

# Litteratur hjælper nypensionerede mænd til at få mere mening med livet

Projektet "Læs som mand" bruger digte og noveller som afsæt for samtaler om, hvad der er vigtigt for mænd, som står i en mentalt sårbar fase i livet.

Jesper Mads Eriksen  
jm@fyens.dk

**ODENSE:** Mødelokalet i Borgerne Hus er lidt goldt og trist, men stemningen er så meget mere rar og varm. Tre pensionerede herrer sidder og lytter til Hanne Thøger Christensen.

Hun læser et tidligt Klaus Ribbjerg-digt op, "Engang" fra 1965-samlingen "Amagerdigte":

*Engang tænkte jeg kun flygtigt på / hvad alt skulle blive til, begynder det.*

Bagefter er der stille lidt, men så bryder snakken løs.

- Som dreng tænkte jeg slet ikke på, at jeg skulle dø engang. Men jeg kiggede ofte på stjernerne og spekulerede på, hvor grænsen for universet var, siger den ene af herrerne, tidligere maskinmester og faglærer Erling Olsen, et stykke inde i samtalen.

Fælles for de tre pensionister er, at de aldrig har læst særlig mange bøger. Det er de begyndt på nu, og den ene er endda også begyndt at skrive. Men det er egentlig blot en bonus, en bifangst.

## Ingen lektier

"Fælleslæsning for mænd" kan man kalde det, de tre mænd har gået til hver onsdag formiddag - helt præcis hedder det "guidet fælleslæsning", og er en del af forskningsprojektet "Læs som mand".

Det er ikke en læsekrede, som normalt - det er ikke et sted hvor litteraturen skal fortolkes og disseseres. De tre herrer har ikke lektier for. De skal blot lytte til oplæsningen og bagefter snakke om alle de tanker, der bliver sat i gang af de digte eller noveller, Hanne Thøger Christensen har medbragt.

Det aktuelle Ribbjerg-digt er erindring om en sorgløs barndom/ungdom og så den pludselige erkendelse:

*En nat kan jeg huske / det pludselig gik op for mig / at jeg engang skulle dø*

Og det giver naturligt nok afsæt for nogle samtaler og udvekslinger af iagttagelser og erindringer, der måske er



Henrik Skaaning, læseguide Hanne Thøger Christensen, Erling Olsen og Peter Laier Petersen med kaffe, Ribbjerg og Benny Andersen på bordet. Foto: Jesper Mads Eriksen



Mette Marie Kristensen, Syddansk Universitet, er projektleder for "Læs som mand", der samtidig er udgangspunkt for hendes ph.d. Privatfoto

anderledes end i så mange andre sociale sammenhænge, man(d) mødes i.

## Andre emner

Peter Laier Petersen, tidligere ingeniør, fortæller om engang, han var i personlige krise og ubalance, og hans mest elskede datter forundret kiggede på ham og sagde:

- Det er da dig, der er den voksne.

Henrik Skaaning, tidligere jobkonsulent, vendte for nylig tilbage til barndommens Valby og Vigerslev, hvor han kørte rundt på en lejet cykel:

- Det som så stort ud dengang, var faktisk ganske småt, fortæller han. Og sådan fort-

sætter snakken - blandt andet med erindringer om at falde ned fra victoria-blommetræet og forstuve en fod eller om at ligge i engen blandt blomsterne og kigge op på skyerne og deres former.

Der bliver i hvert fald talt om noget andet end på det hold med madlavning for finere mænd (det hedder det faktisk), som Henrik Skaaning, også går til. Her handler det meget, for meget, om sygdom, som han siger.

- Læsegruppen bidrager til min i forvejen fine livskvalitet, tilføjer han.

Og livskvalitet er netop hvad det handler om. Projektet er et samarbejde mellem



Som dreng tænkte jeg slet ikke på, at jeg skulle dø engang.

ERLING OLSEN

Syddansk Universitet, Læseforeningen og Ældre Sagen og er understøttet af TrygFonden med en donation på lige knap en million kroner.

Det er målrettet nypensionerede mænd, fordi overgangen fra arbejdsmarked til pension kaldes en kritisk livsfase med en øget risiko for en række mentale sundhedsproblemer.

Arbejdslivet danner for mange en vigtig ramme for hverdagen og er måske også en vigtig del af ens identitet. Når arbejdslivet så ophører, forsvinder der et vigtigt omdrejningspunkt for hverdagen - og ofte også nogle vigtige relationer eller netværk.

## Mental sundhed

Mette Marie Kristensen, antropolog fra Syddansk Universitet, er projektleder for "Læs som mand", der samtidig er udgangspunkt for hendes ph.d.

Grupper som den i Odense har der i alt været otte af rundt omkring i landet. Fem med fysiske møder og tre,

## FAKTA

### LÆS SOM MAND

Læs som Mand er et forskningsprojekt der undersøger litteratur og fælleslæsning som mental sundhedsfremme for mænd i pensionsalderen.

Deltagelse kræver ikke forberedelse og forudsætter ikke forhåndskendskab til litteratur.

Projektet er et tværgående samarbejde mellem humanistiske og sundhedsvidenskabelige forskere på Syddansk Universitet, Læseforeningen og Ældre Sagen.

hvor deltagere har mødtes digitalt, for corona har selvfølgelig også præget "Læs som mand".

- Nypensionerede mænd oplever ofte en ambivalens. Frihed er en gennemgående følelse, men samtidig oplever mange, at struktur og netværk forsvinder med arbejdslivets ophør, siger Mette Marie Kristensen. Hun er i fuld gang med at interviewe de i alt 60 mænd, som har været med i projektet.

Således kan hun fortælle, at adskillige mænd er glade for grupperne som trykke rum. Her kan de ud over mand-og-mand-imellem-emner som kvinder, biler og (tidligere) job også kan tale om endnu mere eksistentielle ting. Litteraturen kan nemlig være afsæt for samtaler om, hvad der kan og skal give mening efter arbejdslivet, hvor netop en følelse af meningsløshed kan ramme de nypensionerede mænd. Med deraf følgende ri-

sici for den mentale sundhed.

## Positive erfaringer

Mette Marie Kristensen understreger, at projektet endnu ikke er afsluttet, og at hun på nuværende tidspunkt derfor ikke kan drage endelige konklusioner. Men det peger i positiv retning. Læsegrupperne bliver et trygt rum, hvor mændene igennem fortællingerne kan åbne op og dele refleksioner over, hvad der (nu) giver mening i livet.

- Det handler ikke kun om relationsdannelse, men også om en særlig måde at møde sig selv og andre på - og det kan litteraturen være med til at skabe rum for, siger Mette Marie Kristensen

De foreløbigt positive erfaringer fra læsegrupperne, som formelt slutter ved årets udgang, gør da også, at projektets partnere nu er i gang med at undersøge, hvordan man kan arbejde videre med konceptet i større skala.