

UDARBEJDET AF:

NANNA HAUGE KRISTENSEN

Københavns Universitet
Institut for Antropologi, Center for Sund Aldring

Juni 2018

KØBENHAVNS UNIVERSITET



STYRKER KULTURSTYRKE?

*En antropologisk undersøgelse af
Kultur på Recept i Vordingborg Kommune*

OPSAMLING

Denne rapport er en kvalitativ undersøgelse af Kulturstyrke i Vordingborg Kommune. Kulturstyrke er en del af pilotprojektet Kultur på recept, som tilbyder mennesker, der er sygemeldte med stress, angst og lettere depression, et ti ugers forløb med kulturaktiviteter. Formålet er at udvikle nyskabende rehabiliteringsmodeller, der kan øge en tilbagevenden til arbejdsmarkedet og styrke deltagernes mestring af job og hverdagsliv (Vordingborg Kommune 2016).

Rapporten bygger på et etnografisk feltarbejde foretaget i efteråret 2017. Den bidrager med en erfaringsnær analyse af deltagernes oplevelser og perspektiver i forbindelse med Kulturstyrke. Cirka en tredjedel af deltagerne falder af forskellige grunde fra undervejs, men de, som gennemfører forløbet, udtrykker et positivt udbytte. De oplever, at Kulturstyrke gør en forskel for deres tilstand og hverdagsliv. Kulturstyrke er en intervention, som består af kulturaktiviteter og socialt samvær. De to komponenter væver sig sammen i de virkninger, deltagerne oplever. Kort kan udbyttet sammenfattes til:

Et skift i perspektiv, hvor sygdom fylder mindre

Kulturstyrke opleves som et frirum, hvor deltagerne *"kan føle sig raske et øjeblik"* og *"få skabt nogle livsårer til verden"*, da det ikke er deres sygdom, som er i fokus. Frirummet skabes blandt andet af den ro, fordybelse og selvforglemmelse, de kreative aktiviteter tilbyder, men også gennem det sociale. At deltagerne samles om kulturen som et fælles tredje giver mulighed for et samvær, hvor sygdomsidentiteten træder i baggrunden, og noget andet træder i forgrunden. Dette skift i perspektiv smitter af på deltagernes hverdagsliv.

Glæde og engagement i hverdagen

Kulturaktiviteterne følger deltagerne i deres hverdagsliv i form af en øget sanselig og kropslig tilstedeværelse. At lægge mærke til nuancer i naturen, trække vejret dybere eller synge i bilen er små ting, som peger på et større overskud. Flere beskriver, at de mærker glæde og lyst til at engagere sig, både i daglige gøremål og i sociale relationer, hvilket skaber oplevelser af tiltagende livskvalitet.

Øget selvværd og mulighed for nye selvfortællinger

At udtrykke sig kreativt giver deltagerne mulighed for at opleve sig selv på nye måder. Det samme gør oplevelsen af at være en del af et anerkendende fællesskab. Kulturguiderne har afgørende betydning for, at Kulturstyrke opleves som et trygt og anerkendende rum, hvor deltagerne tør afprøve sig selv både kreativt og socialt. På den måde udgør Kulturstyrke en ramme, hvori deltagerne eksperimenterer med nye selvforståelser. Sygdomsfortællingen bliver suppleret af andre, mere nærende, selvfortællinger, eksempelvis fortællingen om at kunne noget og at have værdi som menneske.

Lyst til at bruge det lokale kulturliv

Kulturoplevelserne beskrives af flere deltagere som *"en øjenåbner"*. At blive præsenteret for koncerter, teater og museer stimulerer nysgerrighed og lyst til at opsøge flere kulturoplevelser. Deltagere, som ikke tidligere har været kulturbrugere bliver inspirerede til at anvende de lokale kulturtilbud.

Håb

Overordnet peger rapporten på, at Kulturstyrke skaber en oplevelse af at være mindre syg og mere levende. Deltagerne beskriver små justeringer i erkendelsen, som hjælper dem til at få det bedre. En væsentlig pointe er dog, at der i implementeringen af Kulturstyrke må tænkes i kontinuitet, så det positive udbytte ikke tabes, når interventionen slutter. For deltagerne er rehabilitering først og fremmest et eksistentielt anliggende. Det kan ikke reduceres til en tilbagevenden til arbejdsmarkedet, men handler om at finde nye måder at være i livet på. Fremfor rehabilitering søger de i højere grad en re-orientering. Flere udtrykker, at Kulturstyrke giver dem håb for at forandringer kan ske og nye muligheder åbne sig.

En stor tak til alle deltagere og kulturguidere for så åbent at dele deres oplevelser og refleksioner.

Fotos: Rikke Rasmussen & Nanna Hauge Kristensen. Alle navne i rapporten er ændret.

INDHOLD

SIDE

Introduktion	8
Kultur og sundhed - et spirende felt	9
Kulturaktiviteterne	10
Korsang	10
Billedkunst	11
Læsegruppe	11
Kulturoplevelser	12
Deltagerne	12
Formløshed og form	14
Kulturguidernes rolle	15
At åbne øjnene og se	16
At glemme sig selv	18
At udtrykke sig selv	19
En sanselig tilstedeværelse	21
Tilpas forstyrrelse	22
Et særligt fællesskab	22
Et modbillede til det omgivende samfund	23
Re-orientering frem for rehabilitering	26
Livet efter Kulturstyrke	27
Kulturstyrke som et laboratorium	28
Afrunding	31
Litteratur	34
Bilag: Metode	35

“Det vækker min opmærksomhed på al den kunst, der er hvor som helst. Det er godt for mit hoved.

Alt det vi afprøver. Det er som om, der bliver vækket celler dér, hvor de har været bedøvede.

Det giver overskud og en glæde, som noget andet ikke kan give mig.”

INTRODUKTION

Ordene på foregående side er Emmas, en kvinde i starten af 20'erne. Vi sidder og klipper papirklip omkring bordet i Vordingborgs billedkunstskole, da hun fortæller, at hun i flere år har levet isoleret med social angst og depression. Vordingborg Kommune er blandt de mest sundhedsudfordrede kommuner i Danmark. Ca. 460 voksne borgere modtager sygedagpenge. Blandt mere end halvdelen er årsagerne hertil stress, angst eller depression. Det er baggrunden for, at Vordingborg Kommune sammen med tre andre danske kommuner afprøver "Kultur på recept", et pilotprojekt, som realiseres i tidsrummet 2016-2019 med støtte fra satspuljemidlerne (Vordingborg Kommune 2016).

Kultur på recept tilbyder mennesker, der er sygemeldte med stress, angst og lettere depression, et ti ugers forløb med kulturaktiviteter. Hver kommune, som foruden Vordingborg omfatter Nyborg, Silkeborg og Ålborg, har udviklet sit eget program i samarbejde med de lokale kulturinstitutioner. Projektets overordnede koncept er inspireret af erfaringer fra Region Skåne, hvor et lignende initiativ har været afprøvet med positive resultater (Region Skåne 2016). Hvor interventionen i Region Skåne er forankret i en hospitalskontekst, er henvisningerne i de danske kommuner placeret hos jobcentre og de medicinske associationer nedtonet. I stedet for den medicinsk klingende overskrift Kultur på recept, har man i Vordingborg Kommune valgt at kalde interventionen Kulturstyrke.

Målet med Kulturstyrke er at "udvikle en implementerbar rehabiliteringsmodel, der baserer sig på ressourcefremmende, identitetsskabende og livsstilsforandrende kulturaktiviteter", som det lyder i projektbeskrivelsen. Visionen er desuden at "styrke den eksisterende evidens på området" (Vordingborg Kommune 2016). Deltagernes tilstand evalueres før og efter interventionen ved hjælp af en spørgeskemaundersøgelse. Desuden er der en mundtlig evaluering halvvejs i - og ved afslutningen af hvert forløb. Hvor disse evalueringer skal påvise effekter, er hensigten med nærværende rapport at bidrage med en erfaringsnær analyse, der tilbyder en dybere forståelse af de virkninger og udfordringer, deltagerne oplever i Kulturstyrke.

Relationer skabes, situationer udspiller sig, fortrolighed opstår, dårlige dage vender tilbage, andre livsomstændigheder fylder. Kulturstyrke kan ikke isoleres fra deltageres øvrige livsoplevelser, men må forstås i sammenhæng med disse. Det er desuden en intervention, som har flere interagerende komponenter, da kultur og socialt samvær forenes. Det betyder, at det kan være svært at identificere, hvad der skaber den effekt, deltagerne oplever. At få adgang til menneskers erfaringer, forståelser og praksisser kalder på etnografiske metoder. Det etnografiske feltarbejde giver blandt andet indsigt i, hvordan deltageres livsomstændigheder former deres oplevelser af Kulturstyrke og omvendt. Som

rapporten peger på, har Kulturstyrke effekter, som umiddelbart lader sig omsætte til ord, mens andre er mere subtile og kropslige. Det er styrken ved den kvalitative tilgang, at også komplekse erfaringer og forbindelser medtages. Rapportens første del fokuserer især på kulturaktiviteterne, mens den sidste del centrerer sig om den sociale komponent.

De forskellige afsnit indledes af citater eller situationer skrevet i kursiv, såkaldte empiriske eksempler. Et etnografisk feltarbejde resulterer gerne i et stort datamateriale. Når formuleringer som "nogle" eller "flere deltagere" anvendes, er det på baggrund af gentagne udtalelser, hvor deltagerne ikke nødvendigvis har sagt det samme, men hvor betydninger har været samstemmende.

KULTUR OG SUNDHED - ET SPIRENDE FELT

Det er ikke kun i Vordingborg Kommune, at sundhedsudfordringerne er store. Antallet af lidelser som stress, angst og depression er steget betydeligt i de senere år, og behovet for at tænke behandling og rehabilitering på nye måder vokser. WHO anbefaler øget adgang til ikke-medicinske kilder, blandt andet kunst og kulturaktiviteter (Jensen et al. 2017). Kulturbegrebet har mange definitioner. Det er et helt system af menneskelig skabelse (Hallam & Ingold 2008: 108). I denne kontekst refereres dog til kultur som kunstformer, der blandt andet omfatter sang, musik, litteratur, billedkunst og scenekunst. I Danmark er det stadig nyt at sammentænke kultur og sundhed. Enkelte museer har anvendt kulturaktiviteter til at adressere ensomhed blandt ældre borgere, hvilket kan minde om Kultur på recept. Flere plejehjem tilbyder erindringsdans for demente, og der udbydes kurser i æstetisk skrivning til blandt andre kræftpatienter. Også i psykiatrien iværksættes stadig flere initiativer med deltagerbaseret kunst. Endelig er musikterapi et stort felt, der bruges i arbejdet med en række sårbare grupper, lige fra børn med autisme til døende.

Når det handler om at anerkende, hvilket potentiale kunst og kultur kan have i relation til sundhed, ligger Danmark dog bag de andre skandinaviske lande. Eksempelvis har Sverige siden starten af 00'erne anerkendt kulturaktiviteter på politisk niveau som et vigtigt redskab i det offentlige sundhedsarbejde. Storbritannien er dét europæiske land, hvor erfaringerne rækker længst tilbage. Igennem to årtier har man udviklet initiativer, der bruger kunst og kulturaktiviteter interventionorienteret (Jensen et al. 2017). Af samme grund er kultur og sundhed som forskningsfelt særligt udviklet her. I en skandinavisk kontekst er litteraturen endnu begrænset, og den omhandler primært musikterapi. Det fremgår af en systematisk gennemgang af den internationale litteratur om Kultur og Sundhed, som Nordjysk Center for Kultur og Sundhed (NOCKS) har udarbejdet. NOCKS er et

nyoprettet center, der skal skabe viden om, hvordan kultur kan komplementere sundhedsindsatsen samt implementere denne viden i praksis. Oprettelsen af et sådant center peger i sig selv på, at kulturbaserede sundhedsprojekter finder stadigt større forankring i Danmark.

KULTURAKTIVITETERNE

Rent praktisk mødes deltagerne i Kulturstyrke tre gange om ugen til en aktivitet, som varer ca. 1 ½ time. Hver aktivitet er faciliteret af en kulturguide og efterfølges af en såkaldt "tredje halvleg" med kaffe og snak. Fast på programmet hver uge er billedkunst og korsang, som er deltagerbaserede aktiviteter. Derudover er der arrangeret læsegruppe eller et besøg hos én af de lokale kulturinstitutioner. Sidstnævnte er mere oplevelsesbaserede aktiviteter, hvor deltagerne ikke selv skaber, men kan få smag for det lokale kulturliv. Følgende er små tekst-snapshots, der omhandler de aktiviteter, Kulturstyrke består af. Intentionen er at give et konkret indblik i aktiviteterne og det udbytte, deltagerne knytter til dem.

KORSANG

Vi står alle foldet forover med hovedet nedad og puster den tilbageholdte luft ud gennem tænderne. "Hvad gør det godt for?" spørger en deltager. "Det er for at snyde mavemusklerne, så åndedrættet kommer om bag i ryggen," svarer sanglæreren. Da vi bagefter samles om flyglet, skal vi smække fødderne op på det. Tunge vinterstøvler lander på flyglets flade. Det strammer i baglåret. Så står vi dér og synger. Anne Linnet. Stemmerne samler sig i melodi og anden stemme. Pludselig lyder det godt.

Korsang består blandt andet af øvelser til at skabe kontakt til åndedrættet. Sanglæreren ønsker at arbejde med stemmen, så "den får fat et dybere sted". Ifølge nogle deltagere er det "nogle gange for meget". De ønsker at synge mere og uden de afbrydelser, øvelserne skaber. Andre betoner, hvordan arbejdet med vejrtrækningen hjælper dem, - også udenfor undervisningen. Netop kontakten til åndedrættet og stemmen fremhæves som et væsentligt udbytte af kortimerne. Humor og en legende tilgang er ofte tilstede, så dét at grine og glæden ved at synge sammen med andre er også kvaliteter, deltagerne taler om. For flere er oplevelsen af at de - til deres overraskelse - kan synge betydningsfuld.

BILLEDKUNST

Vi skal blande lilla. Alle har taget noget lilla med. En lilla blomst, en lilla cardigan. "Skal man male efter noget?" spørger Birgit. Hun sidder med en bog og er standset ved et billede af Picasso med to ansigter. Hun ser den splittelse, hun selv føler, i det. Da vi går i gang med at male, sænker koncentrationen sig. Stilhed og sporadisk snak. Katrine fortæller, at hun har hængt sine croquis- tegninger fra sidste gang op rundt omkring i sit hus. Det synes hendes mand er okay.

Hver billedkunsttime er bygget op af et afgrænset forløb, hvor deltagerne stifter bekendtskab med en genre eller et medie og får et eget værk med hjem. Flere udtrykker stolthed og overraskelse over dét, de laver, og hænger det, som Katrine, op derhjemme. Deltagerne præsenteres desuden for øvelser i at tegne dét, de ser, frem for forestillingen af det. At se træder derfor frem som en konkret, sanselig praksis, som flere tager med sig i deres øvrige hverdag. Billedkunsttimerne er præget af ro og fordybelse. Flere fremhæver det som afstressende. På det ene hold er der dog et par deltagere, som taler meget, hvilket opleves forstyrrende for de andre.

LÆSEGRUPPE

Margrethe sidder og syr fluesvampe, som skal stoppes ud med vat. Helle hækler nisser. Viktor tegner. Carina har taget en kanelstang med. Bibliotekaren læser op af novellen "Venner" og holder ind imellem pauser med spørgsmål til handlingen. Snakken går. Om erfaringer med små lokalmiljøer, venskab, der smuldrer, lottogevinster og den høje skilsmisserate i Vordingborg Kommune.

Flere sætter pris på at få læst højt og giver udtryk for, at de bliver inspirerede af de samtaler og refleksioner, som opstår undervejs i læsegruppen. Muligheden for at lytte - og eventuelt tegne eller sy imens - beskrives som afstressende. Andre oplever dog rastløshed under højtlesningen eller har svært ved at forholde sig til tekstvalget. For enkelte betyder det, at de ophører med at komme. Til læsegruppe samles begge hold i forløbet, hvilket giver mulighed for at lære hinanden bedre at kende på tværs af holdene.

KULTUROPLEVELSER

*"Hvad er det sværeste ved at skulle afsted?"
"Savn" - "At miste" - "Afsked"*

*"Hvad er det bedste ord til at sige farvel?"
"Farvel" - "Kærligst" - "Tak"*

Vi klapper. Vi sidder i et loftrum, som er performanceteatret Cantabile 2's træningssal. På gulvet, som lige nu er en scene, sidder tre deltagere med hver deres tavle og tusch og besvarer spørgsmål omkring en fremtidig rejse til Mars. Det er en smagsprøve fra teatrets seneste forestilling. Søren fortæller bagefter, at han blev rørt. Det var særligt at prøve at være med i en performance. De andre er enige. Selvom Ulla "stadig ikke forstår, at sådan noget kan være teater".

Deltagerne bliver præsenteret for en bred vifte af kulturoplevelser. Derved bliver de opmærksomme på, hvad der findes af kulturtilbud i kommunen. Foruden Cantabile 2 er blandt andet musikforeningen Cæcilia, Danmarks Borgcenter, Møns museum og spillestedet Stars involveret i Kulturstyrke. Besøgene giver fælles oplevelser, og for flere stimulerer det en lyst til at blive mere aktive kulturbrugere. Alle deltagere modtager ved starten af forløbet et Kulturstyrke-kort, som giver dem fri adgang til kulturtilbuddene et år frem.

DELTAGERNE

"Vi er forskellige, men deler oplevelser," fortæller Lilian, en kvinde i slutningen af 50'erne. Og forskelligheden er stor blandt deltagerne. På de to forløb, jeg følger, gennemfører i alt 15 kvinder og 4 mænd. Aldersmæssigt spænder de fra 18-64 år. Nogle lever alene, andre i parforhold og/eller med børn. Nogle er i slutningen af deres arbejdsliv, andre er knap begyndt. Alle kommer de med individuelle baggrunde og sygdomshistorier. Selvom Kulturstyrke henvender sig til borgere med stress, angst og lettere depression, er der også deltagere med andre diagnoser. Der differentieres ikke mellem diagnoserne, hverken i forløbet eller i rekrutteringen, som foregår gennem jobcentret. Enkelte viser sig at være fejlrekrutterede. En mand med PTSD er tilsyneladende så påvirket af sin lidelse, at det ikke er muligt for ham at deltage. Han kommer, men beholder altid jakken på og går igen efter kort tid.

En del falder desuden fra undervejs. På det første forløb, jeg følger, stopper seks deltagere, mens ti gennemfører. Herudover er der et par stykker, som er tilmeldte, men aldrig dukker op. På det andet



forløb gennemfører ni, mens fire stopper, og et ukendt antal udebliver fra starten. Grundene til at afbryde forløbet er forskellige. For to er det udfordringer i deres familiesituation, som fratager dem overskuddet til at komme. Tre får en praktikplads eller kommer i jobprøvning. En enkelt finder det for overvældende, og en anden "*fanges ikke rigtig*". Hun sætter pris på det sociale, men beskriver den første gang til billedkunst som "*de længste to timer i mit liv*".

Diagnoserne er forskellige, men deltagerne finder, som nævnt, et fællesskab i deres situation. Efterhånden som de åbner sig, viser det sig, at der ofte ligger komplekse omstændigheder til grund for deres tilstand. Flere beskriver livsforløb med tumult, barndomme med svigt og voksenliv med sygdom, skilsmisser eller andre former for brud. Jonna, som er i starten af fyrrerne, fortæller at hun har levet et liv, hvor hun "*har presset alle følelser væk. Nu indhenter de mig pludselig. Jeg ved ikke, hvad der har sat det i gang, men jeg kan ikke længere holde dem nede.*" Flere deler oplevelsen af, at velkendte strategier, ikke fungerer mere. Ønsket om at finde nye måder at være i livet på er derfor tilstede: "*Jeg ville ikke fortsætte. Jeg ville ikke have det sådan. Jeg ville ikke bare overleve, jeg ville også leve,*" fortæller den unge kvinde Emma.

FORMLØSHED OG FORM

Mange af deltagerne har været sygemeldte i længere tid. At komme op om morgenen og ud af døren er en udfordring, ligesom det sociale kan føles uoverskueligt, når nætterne er søvnløse og dagene præget af underskud. Efter den første uge i Kulturstyrke er udmattelsen derfor stor. Vi sidder til "tredje halvleg", omkring bordet med kaffe og småkager, da Lisa siger: "*Jeg ved ikke, om jeg kan holde til de ti uger.*" Niels, som sidder ved siden af, nikker. "*Det er hårdt. Jeg ved heller ikke, om jeg kan. Jeg var helt smadret i går. Jeg tænkte, at jeg ikke kunne overskue det i dag. Jeg har en sårbarhed, som jeg forsøger at holde under kontrol, også her. Det kræver mange kræfter.*"

Niels fuldender forløbet og dukker op hver gang, også de dage, hvor det er svært at komme afsted. Lisa stopper efter ca. fem uger, fordi det er for meget for hende med tre aktiviteter om ugen. Da de første ugers træthed er aftaget, fremhæver flere dog, at netop det at "*skulle noget*" er vigtigt for dem. "*Jeg står op, også de dage, jeg ikke skal komme. Det gjorde jeg ikke før,*" fortæller Anne, der har været sygemeldt i nogle måneder. Gennem Kulturstyrke finder hun en struktur. At skabe form i et hverdagsliv, som er præget af formløshed, opleves betydningsfuldt. Carina, der har været sygemeldt i flere år, og er mor til to fortæller begejstret efter den første uge i Kulturstyrke: "*Hver aften tager vi en runde omkring aftensmadsbordet, hvor alle fortæller om noget, de har oplevet, og*

nu har mor også noget at fortælle! Det synes børnene er spændende." Carinas udsagn peger på, at Kulturstyrke ikke blot tilbyder en form, men også et indhold. Det bryder for en tid med den følelse af passivitet og isolation, flere kæmper med. At engagere sig i noget meningsfuldt er afgørende for et menneskes trivsel. Det motiverer til at indgå i andre sammenhænge og relationer med større engagement og en følelse af at bidrage.

KULTURGUIDERNES ROLLE

Det er første gang til billedkunst. En lidt forlegen tavshed, små udvekslinger og nervøse bevægelser på stolene. Billedkunstlæreren introducerer sig selv. Hun "har også været ramt af stress," fortæller hun. Selvom det var en svær tid, oplevede hun, at "der var perler at hente i sårbarheden."

Helt afgørende for Kulturstyrkes form og indhold er de faste kulturguidere. Billedkunstlæreren vælger bevidst at dele elementer af sine personlige erfaringer i mødet med deltagerne. Flere fremhæver, at netop kulturguidernes vilje til at vise egen sårbarhed "*gør det lettere at være her og føle sig tryk.*" Både billedkunstlæreren, bibliotekaren og sanglæreren betoner, at de gør sig mange tanker om deres undervisning og er glade for at være tilknyttet Kulturstyrke. Dog kan det ind imellem være udfordrende. Eksempelvis fortæller sanglæreren:

"Jeg havde en forestilling om i starten, at jeg skal kunne håndtere deres (deltagernes) forskelligheder, men jeg har overgivet mig til, at det har jeg ikke forudsætningen for at gøre ... Men jeg har stadig energi ud til alle. Jeg har et billede af en linedanser."

At skabe et rum, som tilgodeser deltagerne med deres forskellige tilstande og behov, er en balancegang og kan ind imellem vække følelser af utilstrækkelighed. Ingen af kulturguiderne har en terapeutisk baggrund. De beskriver, at dét at læne sig ind i egne fagligheder og erkende sine begrænsninger er vigtige forudsætninger for at kunne facilitere et trygt rum, både for dem selv og for deltagerne. Eksempelvis svarer billedkunstlæreren på spørgsmålet, om hun har overvejet mere terapeutiske øvelser: "*Det er ikke dét, jeg kan. Jeg kan tale om billedkunst. Jeg prøvede lidt på det første forløb. De skulle male noget med farver, der afspejlede dem, men der kom historier, jeg slet ikke kunne håndtere. Så det holder jeg mig fra.*"

Flere deltagere kommer med selvkritik og præstationsangst. Både billedkunstlæreren og sanglæreren lægger derfor vægt på en legende, undersøgende tilgang. Gennem konkrete øvelser, opmuntring og

anerkendelse, støtter Kulturguiderne en proces, hvor deltagerne får andre oplevelser af, hvad de er i stand til. "*Man føler, man kan et eller andet. Det kan der blive sået tvivl om, når man går selv. Det giver gåpåmod. Ikke mindst den måde I tager imod os på. Der er bare plads til, at vi er mennesker,*" fortæller deltageren Niels.

Pladsen til at være menneske skabes, ifølge deltagerne, blandt andet af, at Kulturguiderne selv viser sig som mennesker. Selvom deres rolle i udgangspunktet ikke er terapeutisk, har deres tilgang og undervisning, hvad man kan kalde en terapeutisk effekt. Oplevelsen af at kunne noget og føle sig modtaget giver mod til at vise mere af sig selv, mod til at "*flytte egne grænser*", som nogle siger. Kulturguiderne faciliterer på den måde et rum, hvor deltagerne får nye erfaringer med at folde sig ud både kreativt og socialt. For nogle giver det en ny oplevelse af selvværd - og af værd i relation til andre mennesker.

AT ÅBNE ØJNENE OG SE

"Man kan glemme dét, man godt kan lide," siger Katrine. Vi sidder og blander forskellige nuancer af grøn, da hun med ét bliver rørt. At male har været en stor del af hendes liv, og hun "*ved alt om farvelære.*" At "*sidde med det igen, og mærke det*" vækker noget i hende. For flere deltagere har forskellige kreative udtryk været en del af deres liv, men på grund af travlhed eller nødvendigheden af andre prioriteringer, har det "*været pakket væk*". Kulturstyrke giver mulighed for at "*finde det frem igen*". Hvor nogle oplever at genfinde noget, som tidligere havde givet dem glæde, er det for andre en opdagelse af noget nyt.

"Jeg er ikke kreativ. Det er så langt udenfor, hvad jeg har defineret som dét, jeg kunne," fortæller Niels. Han er startet i Kulturstyrke, fordi "*hvad kan det skade?*" Første gang til kor får han "*nærmest et angstanfald*", da han træder ind i lokalet, fordi det "*er så provokerende at skulle synge*". Da forløbet slutter, melder Niels sig sammen med fem andre til sanglærerens aftenkor. Nu synger han hver torsdag aften og fortæller, at han "*har provokeret konen til at tage med til klassisk koncert. Provokeret fordi det plejer de ikke at gøre. Han plejer ikke at gøre noget nyt, men med Kulturstyrke er han blevet meget mere nysgerrig eller har genfundet sin nysgerrighed. Det kan konen også mærke.*"

For Niels åbner Kulturstyrke et nyt terræn. Hans ny- eller genfundne nysgerrighed giver ham lyst til at opsøge det kulturelle landskab, hvilket overrasker både ham selv og hans nærmeste.

Ét udtryk, som går igen blandt deltagerne er "*det har været en øjenåbner*". Det optræder i

“VERDEN ÅBNER SIG - LIVSGLÆDE FÆLLESSKAB, RUMMELIGHED. *Her skal jeg ikke yde, men får lov at nyde. Nogen vil hjælpe mig uden at presse mig. Giv mig tid, så bliver jeg klar igen”*

forskellige sammenhænge og refererer til forskellige erfaringer. Ulla, en kvinde i starten af 60'erne, gentager det efter vi har besøgt Cantabile 2. Hun *“forbinder teater med Det Kongelige. At det også kan være sådan, er en øjenåbner”*. En lignende forbløffelse udtrykker hun, da vi en mandag morgen har været til klassisk koncert: *“Det dér kammermusik, det var virkelig en øjenåbner. Jeg er mest til Country musik, og jeg havde taget strikkesøjet med, men jeg måtte lægge det ned, for jeg blev nødt til at lytte. På et tidspunkt var der bare celloen.”*

At åbne øjnene og se noget nyt skaber nye horisonter. Antropologen Vincent Crapanzano er optaget af åbenhed og lukkethed og af måden, hvorpå vi, bevidst eller ubevidst, konstruerer horisonter. Vores horisonter er afgørende for, hvad vi oplever, og hvordan vi fortolker vores oplevelser - hvis man da kan adskille oplevelse fra fortolkning, skriver han (Crapanzano 2004:3).

For mennesker, der er sygemeldte med stress, depression og angst, kan verden opleves lille. Den kan være skrumpet ind til sengen eller lænestolen, hvor Ulla fortæller, at hun tilbringer det meste af sin tid. De oplevelser, hun får igennem Kulturstyrke, udvider blandt andet hendes forståelse af, hvad teater og musik kan være. Men de udvider også hendes forståelse af, hvad kulturoplevelser kan gøre ved hende. Hun bliver overrasket, bevæget og i et enkelt tilfælde dybt berørt. Hendes horisont udvides derfor ikke kun udadtil, men også indadtil med erfaringer, som er betydningsfulde for hende. Til evalueringen af Kulturstyrke siger hun blandt andet: *“I flere sammenhænge har jeg tænkt: Ja, sådan skal det være fremover. Jeg skal have tid til alt det kreative. Lytte til lydbøger og musik derhjemme og male. Ikke bare sidde i min lænestol.”* Hun får lyst til at opsøge og modtage nye indtryk. Det peger på, at Kulturstyrke på selvforstærkende vis stimulerer initiativ, nysgerrighed, åbenhed og lyst, hvilket bidrager til nye oplevelser. Horisonter udvides, og disse små justeringer i erkendelsen kan være vigtige for gradvist at få det bedre.

AT GLEMME SIG SELV

“Når man er her, så forsvinder det sorte et par timer. Så er jeg rask et øjeblik,” siger Katrine en dag, hvor vi igen sidder til billedkunst. Lilian, som sidder ved siden af nikker. “Det er dét, kunst kan. Man glemmer sig selv. Det oplever jeg også, når jeg synger i mit kor. Jeg hører ikke min stemme, den blander sig med de andre.”

“Hvad så, når du skal ud af døren?” spørger jeg Katrine.

“Det kommer an på, hvad jeg skal, om det er en god dag. Måske får jeg et angstanfald efter nogle timer.”

Aktiviteterne skaber ramme for fordybelse. Som citaterne peger på, giver det mulighed for selv-forglemmelse. Der skabes et rum, hvor det syge kan træde i baggrunden og noget andet komme i forgrunden for en stund.

Psykologen Mihaly Csikszentmihalyi skriver om flow-oplevelser. Flow betegner den tilstand, der kan opstå, når et menneske føler sig involveret, koncentreret og opslugt. Ifølge ham synes flow ikke kun at give gode, kortvarige oplevelser, men kan også påvirke psykisk sundhed på længere sigt (Csikszentmihalyi 1990). Den fordybelse, Katrine oplever, imens hun tegner, fortrænger det øvrige hverdagsliv. Hun har oplevelsen af at være *"rask et øjeblik"*. Selvom følelsen kan forsvinde, når hun går ud af døren, gør erfaringen det ikke. Der er skabt en forskydning af perspektiv, som potentielt kan række ud over øjeblikket.

Fordybelsen i aktiviteterne gør det muligt at glemme, ikke kun sygdommen og sig selv, men også de andre et øjeblik. Følgende beskrivelse er fra én af de første gange til Kulturstyrke: *Nogle taler meget, imens de tegner. Andre sidder i stilhed og koncentrerer sig. Det opleves som et rum, hvor man kan tale eller tie. Kigge op fra papiret eller kigge ned. Forholde sig eller lade være. "Man glemmer næsten, der er andre," siger en ung kvinde, da vi er færdige.*

Det står deltagerne frit for, om de vil involvere sig i samtaler eller koncentrere sig om dét, de arbejder med. Aktiviteterne skaber således et frirum på flere måder. Det øvrige liv, men også de sociale forpligtelser suspenderes et øjeblik. At deltagerne samles om kulturen som et fælles tredje, hvor hverken de selv, sygdommen eller de andre er i fokus, er af afgørende betydning for oplevelsen af dette frirum.

AT UDTRYKKE SIG SELV

"Jeg føler, jeg lægger et lille stykke ud af mig selv. Det er mig, der er i det, jeg kommer med. Så jeg øver mig i at tænke, at det er godt nok. At det er noget værd. At jeg har noget at komme med," fortæller Emma.

Selvom de ikke beskæftiger sig direkte med dem selv, er deltageres udtryk en del af dem selv. Emma knytter det at *"lægge et lille stykke ud af sig selv"* til både at tegne, synge og give sit bidrag i læsegruppen. På den måde eksperimenterer hun med at værdsætte sit eget udtryk - og sig selv. Mennesket bruger sin egen indre kreativitet til at genskabe en fornemmelse af værdi i verden, skriver antropologerne Ingold og Hallan og fortsætter: Man kender sin kapacitet og sig selv gennem, hvad man ser af sig selv i verden (Ingold & Hallan 2008: 108). Med andre ord tydeliggøres



vi i verden gennem vores udtryk, og vi tydeliggøres for os selv. Når Kulturstyrke giver deltagerne mulighed for at udtrykke sig kreativt, er det samtidig en mulighed for at se sig selv afspejlet i noget udenfor sig selv. Noget som kan vække glæde og stolthed.

"Jeg vidste, jeg ville lave noget med masker, noget forvrænget," siger Viktor, en mand i 50'erne, en dag, hvor han er tydeligt frustreret. Han har tidligere tegnet og malet meget. Mens han sidder med kullet og ser et motiv komme frem, skifter hans sindstilstand. Han bruger tegningen til at give sprog til nogle af sine indre stemninger. Aktiviteterne skaber dermed ikke kun et frirum, hvor deltagerne kan glemme sig selv, men også hvor de kan lade dele af dem selv komme til syne på nye måder.

EN SANSELIG TILSTEDEVÆRELSE

Hanne fortæller, at hun er begyndt at se mange flere nuancer i naturen efter at have blandet farver til billedkunst. Også Linda er begyndt at lægge mærke til andre ting, når hun går tur med hunden. "Jeg er virkelig obs på farvepaletten nu. Og når hunden stopper op, så stopper jeg også op og kigger og trækker vejret dybt, som vi gør til kor."

Citaterne viser, hvordan elementer fra undervisningen følger deltagerne i deres hverdagsliv. Flere fortæller om oplevelser, hvor de i højere grad bemærker omgivelserne. Kulturstyrke synes dermed at stimulere en kropslig og sanselig tilstedeværelse, som åbner deltagerne for verden omkring. I betragtning af, at flere kæmper med diagnoser, som netop lukker verden ned, er det af stor værdi og giver en savnet ro.

Også på et helt konkret plan tager flere deltagere aktiviteterne med sig. Nogle køber farver, indretter hjørner derhjemme, hvor de kan male eller laver åndedrætsøvelser med børnene. Flere fortæller, at de griber sig selv i at synge i bilen på vej hjem fra kor. Nogle har energi til at gøre lidt mere ud af madlavningen. Carina *"har lyst til at bage og bygge snemand med sine børn"*. En lyst hun *"ikke har mærket i 8 år"*. Og Anne fortæller, at hun *"er begyndt at grine og drille lidt, mens hun har gået her."*

Disse små tegn på overskud peger på, at Kulturstyrke rækker ind i det øvrige liv på uventede og ofte subtile måder. Deltagelsen i aktiviteterne konverteres til et socialt og sanseligt engagement i hverdagen, som er med til at øge livskvaliteten. Igen er det de små justeringer, som kan bidrage til en oplevelse af at få det bedre. En oplevelse af at være mindre syg og mere levende.

TILPAS FORSTYRRELSE

Bent har sagt til bibliotekaren, at han ønsker andre noveller. "De er for deprimerende. De handler om familiekonflikter, brud, vold og sygdom."

Ind imellem er der kulturoplevelser, der virker oprivende, frem for styrkende for nogle deltagere. Andre er slet ikke enige. *"Det er jeg jo vild med. Det dybe, det alvorlige,"* indvender Susanne, en yngre kvinde, da temaet tages op til den mundtlige evaluering. Projektlederen forklarer rationalet bag forløbet: *"Grunden, til at der er valgt kulturtilbud, er, at det fjerner fokus fra jeres sygdom. Vi skal ikke gøre ondt værre i forhold til tekster, der handler om døden, men det må gerne prikke, skubbe, ruske en lille smule. Vi kalder det tilpas forstyrrelse."*

Nogle deltagere føler sig rigeligt forstyrrede gennem deres sygdom og skærmer sig mod yderligere "forstyrrelse". Andre ønsker at blive skubbet til og finder de "dybe" lag af eksistensen, som kulturen kan mane frem, berigende. Derfor er det individuelt og afhængigt af flere faktorer, hvad der udgør en "tilpas forstyrrelse", og spørgsmålet er, hvad og hvem der kan definere, hvorvidt en forstyrrelse er "tilpas". Citaterne understreger, hvordan deltagerne indgår i og finder mening på forskellig vis i Kulturstyrke. Måden, hvorpå de bliver bevægede, og i hvilken grad de ønsker bevægelse, varierer. Det samme gør motivationen for at komme. Kulturaktiviteterne udgør den overordnede ramme, men om det er kulturen eller det sociale, der trækker, er forskelligt. For Bent er fællesskabet den primære grund til at være med. Han tager *"hjemmebragt kage med"*. Det er hans *"bidrag til det kreative. Det med kulturen er ikke af så stor betydning, men han nyder samværet. At være blandt andre i en lignende livssituation, andre som ved, hvordan det er."*

ET SÆRLIGT FÆLLESSKAB

Det er tredje halvleg. Snakken bølger frem og tilbage om drivhuse og hjemmelavet snaps, som Anne selv brygger. Mille har også lavet én af valnødder." Det ligner heksebryg." Så flyder samtalen over på Kulturstyrke. Niels: "Der er ikke en overskrift, som hedder sygdom. Det skaber et frirum. Vi har været gode til at tage imod det frirum og tale om andet. Det er federe at tale om verden, hvor du får skabt nogle livsårer. Det er ikke livsbekræftende at få at vide, "du er syg." Her er det livsbekræftende. Men jeg er bange for, at når jeg kommer tilbage på arbejdsmarkedet, så bliver jeg gamle Niels igen, som tænker, "Det skal bare arbejdes væk."

Anne: "Jeg har stadig min angst. Selv når jeg er her, kan jeg godt tage blusen af, når jeg kommer hjem og vaske den, fordi jeg stinker af angst. Men det går fremad."

Nanna: "Hvordan går det fremad?"

Anne: "Jeg bliver bedre til at tackle ting. Men jeg har stadig armen, der ryster, når vi skal synge."

Maj: "Det er velkendt."

Niels: "Vi lægger ikke mærke til det. Det er ikke essentielt i vores samvær med dig. Men er der plads til det på en arbejdsplads?"

Kulturen er "overskriften", deltagerne samles under. At overskriften ikke er sygdom etablerer et frirum, hvor verden inviteres ind og "livsårer skabes", som Niels udtrykker det. Et sådant fokusskifte væk fra sygdom udvider deltagernes horisonter, da det giver andre, "livsbekræftende" landskaber at orientere sig i og dele. Deltagerne "tager frirummet til sig" og udfylder det på deres egen måde. Samtalerne handler ind imellem om sygdom. Flere finder det støttende at udveksle sygdomsfortællinger, men som eksemplet ovenover viser, handler de først og fremmest om meget andet. Madopskrifter, barndomserindringer, vejrmeldinger og fremtidsdrømme - gennem alle disse udvekslinger vokser et fællesskab frem. Deltagernes tidligere livserfaringer påvirker deres følelse af at være blandt andre mennesker. De bærer alle på en sårbarhed på forskellig vis. Men her skubber sårbarheden dem ikke ud af fællesskabet, som de fleste har oplevet i andre sammenhænge. Det er tværtimod dén, der forbinder dem, ja måske tilmed kvalificerer dem til fællesskabet.

At være blandt andre, der "ved, hvordan det er" betyder, at deltagerne ikke oplever samme behov for at forklare eller forsvare sig, som de ofte møder i kontakten til andre "raske" mennesker, sundhedssystemet eller jobcentret. Det er ikke kun sygdommen, men også den stigmatisering, som følger med, som er smertefuld. Flere beskriver en følelse af værdiløshed i egne og andres øjne. Tilhørsforholdet til et større fællesskab og den identitet, det tilbyder at være tilknyttet arbejdsmarkedet, er for en tid suspenderet. Deltagerne befinder sig i en overgangsfase, imellem dét som var, men uden at vide, hvad der kommer. For en tid bliver de hinandens vidner. I rammerne af Kulturstyrke opstår der et særligt fællesskab, hvor deltagernes forskelligheder træder i baggrunden, og den livssituation, de deler, bliver et samlende element. Især på det første forløb, jeg følger, opstår der en særlig, midlertidig samhørighed.

ET MODBILLEDE TIL DET OMGIVENDE SAMFUND

Som citatet ovenfor peger på, anerkender og genkender deltagerne hinandens sårbarhed, hvilket bidrager til følelsen af fællesskab. Spørgsmålet, som Niels rejser, er, om der er plads til denne sårbarhed på en arbejdsplads. Flere har oplevelser af, at det er der ikke. For nogle, særligt dem med

"Den forsmag vi har fået med forskellige kulturelle aktiviteter er som en kasse, hvor låget er blevet løftet af, efter at have være lukket i mange år.

En helt fantastisk oplevelse, som jeg ville ønske kunne fortsætte resten af livet."



en stress-diagnose, har situationer på arbejdspladsen bidraget til den tilstand, de befinder sig i. Nervøsiteten over eksempelvis at *"blive gamle Niels"*, eller som andre udtrykker det, *"ikke at kunne holde fast i det positive"*, er derfor tilstede. At kunne være sig selv, at være kreativ, at have værdi er nogle af de kvaliteter, deltagerne beskriver. Efter et forløb på ti uger er de kun skrøbeligt integreret og kan virke illegitime i forhold til omgivelserne. Flere deltagere forbinder arbejdsmarkedet og sygedagpengesystemet med at *"skulle præstere"* og med *"ikke at blive mødt"*. Kulturstyrke kommer dermed til at repræsentere et modbillede til de strukturer, deltagerne i øvrigt indgår i. Det er med andre ord en intervention, som sætter det omgivende samfund i perspektiv. At den udgør et frirum fra alt det, deltagerne ellers belastes af og skal leve op til, er både interventionens styrke og udfordring. For hvad sker der med de kvaliteter, deltagerne finder, når forløbet slutter? Har de en legitimitet og bæredygtighed udenfor interventionsrammen? Deltagerne ønsker at få det bedre, men at vende tilbage til arbejdsmarkedet er både attraktivt, imødekommet og frygtet.

RE-ORIENTERING FREM FOR REHABILITERING

"Tror I, projektet her bringer jer tættere på arbejdsmarkedet?" spørger projektlederen til den afsluttende, mundtlige evaluering. Den unge kvinde Emma svarer: "Det kan give energi og luft. Jeg har fundet ud af, hvad der er vigtigt for mig, og hvor jeg vil lægge energien. Man kommer tættere på sig selv og på den måde måske også på arbejdsmarkedet."

Emmas svar resonerer med, hvad de fleste andre deltagere giver udtryk for. At Kulturstyrke giver dem en større bevidsthed om, hvad der betyder noget, og hvad de ønsker at prioritere i deres liv.

I kommunens projektbeskrivelse af Kulturstyrke er målet en *"øget tilbagevenden til arbejdsmarkedet gennem nye former for rehabiliteringsforløb samt en stykret mestring hos målgruppen i forhold til job og hverdagsliv"* (Vordingborg Kommune 2016). Om interventionen skaber større arbejdsparathed er vanskeligt at måle, da denne parathed er komplekst forbundet med deltagernes øvrige livsomstændigheder. Særligt for de, som er sygemeldte med stress, bidrager Kulturstyrke dog med en øget afklaring om egen rolle på arbejdsmarkedet - og arbejdets rolle i eget liv. Som Viktor, der er sygemeldt for anden gang siger: *"Jeg oplever et forløb som det her, som en bekræftelse på, hvor mit liv skal bevæges hen."*

Værdi og værd er for deltagerne forankret i en relationel og eksistentiel kontekst. Hvor de kommunale effektmål for Kulturstyrke sigter mod en rehabilitering på arbejdsmarkedet, udgør det kun en lille del af deltagernes livsmål. På spørgsmålet om, hvad de *"gerne vil vende tilbage til?"* svarer

Lilian eksempelvis *"andre sider af mig selv,"* mens Niels fortæller, at han *"ikke ønsker at vende tilbage, men at komme hen til noget andet."*

Kommunen har rammesat Kulturstyrke som en kortvarig intervention, men for deltagerne indgår den i et længere livsforløb, hvor fortid, nutid og fremtid sameksisterer. Betydningen rækker derfor langt ud over interventionens rammer. For mange af deltagerne er ønsket ikke blot en rehabilitering, men en re-orientering. At kunne orientere sig mod andre måder at være i livet på. Det peger på, at det ikke kun giver mening at tænke rehabiliteringsforløb på nye måder, men også at udvide forståelsen af, hvad rehabilitering kan betyde for den enkelte borger.

LIVET EFTER KULTURSTYRKE

"Jeg tænker allerede på, at den 21. er det slut og bum, så er du tilbage derhjemme igen."

Der er stadig fire uger tilbage af forløbet, men Ulla er allerede nervøs for afslutningen. Ti uger er kort tid. Flere fortæller, at de lige når at vænne sig til at være med i Kulturstyrke, før de skal indstille sig på, at det slutter. Spørgsmålet om, hvad der skal ske bagefter, fylder derfor også under selve forløbet. Hvor det ene hold, jeg følger, mødes en enkelt gang efterfølgende, etablerer det andet hold en fast mødedag i et lokale, kommunen stiller til rådighed. Her besøger jeg dem tre uger efter Kulturstyrkes afslutning.

Der er dækket op med kaffe, wienerstang, tyrkisk peber og vindruer. Hele holdet er til stede, og snakken går, særligt om, hvordan det var at stoppe. Flere fortæller, at de "har været nede i et hul", at der opstod et "vakuum", og at det er "svært at skabe gode vaner, når der ikke er noget at stå op til." "Vi skulle være nedtrappet gradvist. Hvor er iltmasken henne?" joker de i den ene ende af bordet.

Nogle er startet til sanglærerens aftenkor. Andre venter på, at Kommunen opretter et billedkunsthold for tidligere deltagere. Da jeg kommer tilbage fire måneder senere, er de tre til stede. De fortæller, at de stadig er en lille kerne, som mødes fast, og indimellem tager til koncerter, arrangerer maledage og så videre. For dem har Kulturstyrke skabt ét - indtil videre - vedvarende fællesskab.

De opfølgende besøg giver en fornemmelse af, hvad der er sket med deltagerne efter forløbet, men de skaber ikke tilstrækkelig viden om, hvorvidt Kulturstyrke har en længerevarende effekt.

Hvis det ikke blot skal være en *"iltmaske"*, som kortvarigt forsyner de sygemeldte borgere med lidt luft, må der dog være en opfølgning. Flere giver udtryk for, at det i sig selv er stressende at gå fra intervention til intervention med alt det nye, det involverer. Der kan ligge en særlig udsathed i at opleve sig støttet i en tid og så sluppet igen. Det peger på vigtigheden af at tænke i kontinuitet i forbindelse med interventioner. Kommunen har nu etableret et billedkunsthold for tidligere deltagere, hvilket er et væsentligt initiativ. At deltagerne kan fastholde nogle af de kvaliteter og åbninger, de oplever gennem Kulturstyrke, er en forudsætning for, at interventionen kan bidrage til *"en bæredygtig livsforandring"*, som projektet tilsigter (Vordingborg Kommune 2016). Ellers er risikoen, at effekten mistes, og frirummet kun bliver et kortvarigt ophold på en fortsat udfordrende rute.

KULTURSTYRKE SOM ET LABORATORIUM

"Det har lært mig, at det er dét, jeg vil ha'. Det er de kvaliteter, livet drejer sig om. Den måde, vi bliver undervist på og er sammen på - dét er en gave, som jeg tager med mig. Jeg synes, gruppen har givet mig noget helt specielt. Jeg har haft lyst til at komme ud, - og turdet igen. Det har givet mig håb, at der findes sådan nogle mennesker... Jeg føler mig helt normal," siger Maj.

"Det er du også," svarer Lilian.

"Ja, men ikke når jeg går derhjemme."

Udvekslingen mellem Maj og Lilian finder sted over kaffen én af de sidste dage i Kulturstyrke. Den peger på, at nogle deltagere oplever deres erfaringsverden som anormal, men her, i samværet med andre, opstår en følelse af normalitet. Maj nævner ord som lyst, mod og håb. Følelser, som mødet med de andre deltagere har vækket i hende. Håb har samme retning som forventning, men er mere fuld af løfter, skriver antropologen Vincent Crapanzano. Håb tillader os at se frit ind i det levede rum, som åbner sig. Det sætter os i kontakt med en tilblivelse (becoming), som udfolder sig på afstand (Crapanzano 2004: 101-102).

Når Maj udtrykker håb, tyder det på, at hun aner muligheder. Eksempelvis mulighed for at noget kan ændre sig til det bedre. Med andre ord eksperimenterer hun med håb og fremtidige muligheder. Noget er allerede ændret i kraft af de oplevelser, hun har fået. Kulturstyrke bliver på den måde et laboratorium for nye erfaringer, forestillinger og fortællinger. En ramme, hvori Maj kan udforske lyst, mod og normalitet som del af hendes erfaringsverden. Laboratoriet som metafor er lånt fra antropologen Cheryl Mattingly, som skriver, at laboratoriet fremhæver de mulighedsrum, der tillader mennesker at eksperimentere med, hvordan livet kan leves (Mattingly 2014). Her løsriver jeg dog



"Jeg ville ikke bare overleve - jeg ville også leve."

begrebet fra hendes forståelse og bruger det frit. Kulturstyrke er afgrænset i tid og sted, men som laboratorie er det flydende og hele tiden opstående gennem alle de små forsøg, deltagerne foretager. Eksempelvis i form af at prøve noget nyt, at grine, at stoppe op på gåturen, at drille, at synge i bilen, at gå i teatret, at indrette malerum derhjemme, at melde sig til kor, at turde være blandt mennesker. På forskellig vis eksperimenterer de med at udtrykke sig, være tilstede og indgå i relationer. I disse laboratorier opstår øjeblikke af forbundethed, succes, selvkritik, håb, overvældelse, afmagt, kreativitet og meget andet.

For mange deltagere fylder sygdomsfortællingen meget. Ved at opleve og undersøge dem selv på nye måder, kan de i højere grad distancere sig fra denne fortælling. Kulturstyrke bliver på den måde et laboratorie, hvor deltagerne eksperimenterer med at være andet og mere end deres sygdom - både mens de deltager i aktiviteterne og derhjemme. De kan afprøve andre forståelser af dem selv og få et større repertoire af selvfortællinger at læne sig mod. Eksempelvis fortællinger om at være god til noget, at have værdi og være normal.

Kulturstyrke kan også ses som et laboratorium for Vordingborg kommune. Hvad sker der, når Kulturlivet bliver en del af sundhedssektoren og omvendt? Hvilken rolle har jobcentret? Det er et eksperiment med tværsektorale samarbejder og de mulighedsrum, det åbner, for at tænke rehabilitering på nye måder. Et eksperiment som pågår, imens interventionen foregår, og som derfor er genstand for justeringer, refleksion og nye forsøg.

AFRUNDING

Kulturstyrke opleves som en meningsfuld intervention, der på positiv vis styrker deltagerne i deres selvforståelser og hverdagsliv. En særlig kvalitet er, at deltagerne føler sig mødt. *"Her er der plads til bare at være menneske"*, som en deltager udtrykker det. Kulturstyrke tilbyder med andre ord et ikke-stigmatiserende frirum, hvor deltagerne kan erfare sig selv på nye måder, hvilket hjælper dem til at få det bedre.

Stress, depression og angst er lidelser, som stadig flere mennesker stifter bekendtskab med - enten i kortere eller længere livsperioder. Derfor synes det vigtigt at udvikle nye rehabiliteringsmodeller, som i Vordingborg Kommune. Dog giver behovet herfor også anledning til spørgsmål. Hvad betyder det, at kunst og kultur instrumentaliseres? Hvilken betydning har det, at områder som i sig selv tilbyder værens- og refleksionsrum indlemmes i behandlingssystemet? Når kultur sættes på recept som en indsats, der skal skabe frirum for borgerne, afspejler det et samfund, hvor frirum må konstrueres

- ofte når det er for sent. Derfor er et overordnet opmærksomhedspunkt, at de nye interventioner ikke blot reproducerer det system, der skaber behov for at udvikle dem, men reelt understøtter andre retninger.

Det leder tilbage til deltagernes nervøsitet omkring, hvorvidt de kan tage det udbytte med sig, som de finder i Kulturstyrke. Et konkret opmærksomhedspunkt er at arbejde videre med, hvordan Kulturstyrke kan indtænkes i en bredere sammenhæng, så det knyttes til livet efter interventionsrammen og på sigt et genoptaget arbejdsliv. Det vil understøtte deltagernes ønske, ikke bare om rehabilitering, men om re-orientering.

En klar anbefaling er derfor at fortsætte de opfølgende initiativer, som Kommunen allerede har sat i gang i form af et billedkunsthold for tidligere deltagere og jævnlige gensynsmøder. Der kan også tænkes i, hvorvidt der skal oprettes et fortsætterhold, eventuelt med færre mødegange, så deltagerne "slippes" knap så pludseligt. Det vil støtte dem i at integrere Kulturstyrke som et vedvarende, styrkende element i hverdagslivet.



LITTERATUR

Crapanzano, Vincent (2004): *Imaginative Horizons: An Essay in Literary-Philosophical Anthropology*. University of Chicago Press. Chicago.

Hallam, Elizabeth & Ingold, Tim (2008): *Creativity and Cultural Improvisation: an Introduction*. I: *Creativity and Cultural Improvisation* (Red) Hallam & Ingold. Berg Publishers. Oxford.

Jensen, Anita (2017): En systematisk gennemgang af den internationale litteratur om Kultur og Sundhed. Videncenter for Kultur og Sundhed (NOCKS), Institut for Kommunikation, Aalborg Universitet. Tilgængelig her: http://www.musikterapi.aau.dk/digitalAssets/290/290869_review_anita_25maj_finalversion_1.pdf.

Jensen, A., Stickley, T., Torrissen, W. & Stigmar, K. (2017): Arts on prescription in Scandinavia: a review of current practice and future possibilities I: *Perspectives in Public Health*, vol 137, No 5.

Mattingly, Cheryl (2014): *Moral Laboratories Family Peril and the Struggle for a Good Life*. University of California Press. Oakland.

Mihalay Csikszentmihalyi (1990): *Flow. The psychology of optimal experience*. Harper and Row. New York.

Region Skåne (2016): *Kultur på recept 2.0*. Epidemiologi- og registercentrum Syd, Skånes universitetssjukvård. Tilgængelig her: <https://www.skane.se/siteassets/kultur/dokument/utvardering-kultur-pa-recept-april-2016.pdf>

Vordingborg Kommune (2016): Ansøgningskema for Satspuljeprojekt: "Kultur på recept".

BILAG: METODE

Undersøgelsen er forankret i et etnografisk feltarbejde foretaget fra august til december 2017. Her fulgte jeg to forløb, som hver var delt op i to hold. Jeg var til stede hver anden uge og deltog i aktiviteterne sammen med deltagerne, hvilket bidrog til, at tillidsrelationer kunne opstå. Udover deltagelse og observationer, udgjorde uformelle samtaler min primære metode. Det er min oplevelse, at mere formaliserede interviews fik nogle deltagere til at stivne og indgød en stemning af præstation. Rammen i sig selv indbød desuden til uformelle samtaler. Når vi malede, drak kaffe i "tredje halvleg" eller var på vej til et museumsbesøg, var der rig mulighed til at spørge og bringe samtaleemner op af relevans for undersøgelsen - både med den enkelte deltager og gruppen som helhed. Hvor de uformelle samtaler gav en sproglig viden om deltagerens oplevelser, bidrog deltagerobservationen med en ikke-sproglig indsigt i de stemninger og dynamikker, som i høj grad former Kulturstyrke.

Deltagerobservationen som metode giver dog anledning til en række overvejelser. Hvordan påvirker min tilstedeværelse deltagerne? Hvordan former jeg aktiviteterne og interaktionen med mine spørgsmål? Dét som netop er genstand for undersøgelsen. Etnografens rolle rummer en kontinuerlig balancegang mellem at være synlig og træde tilbage.

Tid er en væsentlig faktor i undersøgelsen. Min kontinuerlige tilstedeværelse gav indsigt i, hvordan deltagerne forholder sig til de forskellige aktiviteter og hinanden over tid. Samtidig er undersøgelsen begrænset af tid. Det betyder, at den primært centrerer sig om selve interventionen og ikke følger deltagerne bagefter. Jeg har lavet tre opfølgende besøg og er stadig i mailkorrespondance med nogle deltagere, men det har ikke været muligt at skabe tilstrækkelig viden til at konkludere, hvorvidt Kulturstyrke har en længerevarende effekt. Derfor er rapporten først og fremmest en analyse af deltagerens subjektive erfaringer under selve interventionen.

Rapporten suppleres af en lydmontage, som er sammenklippet af optagelser fra de to forløb. At inddrage lyd tilføjer et yderligere etisk refleksionslag. Det indebærer en særlig lydhørhed overfor deltagerne, både under optagelserne og i den efterfølgende redigeringsproces. Alle deltagerne i montagen har lyttet den igennem og godkendt den.

