

Bilder ble en hjelp til mestring

Da Åse Frafjord Johnsons mann døde for ti år siden, bestemte hun seg for fylle en liten notisbok med ting som gjorde henne glad. Ikke som en flukt fra sorgen, men som en hjelp til å leve så godt som mulig videre med den.



– Det vokste fram glade, sprudlende tegninger sammen med gode, varme ord. En underlig prosess, syntes hun og sier at hun selv har lett for å «se koppen halvtom».

Andre som så notisboka, mente at dette hadde mange flere bruk for. Året etter ble tegninger og tekster bearbeidet og gitt ut som boka «Livet er ...», med et nytt opplag tre år senere. Så har hun fortsatt å tegne, male og skrive, og i august kommer hun med bok nummer to. I september kan du oppleve henne på scenen under Pårørendekonferansen.

Bruker sin egen historie

Åse Frafjord Johnson jobber i dag som forfatter, illustratør, foredragsholder – og er timelærer i skolen. Hun bruker sin egen historie, tanker og refleksjoner, som utgangspunkt for formidlingen. Selv kaller hun sine illustrasjoner «nokså naivistiske». Det viser seg at de treffer bredt og får frem følelser og tanker hos mange.

“ Mye måtte bearbeides. Burde jeg ikke ha kommet lengre? Hvorfor fikser jeg ikke tilværelsen, jeg som har tegnet og skrevet om dette? Dette er ting har jeg ofte spurt meg selv om.

– Jeg har fått mange henvendelser fra mennesker som forteller at tekstene og illustrasjonene mine har hatt stor betydning for dem og at de har rørt noe i dem. De fleste er etterlatte eller pårørende til syke – eller de jobber med mennesker som har det tøft. Mange forteller at de har følt seg motløse, tunge, opprødde – og at tegninger og tekster har bidratt til å gi dem perspektiver, inspirasjon og håp. Disse møtene gjør også noe med meg, og jeg undrer meg stadig over hvordan tegningene og tekstene jeg egentlig bare skrev til meg selv, kan bety så mye for så mange.

Bilder til hjelp

Under foredraget på Pårørendekonferansen vil Åse dele sine tanker om ulike prosesser på veien videre, og vise hvordan bilder har vært til hjelp i utfordringer og vanskelige perioder.

– Den første boken kom ut ganske kjapt etter at Ivar døde, og i ettertid har jeg møtt meg selv i døra mange ganger i forhold til ting jeg selv har tegnet og skrevet om. Mye måtte bearbeides. Burde jeg ikke ha kommet lengre? Hvorfor fikser jeg ikke tilværelsen, jeg som har tegnet og skrevet om dette? Dette er ting har jeg ofte spurt meg selv om, reflekterer hun i dag.

– Det er så mange prosesser vi skal gjennom når vi møter motgang. For meg ble det viktig å skrive og tegne mer om denne «berg-og-dalbanen» som livet ofte er, legger hun til.

Ny bok

Hun forteller at boka «Livet er ...» nærmest har levd sitt eget liv siden den ble utgitt. Da opplaget var utsolgt, og hun fortsatte å få henvendelser om boka, tok hun kontakt med Cappelen Damm. Boka som kommer nå, «Livet bare er», og som du finner [her](#), er en omarbeidet og svært utvidet versjon av den opprinnelige «Livet er...». Alle illustrasjonene er nye, og boka har en større del to, om livet videre, med helt nye tekster og bilder.

“ Det er så mange prosesser vi skal gjennom når vi møter motgang. For meg ble det viktig å skrive og tegne mer om denne «berg-og-dalbanen» som livet ofte er.

Åse Frafjord Johnson holder til i Stavanger og har faste oppdrag for Jæren DPS. Hun har vært engasjert av Røde Kors, og har i tillegg hatt mange ulike oppdrag i helse – og skolesammenheng rundt om i landet.



Tekst:

Gunder Christophersen

Journalist