

- : Bondevik, H. og Synnes, O. (2024). Å artikulere kreftoverlevelse gjennom
- : poetisk språk. I Solbrække, K.N. og Bondevik, H. (red.), *Kreftoverlevelse på*
- : *nye måter* (s. 191–214). Forente Forlag AS / Scandinavian Academic Press.
- : DOI: <https://doi.org/10.62342/SAP.OA.2009>

KAPITTEL 8

Å artikulere kreftoverlevelse gjennom poetisk språk

Hilde Bondevik og Oddgeir Synnes

Jeg vet at inne i meg finnes en følelse
En følelse av tillit og kjærlighet
Jeg må bare finne den igjen
(KVINNELIG KURSDELTAKER)

Jeg fikk rom til å se i riktig retning
(MANNLIG KURSDELTAKER)

Kreft er ikke lenger en sykdom som er entydig tabubelagt. Fremveksten av overveldende litteratur av kreftfortellinger i romaner og selvbiografier så vel som i aviser, på tv og sosiale medier illustrerer et ønske om og et behov for å artikulere egne krefterfaringer og å bli lyttet til. Samtidig er det de aller færreste kreftpasienter som får fortalt om sine erfaringer for et bredere publikum eller som har ønsker eller mot til å stå frem på sosiale medier. Ifølge den amerikanske professoren i litteratur og kreftoverleveren Susan Gubar (2016) kan kreativ skrivekunst være en effektiv komplementær terapi. Skrivekunst kan lindre sykdommens

ensomhet og gi redskaper til å forstå hvordan vi kan håndtere den, hevder hun.

Med utgangspunkt i egne erfaringer med skrivegrupper blant kreftpasienter ønsker vi i dette kapittelet å undersøke hvilken betydning tilgang til et kreativt og poetisk språk kan ha for kreftpasienter som i liten grad har skrevet før. Tekster og erfaringer fra skrivegruppene samt intervjuer med deltakerne i etterkant vil bli satt i dialog med filosofiske og litterære teorier om fortelling, poetisk språk og mening. Vi spør: Hvordan kan et poetisk språk bidra til å gi kreftoverleverer en tilgang til å artikulere erfaringer og å skape mening? Og kan kreativ skriving i et skapende fellesskap bidra til mestringsfølelse og glede for kreftoverleverer?

Hva er kreativ skriving, og hvorfor er det viktig?

Kreativ skriving føyer seg inn i en tiltakende interesse for bruk av ulike kunstneriske praksiser i møte med sykdom og traumer. I flere systematiske gjennomganger av forskningen som finnes på dette feltet, pekes det på at ulike former for kunstpraksiser kan være viktige ved at de aktiverer fysiologiske, psykologiske, sosiale og adferdsmessige reaksjoner (Attard & Larkin, 2016; Fancourt & Finn, 2019). Det er i lys av denne forskningen og våre egne erfaringer med skrivegrupper at vi ønsket å utforske poesi og skrift som inngang til å uttrykke erfaringer med kreft i prosjektet *Kreftoverlevelse på nye måter*.

Kreativ skriving er en ekspressiv metode hvor ulike litterære virkemidler, sjangre og fantasi og forestillingskraft blir anvendt for å formidle et budskap eller uttrykke tanker, oppfatninger og følelser (se bl.a. Andersen, 2010). Kreative former for språkbruk finner man typisk i skjønnlitteratur, i dikt, noveller, romaner – og

i fortellinger og sangtekster. Samtidig som kreativ skriving bygger på ulike litterære sjangre og virkemidler, er kreativ skriving kjennetegnet av kunstnerisk frihet, av muligheten til å bryte med sjangre, mønstre og forventninger for å uttrykke det man ønsker å formidle.

Sentralt i kreativ skriving står tanken om at formen og språket er avgjørende for det som kan uttrykkes. Med andre ord er det nettopp den kreative språkbruken som muliggjør at noe kan vises frem. Kreativ skriving avviker slik fra en instrumentell forståelse av språkbruk. Der en instrumentell språkbruk ønsker å skape et en-til-en-forhold mellom språket og verden, vil poetisk språk, i vid forstand, kunne brukes til å etablere en verden, eller å se verden på en ny måte. Ifølge den norske lyrikeren Helge Torvund (1995) er poesien et våpen mot vanetenkning og vår forutinntatte forståelse av verden. Et beslektet argument fører den franske filosofen Paul Ricoeur (1991) når han ser poetisk språk mer som en handling enn som et portrett av verden. Poetisk språkbruk åpner for å se verden på nytt, som mulighet, som en annen måte å bebo verden på.

Et slikt syn på poetisk og ekspressiv språkbruk har åpnet for en forståelse av at kreativ skriving kan være verdifullt i møte med livskriser og alvorlig sykdom. Her vil vi særlig trekke frem to forfattere som begge argumenterer for betydningen av et kreativt språk i møte med sykdom og kriser. Nevnte Susan Gubar ble kjent for et større publikum med sitt sykdomsmemoar om kreft, *Memoir of a Debulked Woman* (2012), og gjennom sin faste spalte «Living with Cancer» i avisen *The New York Times*. I boken *Reading and Writing Cancer: How Words Heal* (2016) forteller hun ikke bare om hvordan skriving og lesing ble avgjørende for henne i livet med egen kreftsykdom, men også om hvordan skriving og lesning kan hjelpe andre. Den amerikanske poeten og professoren i kreativ Gregory Orr retter i boken *Poetry as Survival*

(2002) på sin side søkelyset mot hvordan lesing og skriving av poesi er en ressurs i møte med kriser og traumer. Orr kobler dette til sin egen historie med en traumatisert barndom hvor møtet med poesien gjennom skriving og lesing sto helt sentralt for å kunne bearbeide traumer og rett og slett overleve.

For Gubar og Orr er skriving en form for komplementær terapi i møte med sykdom og kriser. De kobler dette til at skriving er en prosess som kan restabilisere et selv i en livskrise. Som Gubar fremhever, kan skriveprosessen være «a way of steadying myself, gaining perspective, quieting anxieties, and shifting my attention from my ailing body to words, to sentences, and (best of all) to the experiences of other people» (2016, s. 2). Gubar peker her på hvordan skriving også kan fungere som en åpning mot andre mennesker og en vei ut av ensomheten som gjerne følger med sykdom og traumer. Orr fører et lignende argument når han ser skriving som en utforskning av eget liv, ens identitet og verdighet, både i skriveprosessen og kanskje i særlig grad gjennom den måten skriving kan åpne for et støttende fellesskap på: «To create a poem or story in itself affirms its writer's individual dignity and identity, but to present that writing to an appropriate and appreciative audience ushers the [...] author, even further out of isolation and back into the human community» (Orr, 2023). Ifølge Gubar kan dessuten skriving innebære at oppmerksomheten rettes mot flere sider av livet og slik resultere i en form for terapi eller en åpning mot en tilværelse hvor sykdom kan tre i bakgrunnen (Gubar, 2016).

Både Gubar og Orr løfter frem kreativ skriving som en ressurs for alle mennesker, ikke bare utøvende forfattere. Dette er en demokratisk tenkning rundt kunstneriske prosesser som åpner for at de samme prosessene er virksomme uavhengig av nivå. Den italienske kunstfilosofen Benedetto Croce argumenterer for et lignende syn når han hevder at «there are only differences

of degree, in depth and breadth. All men are artists in so far as they possess images. [There has been] a failure to recognize the true nature of art, its real roots in human nature – by a separation of art from the rest of spiritual life» (Croce, gjengitt i Beardsley, 1975, s. 321).

Dette åpner for å se ulike kunstneriske virksomheter som noe som har betydning utover et individperspektiv – til et samfunnsperspektiv: Dersom kreative praksiser er noe for alle, og dersom det kan innebære en viktig alternativ tilnærming til sykdom, hvordan kan vi som forskere legge til rette for dette og i så fall undersøke betydningen av det? Dette spørsmålet knytter an til en økende interesse innen litteratur- og kulturfeltet for «alminnelige menneskers» bruk av litteratur gjennom lesing og skriving. Litteraturforskerne Ann Jurecic (2012) og Rita Felski (2008, 2015) har problematisert hvordan litteraturkritikken primært har vært opptatt av en kritisk lese måte, det den franske filosofen Paul Ricoeur omtaler som en mistankens hermeneutikk. Et sentralt poeng for Jurecic er hvordan en mistankens hermeneutikk ikke kan yte rettferdighet til den økende litteraturen av sykdomsmemoarer. Snarere må disse sees som uttrykk for en eksistensiell utfordring i det moderne samfunnet: «[I]f doctors' offices and hospitals cannot function as spaces where personal meaning can be developed, then the existential questions about human fragility and significance have to be asked and answered elsewhere» (2012, s. 10). En kritisk lese måte, som først og fremst retter oppmerksomheten mot ideologi og avsløring av skjulte og ubevisste motiver i vanlige menneskers tekster, fanger ikke opp det som står på spill for dem som velger å ytre seg. Som Ricoeur understreker, må vi også være villige til å lytte til hva tekstene sier oss. Inspirert av Ricoeur løfter Jurecic og Felski frem mulige alternative lese måter som ser lesing og skriving som *reparerende* (reparative) (Jurecic, 2012) eller som noe som kan innebære

anerkjennelse (recognition), *fortryllelse* (enchantment) og *ny kunnskap* (knowledge) (Felski, 2008). I det som omtales som en postkritisk lese måte, flyttes oppmerksomheten derved fra en kritisk lese måte (for eksempel at sykdomsmemoarer er uttrykk for dominerende diskurser i samfunnet) til en mer sympatisk og åpnere lese måte som ønsker å undersøke hva skriving og lesing gjør for og med mennesker i ulike situasjoner.

Som en praksis i helsefeltet kan kreativ skriving også knyttes til fagområdet narrativ medisin, som har sitt utspring i virket til legen og litteraturviteren Rita Charon ved Columbia University i New York. Narrativ medisin er opptatt av at medisin og helsevitenskapene må forstås som narrative praksiser hvor ulike fortellinger møtes og ofte står i motsetning til hverandre. Leger og helsepersonell trenger derfor en *narrativ kompetanse* (Charon et al., 2017) og en *narrativ ydmykhet* (DasGupta, 2008) i møte med andres fortellinger, men også i møte med sin egen. For å oppøve dette arbeider man innen narrativ medisin særlig med nærlesing (close reading) av skjønnlitterære tekster og med kreativ skriving. Deltakere i kreative skrivegrupper kan være både pasienter og helsepersonell, og kursene tilbys ikke minst på ulike medisinutdanninger, særlig i USA. Et sentralt prinsipp for Charon og andre som organiserer og tilbyr slike kurs, er at personer med narrativ kompetanse skal ha ansvaret for gjennomføringen av dem. En slik narrativ kompetanse definerer Charon som «the ability to acknowledge, absorb, interpret, and act on the stories and plights of others» (Charon 2001; 2006). Hennes tre hovedprinsipper er: *lydhørhet* eller *oppmerksomhet* (attention), *gjenkjennelse* (representation) og *samhörighet* (affiliation). Disse prinsippene utgjør en målrettet og metodisk tilnærming, og den narrative kompetansen kan altså utvikles blant annet gjennom nærlesning av litterære tekster og ved kreativ skriving. Tanken er at disse prinsippene har overføringsverdi til legers og

helsepersonells kliniske møter med pasienter og kan fungere som verdifulle verktøy i behandlingen.

I dag tilbys kreative skrivegrupper eller workshops mange steder, og det har etter hvert blitt forsket på betydningen av praksisen for ulike pasientgrupper, blant annet personer med psykiske lidelser (i Norge se f.eks. Synnes, Lie & Bondevik, 2020; Lie, Synnes & Bondevik, 2022), innen palliativ omsorg (Synnes, 2012; 2016) og ved demens (Synnes et al., 2021). Kreativ skriving har av flere også blitt beskrevet som et egnet terapeutisk verktøy for pasienter med kroniske sykdommer (Laneuville et al., 2022).

Skrivegruppene: om deltakerne og opplegget

Innenfor rammen av *Kreftoverlevelse*-prosjektet planla og gjennomførte vi kreativ skriving for to grupper i kreativ skriving blant kreftpasienter ved Vardesenteret på Radiumhospitalet i Oslo, ett kurs våren 2020 og ett høsten 2021. Begge skrivegruppene ble igangsatt under pandemien, noe som gjorde at for den første gruppen måtte deler av kurset bli flyttet til en digital plattform, mens for den andre gruppen ble kursopplegget noe redusert. Gruppene ble ledet av oss to kapittelforfattere (HB og OS). En ansatt fra Vardesenteret (Guro Skottene) var med som en tilrettelegger og observatør. Erfaringene var så positive at vi valgte å gjennomføre to kurs til (våren 2022 og våren 2023). Tilbakemeldingene fra deltakerne og ansatte ved Vardesenteret har vært nærmest overveldende gode, og Vardesenteret og Kreftforeningen ønsker å videreføre og utvikle dette tilbudet for kreftpasienter.

Deltakerne på skrivegruppene ble rekruttert gjennom aktuelle pasientorganisasjoner og Vardesenteret, som la ut informasjon på egne hjemmesider og på Kreftforeningens sider. På alle kursene var det noen som måtte trekke seg grunnet sykdommen,

men vi hadde stabile grupper på mellom åtte og tolv personer hvor oppmøtet naturlig nok varierte noe. Både kvinner og menn meldte seg, men i alle gruppene var det flest kvinner som deltok. Alle deltakerne hadde en kreftdiagnose, men de var i ulike faser av behandlingen og hadde ulike forløp. Prognosene var også forskjellige. Deltakerne hadde altså det til felles at de hadde kreft og delte mange erfaringer i tilknytning til det å få en kreftdiagnose og den videre behandlingen, men ellers var det en heterogen gruppe når det gjaldt alder og bakgrunn. Ingen kjente hverandre fra tidligere.

Vardesenteret var den fysiske rammen rundt kursene, med unntak av siste del av det første kurset. Som nevnt gjorde pandemien at det ble gjennomført digitalt på zoom (tre av åtte samlinger). Intervjuer ble gjennomført digitalt med deltakerne på de to første og det siste kurset.

Som kursansvarlige søkte vi å etablere en trygg og tillitsbasert ramme rundt det hele. Deltakerne kjente jo ikke hverandre og skulle skrive om personlige erfaringer og tanker – ofte vonde og vanskelige – og fantasier, og dele disse. Vi satt ved bord i en sirkel som virket samlende og inkluderende.

Samlingene var strukturert rundt et bestemt tema som ble introdusert av oss, og vi kom med eksempler fra skjønnlitterære tekster av etablerte forfattere. Deltakerne fikk så en oppgave, og skriveøkten begynte. Øktene var korte, sjelden mer enn ti minutter, og deltakerne skrev for hånd. I etterkant av økten leste deltakerne sine egne tekster høyt. Deretter ble tekstene kommentert og diskutert av alle. Kommentarene fra oss skulle være konstruktive – vi la vekt på å fremheve de litterære aspektene ved tekstene som vi opplevde fungerte godt. Videre arbeidet vi med ulike oppgaver som for eksempel bruk av metaforer for å formidle følelser, undertekst for å skape spenning, skriving etter faste formularer som for eksempel: «Jeg husker ...», «Det enkleste

er ...», «Det vanskeligste er ...». Vi oppfordret for eksempel også til å sette i gang fantasien ved å trille to terninger for å få et tall som anga en bestemt alder og skrive en tekst ut fra alderen som terningene viste. Oppgavene som ble gitt mellom kurssamlingene, var gjerne knyttet til et dikt som vi avrundet samlingen med. Eksempler på slike hjemmeoppgaver var: Tillit; Det vi leter etter; Dette vil jeg ikke forandre i livet mitt; Drømmen. Hjemmeoppgavene var ment som inspirasjon og var frivillige, men det viste seg at alle ønsket å skrive hjemme også. Alle kursene ble avsluttet med en oppgave om tanker og erfaringer rundt det å skrive kreative tekster og delta i et skapende fellesskap – altså en slags metatekst om betydningen av skrivekurset.

Oppgavene var med andre ord ganske åpne, men konkrete og, med ett unntak, ikke knyttet til kreft. Deltakerne valgte selv hvorvidt de ville skrive om kreft og dele egne erfaringer om sykdom og behandling eller sette søkelys på andre erfaringer og fenomener. Et helt sentralt prinsipp for oss var at vi i kommentarene og dialogene tok utgangspunkt i teksten og det skrivende jeget – det narrative jeget – ikke den enkelte personen og vedkommendes erfaringer eller sykehistorier. Samtidig åpnet mange av deltakerne for å knytte teksten til eget liv, noe som førte til samtaler rundt deltakernes egne erfaringer. Det var imidlertid alltid opp til deltakerne selv om de ville dele sine egne erfaringer.

Som ansvarlige for kurset var vi selvsagt spent på om vi sammen med deltakerne ville greie å skape et samlende og trygt rom – et rom der deltakerne fikk satt i gang kreative prosesser, skrevet tekster og ikke minst delt disse med hverandre. Stemningen i rommet kunne tidvis være spent, noen ganger alvorlig, men vi opplevde den alltid som god og tillitsfull. Det var mye latter – og innimellom også tårer. Det å lese egne tekster høyt og dele personlige tanker og erfaringer er sårbart og kan være krevende, men deltakerne viste stor innlevelse i hverandres

tekster, ga konstruktive kommentarer og viste stor omsorg for hverandre. Dette bidro nok til at vi alle – som oftest – gikk løftet og tankefulle hjem.

Hvordan kan kreativ skriving være viktig for kreftoverlevende?

Som en analytisk inngang og et organiserende prinsipp tar vi i det følgende utgangspunkt i det overordnede spørsmålet: Hvordan kan et poetisk skapende språk / kreativ skriving bidra til å gi kreftoverlevende en tilgang til å uttrykke erfaringer og skape mening?

Vi vil besvare dette spørsmålet med fire ulike kategorier som speiler erfaringer fra skrivegruppene, basert på egne observasjoner, tekster deltakerne skrev under kurset, og intervju med deltakerne i etterkant. Disse fire kategoriene er:

(1) En dialogisk praksis; (2) Å finne en stemme som gjør at man kan snakke sant om kreft og om livet; (3) En forankring inn, og (4) En form for terapi.

(1) En dialogisk praksis

The voice of the solitary
Who makes others less alone
(STANLEY KUNITZ)

De aller fleste av deltakerne fremhevet at kurset var et viktig tilbud i deres situasjon, og alle ønsket at dette burde være et permanent tilbud for kreftpasienter. Helt sentralt for deltakernes opplevelser var det vi omtaler som «en dialogisk praksis» som innebar at det ble skapt et trygt rom for deling av tekster og utveksling av tanker om egne og andres tekster – både mellom

deltakerne og med kurslærerne. Men deltakerne understreket at dette ikke var noe som kom av seg selv, snarere var det knyttet til tre forhold: at de alle hadde krefterfaringer, at kurset la opp til en metodikk uten forventningspress til tekstene de skrev, og at det var forventet at man delte. Som en kvinnelig deltaker på det andre kurset forklarte:

Dere skapte et trygt rom med veldig lave skuldre ... og så var dere veldig tydelige på at dere forventet at vi delte det vi skrev. Og det å lese det for hverandre er en øvelse som er ekstremt undervurdert ... å være i nuet med hverandre og lese det, og å ha den reaksjonen ... jeg kjente på et sterkt fellesskap med de andre. Og grunnen til det er at vi skrev og leste for hverandre.

Mange av deltakerne kjente på et forventningspress i begynnelsen. Metodikken med korte skriveøkter under samlingene, og det at vi la vekt på det deltakerne fikk til, ikke kritikk, ble trukket frem av flere som viktig for å redusere presset:

Jeg synes jo disse tidsbegrensa øvelsene har vært nyttige for meg for å ikke å slippe til [en indre kritiker] og skrive uten å sensurere for mye. For det er jo gjerne det som skjer, at ... det kommer en sånn dommer der og sier at det her blir det ikke noe av. Det blir ikke bra.

Det fine her er [at] uansett hva jeg hadde gjort, så hadde det ikke vært noen avstraffelse. Jeg føler at jeg hadde blitt møtt med forståelse, og som dere sa fra starten av òg, som vi satte veldig pris på, det var at dere kom til å legge mest vekt på det vi gjør som fungerer, og det vi gjør som vi kanskje kan gjøre mer av. Selv om det er vanskelig å gi slipp på de instinktene, så ble det lettere å gi slipp hver gang. (Mannlig deltaker)

Ett unntak var en deltaker som ønsket seg mer motstand og syntes det kunne bli for mange positive tilbakemeldinger. Sett i lys av den sårbarheten som mange av deltakerne uttrykte, vil vi likevel understreke betydningen av at alle opplever mestring og blir gitt mulighet til å skrive i et trygt gruppeklime. Som en annen deltaker, en stille kvinne, uttrykte: «Å få tilbakemeldinger, og at det er trygt ... at man ikke har den prestasjonsangsten, at det er positive tilbakemeldinger, ikke at en tekst blir slaktet, det hadde jo ikke vært så greit.»

At skrivegruppen fungerte som en dialogisk praksis, innebar at gruppen kunne romme et mangfold av ulike stemmer, tekster og perspektiver. Som en av deltakerne understreket: «[D]et var rom for å være der man var.» Et felles utgangspunkt for gruppene var at alle deltakerne har eller har hatt kreft. For noen skapte det et fristed hvor det var en åpning for å tematisere kreft: «[Kreft] er noe som folk helst vil slippe å forholde seg til. Og det er så deilig å være med i en gruppe av mennesker som orker å forholde seg til det.» En annen deltaker fremhevet det motsatte, at gruppen var et frirom hvor man kunne rette oppmerksomheten mot andre sider: «Jeg vil liksom ikke bare være en sånn kreftpasient. Jeg vil være hele meg.»

Nettopp denne muligheten, både til å skrive og til å tematisere egen sykdom, samtidig som deltakerne stod fritt til å skrive om helt andre sider av seg selv og livet, gjorde at gruppen opplevdes som en arena hvor ulike stemmer, temperamenter og tematikker kunne møtes, noe som også åpnet for en utvidelse av perspektivet til deltakerne:

Noen er mer innadvendt, og andre er mer utadvendt, og variasjonen på tekstene har vært helt fantastisk. Å høre hva folk trenger å skrive om og føler for å skrive om. Det har vært overraskende spennende. Og jeg som er litt sånn kronisk positiv av

natur, har hatt veldig godt av å høre de litt mer mørke, dystre tekstene. Det har gitt meg veldig mye. (Mannlig deltaker)

Mange deltakere understreket at sammensetningen av gruppen, det at de åpent delte om det de selv opplevde som viktig, i et trygt og støttende miljø, gjorde at man veldig raskt ble kjent med hverandre:

Og så er det jo pussig fordi du føler jo at du kjenner dem samtidig som du ikke kjenner noen i det hele tatt, bare akkurat det lille området der. Men man får jo en sånn opplevelse av å kjenne folk på bakgrunn av det lille vi har gjort, da ... Og så har man jo nettopp det til felles med alle, og det er sykdommen og det er noe med det i seg selv å bare sitte der i en gruppe, og jeg vet at okei vi har vært igjennom ... ikke nødvendigvis det samme, men alle har vært i en sårbar situasjon. Og den situasjonen er jo som følge av kreften. Alle sammen har jo hatt den. Det synes jeg har vært et fint utgangspunkt for møtet. (Kvinnelig deltaker)

Det dialogiske viste seg også ved en gjensidig utveksling og inspirasjon:

Det å lytte til tekster, eller kommentere tekster, å være med i gruppen. Det har puttet meg inn i en slags «state of being». En slags måte å tenke og være på. En slags rytme som har reflektert seg direkte i tekstene jeg har skrevet. Så det har vært utrolig til hjelp ... (Mannlig deltaker)

Til sammen skapte dette et fellesskap blant deltakerne:

Jeg synes det har vært en veldig kreativ gruppe. Utrolig skriveføre. Så har det vært historier som har vært veldig rørende, da,

som jeg har kjent meg igjen i. Sykdomshistorien og sånn, så det har vært litt tøft sånn òg. Men det er jo noe jeg har godt av. Altså ikke for tøft, men jeg har kjent meg igjen. Så det har vært bra... Vi hadde jo aldri møttes ellers, ikke sant, disse personene. Så det er jo spennende å møte en så sammensatt gruppe. Og vi er ikke bare kreften heller. Vi er jo mennesker.

(Kvinnelig deltaker)

(2) Å finne en stemme som gjør at man kan snakke sant om kreft – og livet

En viktig erfaring for mange av deltakerne var hvordan skrivingen og gruppen åpnet for en tematisering av kreft som opplevdes som ærlig. Under det andre møtet i den andre skrivegruppen hadde deltakerne fått muligheten til å skrive en tekst om krefterfaringer. En av deltakerne leste en tekst hvor hun blant annet skrev: «Gi meg en K, gi meg en R, gi meg en E, gi meg en F, gi meg en T. Hva blir det? KREFT! Hørte ikke. KREFT! En gang til. KREFT!». I den etterfølgende samtalen fortalte forfatteren at ordet «kreft» var noe som aldri ble nevnt av leger eller helsepersonell i behandlingen, en uttalelse som utløste bifall og bekreftende nikk rundt bordet. Teksten åpnet for en samtale i gruppen rundt det absurde i at kreft til og med kunne oppleves som tabu på et sykehus hvor kreft var selve omdreiningspunktet. Det følte paradoksalt at man måtte komme på en skrivegruppe før dette ordet kunne nevnes. Men her kunne det til gjengjeld ropes ut. I intervjuet forklarte deltakeren bak denne teksten:

Jeg har nok kanskje funnet mer, hva skal jeg si, min stemme, tror jeg, altså litt sånn galgenhumor ... der jeg er god ... den har jo åpnet for at man får ut den gørra som man ikke får ut til hvem som helst. Jeg synes jo veldig ofte når man får ut gørr i en

sånn gruppe, så får man trøst. Men jeg er ikke ute etter trøst, for det er ikke trøstbart. Og det synes jeg har vært kjempefint å bare få det ut om det er galgenhumor, sinne eller sorg eller bare liksom få tømt det til noen uten at noen skal gi meg en klem eller fortelle at det går bra eller... altså det har bare vært... mindre falskt.

At det var rom for å snakke om det som ellers ikke snakkes om, var viktig for mange av deltakerne i gruppene. En deltaker sa at kurset var en «hjelp til å eie sin egen historie». En annen deltaker som var i palliativ behandling da hun begynte på kurset, sa første kursdag at hun ønsket å skrive for å kunne etterlate seg noe til familien. Denne kvinnen hadde ikke noe erfaring med å skrive siden hun gikk på skolen, for «hundre år siden», som hun sa. Hun erfarte skrivingen som en bearbeiding, både for seg selv og for å kunne snakke om situasjonen sin med familien:

Det viktigste av alt [jeg har lært] er å prøve ... å skrive, altså tørre og bare sette ned pennen og skrive ... kanskje ikke så mye krefterfaringer, men det at jeg skal dø. Altså ... å bearbeide den tanken, å få den tanken inn og skrive den ut, og bare det å så skrive det på et papir ... og det gjør noe med deg at du tør å skrive det. Det gjør at du kanskje tør å si det til andre. For jeg har ikke pratet egentlig med familien engang om det før skrivekurset. Men når jeg begynte å skrive det, så ble det virkelig for meg, og da kunne jeg også prate om det hjemme, noe som har vært veldig bra, framfor alt for barna.

Denne deltakeren skrev flere tekster som eksplisitt uttrykte muligheten til å finne et språk i møte med døden, hvor også det tause kunne la seg formidle. Ett eksempel er følgende utdrag som viser hvordan det blir mulig å nærme seg selv den pinlige tausheten

rundt døden gjennom en metafor som også viser kontrasten mellom kreft og uhelbredelig kreft:

Kreft høres ut som lyden av vinden
som blåser gjennom trærne
når du står i en trollskog.

Uhelbredelig kreft høres ut som stillheten
i samtalen som aldri helt begynner,
den flau stillheten som kommer
når du sier du skal dø.

(3) En forankring inn

For mange dreide skrivingen seg om en indre prosess som kunne innebære ny innsikt og forståelse. En av deltakerne omtalte skrivingen som «en forankring inn» og forklarte at det dreide seg om «å finne tilbake til seg selv ... det var jo innover vi gikk når vi skrev». En annen forklarte:

Jeg synes det har vært veldig nyttig også for at jeg har prøvd å gjøre litt notater underveis mens jeg har hatt sykdom og sånn. Så jeg ser jo verdien i at det å systematisere ord og notater og betraktninger ... det er jo en hjelp til å sanse og ta imot og bearbeide inntrykk. Så det er vel det som det har vært for meg. (Mannlig deltaker)

En tredje deltaker sa følgende:

Dere puffet meg liksom uti det, og jeg tok veldig imot den muligheten til å gå inn i det landskapet mitt. Jeg skrev for

eksempel en tekst etter å ha ligget på strålingsbordet ... Og en operatør av den strålemaskinen var liksom så hardhendt. Jeg blei lei meg og sint, veldig sårbar. Og så satte jeg meg ned, også fikk jeg det på papiret og liksom samlet de tankene i en sånn tynn spiss, akkurat som solstråler ... som et forstørrelsesglass ... og så fikk jeg sagt akkurat det jeg følte ... til meg selv ... Når jeg da får skrevet de [ordene] ned, så blir jeg på en måte mer ferdig med det. Jeg har satt tingene fram på bordet og ser det tydeligere. (Kvinnelig deltaker)

Dette utdraget fra et dikt av samme deltaker peker på hvordan skrivningen kan være en måte å uttrykke en forankring i seg selv på eller å finne tilbake til seg selv:

Jeg drømmer om å bære et «hjemme»
 inne i meg selv
 sånn at jeg vet hvem jeg er
 og ikke drømmer om å være
 noe annet.
 Hvis du hadde spurt meg
 om hva jeg drømmer om,
 så hadde jeg svart
 å være hjemme som i
 «carry home inside me».
 At selve sjela mi er hjemme.
 At selve sjela mi ikke har gått seg bort.

(4) En form for terapi

Samlet sett gir de ulike erfaringene grunnlag for å se skrivningen, og prosessen med å skrive og å dele i gruppen, som en form for terapi. For det første kan skrivning være terapi ved en italesetting

og språklig bearbeiding av kreften og den livssituasjonen man står i. Som en deltaker uttrykte:

Fordi at selv om ikke nødvendigvis oppgavene helt konkret har gått på kreft, så blir det at man tar det inn i oppgaven likevel, eller i det man skriver om, da ... Jeg tenker at det har vært veldig en form for bearbeiding. Og gitt meg en annen inngang til å snakke om det jeg har opplevd som jeg ikke hadde fått gjort på samme måte i en annen setting hvor jeg prater om sykdommen til familie og venner, eller andre. (Kvinnelig deltaker)

Lignende tanker blir uttrykt av denne deltakeren:

Kreativ skriving har for meg vært å skrive for å sette navn på følelser og frigjøre følelser knyttet til kreften og følgehendelser og bakgrunnshistorien min. Jeg har hatt et stort behov for å få dette ut. Det har til tider vært tungt å formulere og formidle, men med stor lettelse når det først er gjort. Tilnærmingen med å skrive poetisk istedenfor i klartekst føler jeg er en mulighet til å sette navn på problemene på en mer dynamisk måte og bedre mulighet for å bearbeide de videre. (Mannlig deltaker)

For det andre kan skriving gi et annet perspektiv på tilværelsen, som en annen mannlig deltaker forklarte:

Jeg fikk rom til å se i riktig retning i forhold til situasjonen min, [noe] som jeg synes er en av de største kreftene dere har når dere tilbyr en oppgave til en gruppe med folk med kreft ... Måten man forholder seg til det på, er jo nesten den mest avgjørende faktoren i forhold til hvordan man føler seg. Hvordan man ser situasjonen, det er liksom ... Man har kanskje ikke så mye kraft over selve situasjonen, men hvordan man ser den, det har man all kraft over.

Sitatet peker også på hvordan skrivingen kan innebære en nyfortolkning av den situasjonen man lever i.

Et annet eksempel på dette er kvinnen som opplevde at hun på grunn av kreften står opp tidligere, og at denne nye rytmen kan innebære en nyvunnet tid som også kan brukes til å si til barn og ektefelle at hun elsker dem. I en tekst om dette avslutter hun på denne måten:

Før denne kreften, som vokser i bukhinnen min, sov jeg alltid lenge om morgenen minst til ti, har alltid vært et b-menneske. Jobbet hele livet mitt som nattevakt. Nå våkner jeg tidlig ... og da vinner jeg fire timer. Det blir 28 timer i uken, 120 timer i måneden og 1460 timer i året. Det er nesten 2 dager i uken eller 10 dager i måneden eller 121 dager i året. Hvis jeg lever et helt år, da. Det skjer kanskje ikke så mye disse fire timene. Jeg vinner fire timer og åtte «jeg elsker deg», hver eneste dag. Dette vil jeg aldri forandre i livet mitt.

For det tredje kan skriving være terapi på den måten at ord og tekster blir tatt imot og verdsatt av andre i samme situasjon. Dette var noe mange av deltakerne understreket, og som tydelig illustreres under kategorien «En dialogisk praksis».

Reparerende lesning og skriving

Innledningsvis spurte vi hvordan et poetisk skapende språk kan bidra til å gi kreftoverlevende tilgang til å artikulere erfaringer og skape mening, og hvorvidt kreativ skriving for dem som i liten grad har skrevet før, kan virke stimulerende og bidra til mestingsfølelse og glede. I lys av Felskis, Jurecics og Charons tanker om poetisk språk og kreativ skriving som mulighetsrom vil vi her

peke på hva som skjer når tekstene fra skrivekurset leses som en form for reparerende lesning (reparatory reading).

For det første ser vi at skriving kan åpne for en form for *gjenkjennelse* og *anerkjennelse* (recognition) ved at man får tilgang til et språk, en erfaring, et fellesskap og en praksis som kan romme både det å leve med kreft og andre sider av en selv. Ifølge Felski (2008) er det nettopp når vi opplever fremmedgjøring, at den anerkjennelsen som litteraturen kan tilby, blir ekstra viktig.

For det andre åpner skrivingen og språket for en ny form for *kunnskap* (knowledge) gjennom en endret forståelse av og innsikt i situasjonen man lever i. Ett særlig slående eksempel er kvinnen som gjennom skrivingen kunne åpne for dødens realitet. Et annet er kvinnen som samlet tankene til et forstørrelsesglass som gjorde at hun kunne få sagt det hun følte, og kunne se sin egen situasjon klarere. Denne endrede forståelsen av en selv og ens egen situasjon kan også forstås i lys av Susan Gubars og Gregory Orrs poeng om at skriving kan innebære en restabilisering av et selv i krise.

For det tredje kan skrivingen innebære en *fortryllelse* og en *gjenfortrylling* (re-enchantment) av verden. Et slående eksempel på en gjenfortrylling av verden er teksten til kvinnen som vi viste til ovenfor: hun som kunne bruke de morgenene der hun på grunn av kreften våknet tidligere enn vanlig, til å fortelle de nærmeste at hun elsket dem. Og avgjørende: Denne gjenfortryllesen av verden kommer nettopp til syne, for oss og forfatteren, gjennom ordene og gjennom skrivingen. Som Orr (2018) understreker: «[W]riting reveals us to ourselves, lets us name what's important to us.» Et annet eksempel er den mannlige deltakeren som gjennom å skrive kunne uttrykke drømmen om en gang å kjøre en diger leddbuss på smale østlandsveier, noe som skapte stor munterhet i gruppen.

Og for det fjerde erfarte vi at skrivingen bidro til en form for *tilknytning* (affiliation), der tekstene og dialogen rundt disse

skapte en følelse av tilhørighet og annerkjennelse. Det skapende fellesskapet og gruppedynamikken på Vardesenteret bidro slik også til en lindring av sykdommens ensomhet.

Som forskere og tilstedeværende erfarte vi mye av den samme gleden, samhørigheten og tilliten som deltakerne fortalte at de opplevde ved å delta i det kreative fellesskapet. Prosessen med å skrive og lytte i en trygg gruppesetting med mennesker som var i samme situasjon, innebar en mulighet for utveksling av erfaringer som ikke ble møtt andre steder i helsevesenet. Slike skrivegrupper kan også fungere som et trygt rom utenfor familie og venner der skrivingen og delingen av tekstene åpner for nye fellesskap. Vi lar en av kvinnene fra skrivegruppen få avrunde med et utdrag fra et dikt om skriverommet:

I skriverommet på Vardesenteret

En gruppe mennesker du aldri før har møtt

Alle får lov

Alle gir lov

Det finnes en trygghet der i denne gruppen mennesker

Det er mørkt og lyst

Vi ser

Vi blir sett

Vi leser

Vi blir hørt

Det finnes en nærhet her i denne gruppen mennesker

Litteratur

- Andersen, M.M. (2010). *Skriveboka*. Aschehoug.
- Attard, A. & Larkin, M. (2016). Art therapy for people with psychosis: a narrative review of the literature. *Lancet Psychiatry*, 3(11), 1067–1078. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(16\)30146-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(16)30146-8).
- Beardsley, M.C. (1975). *Aesthetics: From Classical Greece to the Present*. University of Alabama Press.
- Bolton, G. (2008). “Writing is a way of saying things I can’t say”—therapeutic creative writing: a qualitative study of its value to people with cancer cared for in cancer and palliative healthcare. *Medical Humanities*, 34(1), 40–46.
- Charon, R. et al. (2017). *The Principles and Practice of Narrative Medicine*. Oxford University Press.
- Charon, R. & Montello, M. (2002). *Stories Matter: The Role of Narrative in Medical Ethics*. Routledge.
- Charon, R. (2006). *Narrative Medicine: Honoring the Stories of Illness*. Oxford University Press.
- Costa, A.C. & Abreu, M.V. (2018). Expressive and creative writing in the therapeutic context: from the different concepts to the development of writing therapy programs. *Psychologica*, 6(1), 69–86.
- DasGupta, S. (2008). Narrative humility. *The Lancet*, 371(9617), 980–981. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)60440-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)60440-7)
- Fancourt, D. & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being. A scoping review. *Health Evidence Network Synthesis Report 67*. World Health Organization. Regional Office for Europe. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/329834>.
- Felski, R. (2008). *Uses of Literature*. Blackwell.
- Felski, R. (2015). *The Limits of Critique*. University of Chicago Press.
- Gillam, T. (2018). Creative writing, literature, storytelling and

- mental health practice. I T. Gillam (red.), *Creativity, wellbeing and mental health practice* (s. 101–116). Palgrave.
- Gorelick, K. (2005). Poetry therapy. I C. Malchiodi (red.), *Expressive Therapies* (s. 117–140). Guilford Press.
- Gubar, S. (2016). *Reading and Writing Cancer: How Words Heal*. W. W. Norton.
- Jurecic, A. (2012). *Illness as Narrative*. University of Pittsburgh Press.
- Kunitz, S. (2000). «Revolving Meditation», fra samlingen *The Collected Poems*. W. W. Norton.
- Laneuville, L., Ballesteros, F., Affdal, A., Malo, M.-F., Brassard, L., Gagnon Chainey, B., Millot, P., Mavrikakis, C., Harel, S., & Fortin, M.-C. (2022). Perspectives of Kidney Transplant Recipients, Transplant Candidates, and Living Kidney Donors on the Role of Patients' Self-Narratives and Experiences of Creative Writing Workshops: A Qualitative Study. *Canadian Journal of Kidney Health and Disease*, 9, <https://doi.org/10.1177/20543581221132742>
- Orr, G. (2002). *Poetry as Survival*. University of Georgia Press.
- Orr, G. (2018). *A Primer for Poets and Readers of Poetry*. W. W. Norton.
- Orr, G. (2023). Foreword. I O.V. Lehmann & O. Synnes (red.), *A Poetic Language of Ageing* (s. xi–xiv). London: Bloomsbury Academic.
- Ricoeur, P. (1991). *Oneself as Another* (K. Blamey, overs.). University of Chicago Press.
- Romm, K.L., Synnes, O. & Bondevik, H. (2022). Creative writing as a means to recovery from early psychosis. Experiences from a group intervention. *Arts & Health*, 15(3): 292–305. doi: 10.1080/17533015.2022.2130379
- Synnes, O. (2012). *Forteljing som identitetskonstruksjon ved alvorleg sjukdom: ein hermeneutisk analyse av alvorleg sjuke og døyande*

- sine forteljingar* (doktorgradsavhandling). Det teologiske Menighetsfakultet.
- Synnes, O. (2016). Storytelling as a dignity-preserving practice in palliative care. I O. Tranvåg, O. Synnes & W. McSherry (red.), *Stories of Dignity within Healthcare: Research, Narratives and Theories* (s. 61–74). M&K Press.
- Synnes, O., Romm, K.L. & Bondevik, H. (2021). The poetics of vulnerability: creative writing among young adults in treatment for psychosis in light of Ricoeur's and Kristeva's philosophy of language and subjectivity. *Medicine, Health Care and Philosophy*, 24(2), 173–187. <https://doi.org/10.1007/s11019-020-09998-5>
- Synnes, O., Råheim, M., Lykkeslet, E. & Gjengedal, E. (2021). A complex reminding: The ethics of poetry writing in dementia care. *Dementia*, 20(3), 1025–1043. <https://doi.org/10.1177/1471301220922>
- Torvund, H. (2011). *Å våga seg ut i ord*. Samlaget.
- Valdés, M. (1991). Poetry and possibility. Interview with Paul Ricoeur. I P. Ricoeur og M.J. Valdés (red.) *A Ricoeur Reader: Reflection and Imagination* (s. 448–462). University of Toronto Press.