharsis och insikt – som sedan kommit att bli bärande inom området.¹⁵ De två decennierna som följde på Shrodes avhandling innebar en ganska blygsam framgång för forskningen om biblioterapi.¹⁶ Ett första genombrott kom under sent 1970-tal och tidigt 1980-tal, då flera av de forskare som fortfarande framstår som auktoriteter inom fältet var verksamma, till exempel Rhea Joyce Rubin samt Arleen McCarty Hynes och Mary Hynes-Berry. Ett andra genombrott skedde på 1990-talet. Den forskning som var på frammarsch då var starkt influerad av kognitiv psykologi. Detsamma gäller mycket av den forskning om biblioterapi som bedrivs idag.¹⁷

OLIKA SKOLOR INOM BIBLIOTERAPI

Oavsett teoretisk inriktning är många av de definitioner av begreppet biblioterapi som förekommer förhållandevis vida. Förutom

Crothers ”användning av böcker i läkande syfte” och Hynes och Hynes-Berrys ”användning av litteratur för att främja mental hälsa” har vi till exempel ”hjälp via böcker”,¹⁸ ”användning av böcker för att hjälpa människor att lösa problem”¹⁹ och ”användningen av litteratur och poesi i behandlingen av människor som lider av känslomässig eller psykisk störning”.²⁰ Ur litteraturvetenskaplig synvinkel är det intressant att notera att man i samtliga av dessa definitioner lägger tonvikten på ordet ”bok” eller ”litteratur” och inte på ordet läsning. En definition som avviker något i sammanhanget är den som står att läsa i *Webster's Dictionary*, där biblioterapi definieras just som ”vägledning i att lösa personliga problem genom läsning”.²¹ Preferensen för uttrycket ”användande av böcker/litteratur” kan ges en förklaring om man fördjupar sig något i de olika huvudformer eller skolor av biblioterapi som finns.

En traditionell distinktion är den mellan läsbiblioterapi (reading bibliotherapy) och interaktiv biblioterapi (interactive bibliotherapy), en distinktion som upprättades av Hynes och Hynes-Berry på 1980-talet. Läsbiblioterapi innebär att själva läsningen sätts i centrum för den terapeutiska processen. Klienten blir rekommenderad en bok som anses ha specifikt terapeutisk potential och läser därefter denna på egen hand. Kontakten med terapeuten är minimal eller i vissa fall obefintlig.²² Relationen mellan text och läsare förstås istället som det viktigaste elementet i den biblioterapeutiska processen.

Inom den interaktiva biblioterapin tillkommer ytterligare en viktig person, nämligen biblioterapeuten.²³ Läsningen och deltagarens respons på den text hon/han har läst anses fortfarande vara viktiga, men tonvikten läggs här på möjligheten att få samtala om sin läsning med en terapeut och ibland också andra deltagare; den interaktiva biblioterapin utövas ofta i grupp. Litteraturen brukar gärna beskrivas som en katalysator eller ett hjälpmedel inom den interaktiva

biblioterapin.²⁴ Detta är en möjlig förklaring till att uttrycket ”användning av böcker/litteratur” är så vanligt förekommande i definitioner av biblioterapi istället för läsning. Den individuella läsningen omsätts i ett samtal som kopplas till personens egen situation snarare än att den urskiljs som en egen, enskild aktivitet.

DEN BIBLIOTERAPEUTISKA PROCESSEN

Så långt om de olika inriktningarna på biblioterapi. Men hur ser då den process ut som klienten förväntas gå igenom för att erhålla djupare terapeutisk effekt och utvecklas? När det gäller läsbiblioterapi finns det inte så mycket dokumenterat, vilket möjligtvis hänger samman med att läsarna i stor utsträckning utför det terapeutiska arbetet på egen hand. Inom forskningen om den interaktiva biblioterapin däremot, finns ett antal olika modeller för det terapeutiska arbetet vilka inspirerats av freudiansk psykoanalys, där den ideala terapeutiska processen tydligt framgår. En modell som har fått stor genomslagskraft är den som har upprättats av Hynes och Hynes-Berry. Här beskrivs den biblioterapeutiska processen i fyra steg.²⁵ Det första steget benämns *igenkänning*. Klientens uppmärksamhet fångas av något under läsningen, till exempel bortglömda känslor, igenkänning av beteendemönster eller en förnimmelse av katharsis. Under den andra fasen, som kallas för *undersökning*, utforskas dessa känslor och beteendemönster samt de reaktioner som de väcker hos klienten. Hynes och Hynes-Berry beskriver denna fas som en intensifiering av igenkänningsfasen.²⁶ Den tredje fasen benämner de *sidoställande*. Den syftar till att ställa den gamla känslan bredvid den nya, det vill säga den som uppstått under biblioterapin. Målet är att uppnå den sista fasen, *självvillämnning*. I denna fas värderar man de nya intryck och insikter som man har erhållit under den biblioterapeutiska processen och integrerar dem i sin självbild.

Vanligt är också att man utgår från en mo-

dell som uppvisar en del likheter med Hynes och Hynes-Berrys men som förefaller vara mer trogen Shrodes, både vad gäller faser och benämningar.²⁷ Denna modell innefattar tre olika stadier: *identifikation*, *katharsis* och *insikt*. *Identifikation* innebär att den läsande identifierar sig med karaktärer och händelser i berättelsen. *Katharsis* är det stadium då läsaren blir känslomässigt engagerad i berättelsen och kan frigöra bortträngda känslor. *Insikt*, slutligen, är ett resultat av erfarenheten av katharsisstadiet och innebär att läsaren blir medveten om sitt problem och möjliga lösningar på detta.²⁸ Lite förenklat kan man säga att identifikation här motsvaras av Hynes och Hynes-Berrys igenkänning, katharsis av undersökning medan insikt snarare är en sammanslagning av sidoställande och självvillämnning med en betoning lagd på den sistnämnda fasen.

Samtidigt finns det också uppenbara skillnader mellan modellerna. I den senare, vilken bland annat förespråkas av en av vår samtids mest namnkunniga forskare inom biblioterapi, Zipora Shechtman, betonas fenomenet identifikation, både genom att en av faserna benämns så och genom att identifikation görs till en förutsättning för den terapeutiska processen. Hynes och Hynes-Berrys modell är mer öppen i detta avseende. I den benämns en av faserna igenkänning, vilket *kan* innebära en identifikation med någon eller något i texten men det behöver inte begränsas till detta. Igenkänning är ett vidare begrepp. Det rymmer möjligheten att något kan förefalla bekant utan att man för den sakens skull strävar efter den närhet till eller inlevelse i objektet som identifikation inbegriper. Denna skillnad mellan identifikation och igenkänning kan, menar jag, få betydelse för vilka föreställningar om *hur* man kan läsa terapeutiskt som blir möjliga. Innan vi kommer till frågan om hur man läser är det dock hög tid att diskutera *vad* man läser. Vad har skrivits om den litteratur som ligger till grund för biblioterapeutiska praktiker?

LITTERATUREN: VAL OCH VÄRDERINGAR

Inom forskningen om biblioterapi har det ägnats förhållandevis stort utrymme åt att diskutera vilket slags litteratur som ska användas, hur denna ska vara utformad och vad den ska innehålla för att vara verksam. Litteraturvalet hänger ofta samman med vilken form av biblioterapi som avses. Inom läsbiblioterapi används såväl skönlitteratur som självhjälpslitteratur medan man inom den interaktiva biblioterapi nästan uteslutande använder skönlitteratur. Men inte vilken skönlitteratur som helst. Ofta förespråkas en användning av vad som i litteraturvetenskapliga sammanhang brukar gå under beteckningen kvalitets- eller finlitteratur. I Tyskland har exempelvis litteratur av Goethe och Schiller skrivits ut på recept.²⁹ När det gäller biblioterapi för barn och unga förespråkas ofta traditionella sagor och moderna ungdomsklassiker.³⁰ Det finns alltså en tämligen konservativ litteratursyn inom biblioterapin som påminner om hur man har resonerat om god litteratur inom vissa grenar av den litteraturvetenskapliga forskningen.³¹

Precis som i litteraturvetenskapliga sammanhang uppstår ofta problem när man ska försöka definiera vad som kännetecknar kvalitetslitteratur. Shechtman, som är en av förespråkarna för att använda kvalitetslitteratur inom biblioterapi, undviker att nämna specifika verk i samband med att hon definierar kvalitetslitteratur och tar istället sin utgångspunkt i en ganska allmän beskrivning. Högkvalitativ litteratur, menar hon, presenterar ett brett spektrum av mänskliga tankar och känslor som läsare kan identifiera sig med, lära från och tillämpa på sina egna liv.³² Denna definition förefaller emellertid så pass allmän att den blir oanvändbar. Man kan till exempel fråga sig vad ”ett brett spektrum av tankar och känslor” egentligen innefattar. Och vad är det som säger att så kallad populärlitteratur inte skulle kunna uppfylla dessa kriterier? Faktum är att just känslomheten och det som

Shechtman senare nämner, identifikationsmöjligheten, ofta brukar framhållas i de försök som gjorts att definiera populärlitteratur. Ulf Boëthius påpekar i en numera klassisk text om populärlitteraturens eventuella egenart att den har fått stå för ”okontrollerade känslor, kaos och upplösta gränser” och Anders Öhman lyfter bland annat fram identifikation och känsla som något som har ansetts karakterisera populärlitteraturen och läsningen av den.³³

I ett annat sammanhang i sin studie försöker Shechtman förtydliga sig: kvalitativ litteratur, menar hon här, måste också vara komplex och utöver känslor inkludera en inre eller mellanmänsklig konflikt, ett dilemma eller en debatt.³⁴ Men även på denna punkt infinner sig kategoriseringsproblematiken direkt. Mycket av den litteratur som brukar anses tillhöra kategorin populärlitteratur innehåller mellanmänskliga konflikter och/eller dilemman. Det är ett minst lika vanligt inslag i denna typ av texter som inom så kallad kvalitetslitteratur. Komplexitetsaspekten är kanske även i litteraturvetenskapliga sammanhang fortfarande det mest vanligt förekommande kriteriet i definitioner av kvalitetslitteratur. Samtidigt är denna starkt ifrågasatt som vattendelare mellan fin- och populärlitteratur. Många samtida litteraturforskare har visat hur verk som anses tillhöra det populära kretsloppet eller som svävar mellan detta och det finlitterära, har de kännetecken som brukar tillskrivas kvalitetslitteratur – till exempel komplex struktur och karaktärsteckning.³⁵ Där såväl äldre som nyare biblioterapeutisk forskning förefaller etablera barriärer mellan fin- och populärlitteratur är senare tids litteraturvetenskapliga forskning snarare upptagen av att riva ner eller åtminstone problematisera dem. På denna punkt kan ett litteraturvetenskapligt perspektiv nyansera och problematisera den litteratursyn som finns inom den biblioterapeutiska forskningen och bidra till ett nytänkande när det gäller litteraturvalet.

Hos vissa forskare inom det biblioterapeutiska fältet finns dock en medvetenhet om att traditionell finlitteratur inte nödvändigtvis behöver vara den mest lämpade litteraturen i biblioterapeutiska sammanhang. Hynes och Hynes-Berry har gjort en distinktion som är klagörande i detta avseende. De skiljer mellan god litteratur och biblioterapeutisk verksam litteratur.³⁶ Detta uttalande vilar visserligen på föreställningen om att det finns något som *kan* definieras som god litteratur, vilket naturligtvis kan ifrågasättas. Om vi för ögonblicket bortser från detta öppnar Hynes och Hynes-Berrys distinktion upp för en mer inkluderande syn på urvalet av skönlitteratur inom biblioterapi, där det är litteraturens terapeutiska potential snarare än kvalitetsfrågan som avgör litteraturens lämplighetsgrad. I syfte att närmare definiera vad som är god biblioterapeutisk litteratur skapar de en modell som utgår från fyra tematiska och fyra stilistiska aspekter. De tematiska aspekterna är universell känsla eller erfarenhet, kraftfullhet, begriplighet och hoppfullhet. De stilistiska är suggestiv rytm, slående och konkret bildspråk, enkelt och precist språk samt komplexitet. Som ”rytm” och ”bildspråk” antyder är aspekterna särskilt lämpade för lyrik men Hynes och Hynes-Berry menar att man lika gärna kan använda dem på andra former av skönlitteratur.³⁷

Den litteratursyn som framträder här förefaller betydligt mer mångfacetterad och inkluderande än de förhållningssätt som diskuterats ovan. Vissa av kännetecknen, till exempel slående och konkret bildspråk och komplexitet, för tankarna åt det mer traditionellt finlitterära hållet medan andra, så som begriplighet samt ett enkelt och precist språk, snarare avviker från sådana associationer. Men även om det finns fördelar med Hynes och Hynes-Berrys modell framstår den delvis som problematisk. Kategorin universell känsla eller erfarenhet indikerar till exempel att känslor och erfarenheter upplevs på ett liknande sätt av alla människor

oavsett socialt och kulturellt sammanhang. Det implicerar vidare att mycket av det som har med reproduktion att göra, som att vara gravid, föda barn och amma inte skulle vara ett passande tema för biblioterapeutisk litteratur eftersom denna erfarenhet inte inkluderar alla människor (men väl de flesta kvinnor). Hynes och Hynes-Berry preciserar sig visserligen och säger att litteratur som har universella teman är sådan som behandlar känslor och erfarenheter som är lätta att identifiera och lätta att identifiera sig med, samt erfarenheter och känslor som är grundläggande för mänskliga villkor.³⁸ Men dessa förtydliganden gör det egentligen inte klarare. Vilka känslor som är lätta att identifiera sig med varierar rimligtvis från person till person. Mänskliga villkor är ytterst olika och beroende av faktorer som kön, klass, etnicitet, ålder och så vidare.

Hynes och Hynes-Berrys modell tydliggör också en paradox inom forskningen om biblioterapi. Å ena sidan strävar man efter en definition av biblioterapeutisk verksam litteratur som begränsar vilken litteratur som kan räknas hit. Å andra sidan söker man efter en definition som är vid nog att inkludera så många olika skönlitterära texter som möjligt. Oavsett hur god denna ambition än är förefaller det omöjligt att konstruera en definition som kan tillmötesgå dessa motstridiga krav fullt ut. Det kommer alltid att finnas verk som inte passar in på kriterierna men som likväl visar sig fungera i terapeutiska sammanhang, och verk som är som klippt och skurna enligt teorin men som ändå inte fungerar i praktiken.

Frågan är därför om det egentligen är meningsfullt att försöka bestämma vilken litteratur som kan anses vara biblioterapeutiskt verksam och vilken som inte är det. Det förefaller åtminstone rimligare att aktualisera flera olika definitioner, vilka också är beroende av andra variabler än själva litteraturen, till exempel målgruppen för biblioterapi. I mycket av den forskning som gjorts inom fältet blir

det tydligt att den litteratur som använts och anses ha god terapeutisk effekt är sådan som gestaltar frågor som är relevanta för just de personer som ingår i terapin.³⁹ Ibland kan man också skönja ett sådant målgruppsinriktat tänkande hos forskarna själva. Shechtman, som har specialiserat sig på biblioterapi för barn och ungdomar, menar att ett kriterium för den litteratur som ska användas i biblioterapeutiskt syfte är att den ska vara ”within the realm of the children’s problems and represent the difficulties they experience and the dynamics of their behavior”.⁴⁰

BIBLIOTERAPEUTISK LÄSNING

Samtidigt är det viktigt att inte, likt Shechtman och många med henne, för hårt framhålla likheten mellan klientens liv och det hon/han läser om, eftersom det i sin tur medför en risk att det potentiella litteraturvalet för biblioterapin reduceras. Ett alltför ensidigt fokus på skönlitteraturens innehåll kan även leda till att den som vill anlägga ett litteraturvetenskapligt perspektiv på biblioterapi inte lyckas röra sig bortom frågor om själva litteraturen. Detta vore olyckligt, inte minst som den verkligt intressanta fråga man som litteraturvetare kan ställa till den biblioterapeutiska forskningen av idag är ifall det inte är viktigare hur man läser än vad man läser.

Inom biblioterapeutisk forskning finns det en outtalad men utbredd föreställning om att alla läsare läser en skönlitterär text på samma sätt. Ofta utgår man också från att detta sätt att läsa, denna läsart, är avhängig strukturer i den enskilda texten. Här befinner vi oss alltså nära ett interaktionellt perspektiv på läsning, där texten betraktas som den aktiva parten och läsaren den passiva, och därmed långt från föreställningen om den medskapande läsaren, som varit mest inflytelserik inom senare tids litteraturvetenskapliga teoribildning.⁴¹ Ibland skymms dock sådana antaganden av att forskarens resonemang fokuserar på just litteraturen

och inte på läsningen. Shechtman hävdar till exempel att vissa böcker är bra i biblioterapeutiskt hänseende medan andra är dåliga, rent av farliga. Att hon snarare än böcker avser läsning visar sig dock genom att hon beklagar att man inte vet vilken effekt ett visst slags litteratur har på läsarna jämfört med annan litteratur.⁴² Den syn på läsaren som en passiv mottagare av texten som detta synsätt implicerar framstår ur ett litteraturvetenskapligt perspektiv som djupt problematisk.

Andra gånger är det mer uppenbart att det handlar om läsning och att det verkligen existerar en föreställning om ett rätt sätt att läsa terapeutiskt. Den som anses sitta inne med den rätta läsningen är dock inte läsaren själv utan biblioterapeuten. Shechtman menar att denna/denne ska träda in och korrigera läsningen i de fall då läsaren tolkar verket på ett annat sätt än vad som var biblioterapeutens avsikt: ”sometimes monitoring a child’s understanding of the book is highly important. Without such monitoring (such as in self-help bibliotherapy), reading such a book could have severe consequences.”⁴³ Shechtman talar här om barns läsning, men övervakad och styrd läsning förespråkas även i biblioterapi som riktar sig till vuxna. Läsaren tilldelas alltså en passiv roll som mottagare av biblioterapeutens tolkning av texten, såvida denne inte lyckats komma fram till en sådan tolkning på egen hand. John T. Pardeck och Jean A. Pardeck framhåller denna avsiktliga och strikta styrning av läsningen som ett ideal och menar att det är just detta som skiljer biblioterapeutisk läsning från vanlig läsning.⁴⁴ Frågan är dock om det behöver vara så.

Viljan att kontrollera och styra läsningen inom biblioterapin går djupare än enskilda forskares ställningstaganden. Den finns till och med inbyggd i flera av de modeller som ligger till grund för den terapeutiska processen inom interaktiv biblioterapi. Detta förhållande blir särskilt tydligt om man ser till en av de freudianskt inspirerande modellerna som re-

dogjordes för tidigare samt till den läsart som brukar förknippas med denna modell, den identifikatoriska.

Den identifikatoriska läsarten är utan tvekan den mest förespråkade läsarten inom biblioterapeutisk forskning. En medelålders deprimerad man ska läsa om en annan medelålders deprimerad man och allra helst också dennes väg ur depressionen; en person som har genomgått en uppslitande skilsmässa ska läsa om en skildring av en uppslitande skilsmässa och så vidare. Forskare efter forskare föreslår ett sådant litteraturval och utgår från att läsaren verkligen läser litteraturen på detta identifikatoriska sätt.⁴⁵ Ofta visar man också hur den identifikatoriska läsarten går att koppla till ett gott terapeutisk resultat.⁴⁶ Med tanke på att denna läsart har fått en sådan stark ställning inom forskningen om biblioterapi förefaller det angeläget att fråga sig hur detta har kommit sig.

Som vi tidigare sett betonas det från flera håll att den litteratur som ska användas i den biblioterapeutiska verksamheten bör innehålla karaktärer eller en problematik som läsaren lätt kan identifiera sig med. I freudianskt inspirerade modeller för den biblioterapeutiska processen utgör identifikation dessutom ofta en egen fas. Om den litteratur som används är sådan att den syftar till att läsaren ska kunna identifiera sig med något i den och identifikation utgör en fas i den terapeutiska process som klienten förväntas genomgå är det kanske inte så förvånande att läsarten blir identifikatorisk. Om biblioterapeuten dessutom vid behov kan styra läsningen i denna riktning framstår det som än mindre underligt. Då biblioterapi är upplagd så att en identifikatorisk läsart tycks premieras är dock risken stor att man förbiser att även andra läsarter skulle kunna vara terapeutiskt verksamma.

Det finns emellertid de som tagit fasta på andra möjliga läsarter inom biblioterapi, även om detta inte är lika vanligt. Jonathan Detrixhe har exempelvis kritiserat biblioterapeutisk

forskning för att ha fastnat i vad han kallar ”identifikation, insikt och problemlösningsparadigmet”, och han menar att en skönlitterär text, i all sin komplexitet, borde ha ett vidare användningsområde än detta.⁴⁷

Hos Detrixhe finns inte bara en tilltro till litteraturens många möjligheter utan också en sådan tillit till läsarens medskapande förmåga som annars saknas inom merparten av tidigare biblioterapeutisk forskning. Han ser den identifikatoriska läsarten som *en* möjlig terapeutisk läsart men framhåller samtidigt att för många läsare kanske det har bättre terapeutisk effekt att bli utmanad av litteraturen, till exempel genom att läsa böcker där hans/hennes föreställningsförmåga blir eggad, ståndpunkter utmanade och livsval ifrågasatta.⁴⁸ Detrixhe fäster också stor vikt vid hur litteraturen kan verka på läsaren på ett omedvetet plan och beskriver i detta sammanhang ett tillvägagångssätt som skulle kunna sägas resultera i ett slags associativ läsart: att låta klienten associera och fantisera utifrån det skönlitterära materialet, till exempel – men inte begränsat till – vad denne skulle ha gjort i karaktärens ställe.⁴⁹ Syftet med den läsarten är att komma åt en dold innebörd i klientens tankar, känslor eller beteenden, en sådan innebörd som skulle ha förblivit dold om man endast fokuserat på läsarens medvetna tolkning av texten.

*

Mycket av det som Detrixhe framhåller bekräftas också i den kvalitativa studie av sjukskrivna kvinnors erfarenheter av skönlitterär läsning, som jag och Lena Mårtensson har gjort.⁵⁰ En av frågorna i studien handlar om hur kvinnorna har läst under sin sjukskrivningstid. Kvinnornas svar stöder tidigare forskning om biblioterapi i så måtto att den identifikatoriska läsarten framstår som *en* viktig läsart. Några av dem menar att de har läst identifikatoriskt under sjukskrivningstiden och antyder att de upplever att detta påverkade deras tillfrisk-

nande i positiv riktning. Men än mer intressanta är de andra läsarter som kvinnorna lyfter fram. Flera beskriver ett sätt att läsa som jag med litteraturvetaren Rita Felski skulle vilja kalla en självförlöjmande läsart: att få läsa om någon eller något som *inte* påminner dem om sig själva och på så sätt få möjlighet att tillfälligtvis glömma sin livssituation.⁵¹ Som en av kvinnorna beskriver sin läsoplevelse under sjukdomstiden: ”Det blir en historia liksom, som man följer, som inte egentligen har så

mycket med mig att göra. Det är kanske snarare så att fokus på mig försvinner.”

Vi skulle i detta avseende kunna återvända till den scen i *Musselstranden* där Ulrika precis har avslutat sin läsning av Jens berättelse, och dra en liknande slutsats om hennes läsart och dess terapeutiska verkan: Det var inte genom att läsa om någon som liknade henne själv som hålet i Ulrikas liv fylldes. Det var genom att läsa om någon annan.

1. Marie Hermanson, *Musselstranden*, Stockholm: Bonniers, 1998, s. 265.
2. Se www.thescooloflife.com/bibliotherapy (Sidan tillgänglig 2012-01-23).
3. Arleen McCarty-Hynes & Mary Hynes-Berry, *Biblio-Poetry Therapy. The Interactive Process. A Handbook*, Boulder: Westview Press, 1986, s. 10.
4. Se t.ex. Zipora Shechtman, *Treating Child and Adolescent Aggression through Bibliotherapy*, New York: Springer, 2009; Kelly Reagan & Patricia Page, ”Character’ Building. Using Literature to Connect with Youth”, i *Reclaiming Children and Youth*, vol. 16, 2008:4, s. 37–43; Cynthia A. Briggs & Dale-Elizabeth Pehrsson, ”Use of Bibliotherapy in the Treatment of Grief and Loss. A Guide to Current Counseling Practice”, i *Adultspan Journal*, vol. 7, 2008:1, s. 32–42.
5. Juhani Ihanus, ”Litteratur och terapi”, i Anneli Aurela, Juhani Ihanus & Carin Dedijer (red.), *Att tiga eller tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*, övers. Ann-Christine Relander, Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu, 2004, s. 13–16. Ihanus har även publicerat en liknande historisk-teoretisk artikel om skönlitteraturens läkande potential i antologin *Litteratur som livskunskap. Tvärvetenskapliga perspektiv på personlighetsutvecklande läsning*, Skans Kersti Nilsson & Torsten Pettersson (red.), Borås: Högskolan i Borås, 2009, s. 11–21. Även flera av de andra bidragen i denna sistnämnda antologi tangerar forskningsområdet biblioterapi. se t.ex. Lisbeth Stenberg, ”Skapande läsning – ett projekt som behöver en fortsättning...”, i Skans Kersti Nilsson & Torsten Pettersson (red.), *Litteratur som livskunskap. Tvärvetenskapliga perspektiv på personlighetsutvecklande läsning*, Borås: Högskolan i Borås, 2009, s. 66–70.
6. Liisa Salakka, ”Diktterapi som en del av sjukhuspsykoterapi”, i Anneli Aurela, Juhani Ihanus & Carin Dedijer (red.), *Att tiga eller tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*, övers. Ann-Christine Relander, Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu, 2004, s. 211–219.
7. Torsten Pettersson, ”På väg mot en tillämpad litteraturvetenskap. Exemplet psykoterapi”, i *Tidskrift för litteraturvetenskap* 2006:3-4, s. 47–63, respektive Torsten Pettersson, ”Drömmar om verkligheten. Skönlitteraturens potential för existentiell psykoterapi”, i Dan Stiwne (red.), *Bara detta liv. Texter i existentiell psykologi och psykoterapi*, Stockholm: Natur & Kultur, 2008, s. 102–132.
8. Magnus Persson, ”Den friska boken och den sjuka människan: Om litteratur som medicin”, i *Educare. Vetenskapliga skrifter*, Malmö: Lärarytbildningen, Malmö högskola, 2011. En något omarbetad version av artikeln återfinns också i samme författares, *Den goda boken. Samtida föreställningar om litteratur och läsning*, Lund: Studentlitteratur, 2012, s. 153–182.
9. Inger Eriksson, *Poesiläsning som meningsskapare. En studie om poesigrupper på sjukhem och hospice*, diss. Lund: Centrum för teologi och religionsvetenskap, Lunds universitet, 2006, s. 12f.

10. Ett delresultat av denna studie presenteras i Stiftelsen Riksbankens Jubileumsfonds årsbok 2013/2014, se Cecilia Pettersson, "Mellan självbekräftelse och självförglömmelse. Om terapeutisk läsning", i Jenny Björkman & Björn Fjæstad (red.), *Läsning*, Göteborg/Stockholm: Makadam, 2013, s. 148–156.
11. Sarah J. Jack & Kevin R. Ronan, "Bibliotherapy. Practice and Research", i *School Psychology International* 2008:29, s. 165f.
12. Se t.ex. Shechtman 2009, s. 21; Richard J. Riordan & Linda S. Wilson, "Bibliotherapy. Does it Work?", i *Journal of Counseling and Development*, vol. 67, 1989:1, s. 506; Hynes & Hynes-Berry 1986, s. 10.
13. Jack & Ronan 2008, s. 162–166.
14. Ilhanus 2004, s. 16f.
15. Caroline Shrodes, *Bibliotherapy. A Theoretical and Clinical-Experimental Study*, diss. Berkeley, California: University of California, 1950.
16. Jfr Laura J. Cohen, "Bibliotherapy. The Therapeutic Use of Books for Women", i *Journal of Nurse-Midwifery*, vol. 37, 1992:2, s. 91.
17. Jonathan J. Detrixhe, "Souls in Jeopardy. Questions and Innovations for Bibliotherapy with Fiction", i *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, vol. 49, 2010:1, s. 60.
18. Ahmann genom Detrixhe 2010, s. 59, min övers.
19. Shechtman 2009, s. 21, min övers.
20. Baker genom Shechtman 2009, s. 22, min övers.
21. *Webster Dictionary* 1985 genom Shechtman 2009, s. 21, min övers.
22. Hynes & Hynes-Berry 1986, s. 10f.
23. Vad som krävs för att arbeta som biblioterapeut har debatterats mycket inom forskningen. Ofta förespråkas en utbildad psykoterapeut men en del forskare menar att även en bibliotekarie som har genomgått en kortare vidareutbildning i psykoterapi kan fungera som biblioterapeut. Hynes och Hynes-Berry menar att de personliga egenskaperna också är avgörande (se fr.a. Hynes & Hynes-Berry 1986, s. 117–149). Allen Heat m.fl., som diskuterar biblioterapi som riktar sig till barn, lägger tonvikten på terapeutens förmåga att kunna välja litteratur som talar till klientens behov samt hans/hennes kunskap om barns utveckling och mognad. Se Melissa Allen Heat, Dawn Sheen, Deon Leavy, Elly Young & Christy Money, "Bibliotherapy. A Resource to Facilitate Emotional Healing and Growth", i *School Psychology International*, vol. 26, 2005:5, s. 566.
24. Jfr Shechtman 2009, s. 84.
25. Hynes & Hynes-Berry 1986, s. 43–54.
26. *Ibid.*, s. 49.
27. Se t.ex. Allen Heat m.fl. 2005, s. 567f.; John T. Pardeck & Jean A. Pardeck, "Treating Abused Children through Bibliotherapy", i *Early Child Development and Care*, vol. 16, 1984:3-4, s. 196f.
28. Shechtman 2009, s. 27.
29. www.dax.se/index.php?id=43&tx_ttnews%5Btt_news%5D=, (Sidan tillgänglig 2012-02-26).
30. Shechtman 2009, s. 26. Se även McCarty & Sly genom Reagan & Page 2008, s. 38.
31. Se t.ex. Harold Bloom, *How to Read and Why*, London: Fourth Estate 2000; Harold Bloom, *The Western Canon. The Books and Schools of the Ages*, New York: Harcourt Brace, cop., 1994.
32. Shechtman 2009, s. 26.
33. Ulf Boëthius, "Populärlitteraturen – finns den?", i *Tidskrift för litteraturvetenskap* 1991:2, s. 11; Anders Öhman, *Populärlitteratur. De populära genrernas estetik och historia*, Lund: Studentlitteratur, 2002, s. 188.
34. Shechtman 2009, s. 67.
35. Se t.ex. Magnus Persson, *Kampen mellan högt och lågt. Studier i den sena nittonhundratalets romanens förhållande till masskulturen och moderniteten*, diss. Lund; Stockholm/Stehag: Symposium, 2002.
36. Hynes & Hynes-Berry 1986, s. 65.
37. *Ibid.*, s. 65.
38. *Ibid.*, s. 66.
39. Se t.ex. John T. Pardeck & Jean A. Pardeck (red.), *Bibliotherapy. A Clinical Approach for Helping Children*, Yverdon, Switzerland: Gordon and Breach Science Publishers, 1993; Shechtman 2009.
40. Shechtman 2009, s. 71.
41. För en närmare genomgång av det interaktiva perspektivet på läsning, se Christian

- Mehrstam, *Textteori för läsforskare*, diss. Göteborg: Institutionen för litteratur, idéhistoria och religion, Göteborgs universitet, 2009, fr.a. s. 14ff.
42. Shechtman 2009, s. 25.
43. *Ibid.*, s. 71.
44. Pardeck & Pardeck 1984, s. 196.
45. Se t.ex. Shechtman 2009, s. 71; Cohen 1992, s. 92; Reagan & Page 2008, s. 38 och 40; Briggs & Pehrsson 2008, s. 35.
46. Se t.ex. Shechtman 2009, s. 32; Cohen 1992, s. 92.
47. Detrixhe 2010, s. 62.
48. *Ibid.*, s. 65.
49. *Ibid.*, s. 68.
50. Materialet till studien utgörs av djupintervjuer med åtta kvinnor i åldrarna 25–67 år. Samtliga är bosatta i Västra Götaland. De arbetar bland annat som lärare, socionom, bibliotekarie och forskningskommunikatör. En av dem är studerande. Orsaken till sjukskrivningen är cancer, utmattningsdepression respektive posttraumatisk stress. Kvinnorna har alla läst skönlitteratur kontinuerligt under sjukskrivningen. Intervjuerna har spelats in och därefter transkriberats, och finns i artikelförfattarens ägo.
51. Jfr Rita Felski, *Uses of Literature*, Malden: Blackwell, 2008, s. 34f.

SUMMARY

Bibliotherapy from a Literary Perspective

This article aims to introduce and discuss the phenomenon of bibliotherapy in the context of comparative literature in Sweden. It opens with an introduction to the field of bibliotherapy, defining this as the use of books to aid people in their healing processes. The article discusses this definition, and provides a short historical overview of the treatment of bibliotherapy, placing particular focus on "interactive" bibliotherapy which, in many respects, has become the model of bibliotherapeutic intervention today.

Primarily, however, this article explores how a literary perspective could contribute to the research on bibliotherapy. Firstly, I consider a variety of different studies and their views on bibliotherapy in order to make clear the values and the perspectives on literature underpinning much of the research in the field. Secondly, I examine the different conceptions of the reader and the reading process expressed in the research on bibliotherapy in relation to reader-response criticism. Among other things, the model of the bibliotherapeutical reading process used in the school of interactive bibliotherapy is discussed. This model is shown to be highly normative when it comes to how one can read in order to be aided in the healing process. In conclusion, the article raises questions concerning how other views on bibliotherapy might produce alternative models of reading.

Keywords: bibliotherapy, comparative literature, reading, fiction

