

Waarom mijn levensverhaal in beeld brengen?

Herinneringen en verhalen die we over ons leven vertellen zijn belangrijke bronnen van onze identiteit. Een andere levensfase of levensgebeurtenis kunnen onze identiteit en de zin die we aan het leven geven beïnvloeden. Het vertellen van uw verhaal op video met professionele begeleiding kan ervoor zorgen dat u een overzicht krijgt over uw leven. Wij zijn van mening dat deze methode een open deur kan zijn naar uzelf of naar uw omgeving door te vertellen over uw leven en dat dit een verbintenis kan brengen in relaties.

Hoe gaan wij te werk?

Het vastleggen van het levensverhaal vindt plaats binnen de afdeling van het maatschappelijk werk. Na de aanmelding of verwijzing vindt er altijd eerst een kennismakingsgesprek plaats waarin onder andere de motivatie en de doelstelling worden besproken. Samen bepalen we het kader van uw verhaal. Vervolgens worden de opnames in minimaal twee en maximaal vier sessies gemaakt. Na de opnames vindt er altijd een afsluitingsgesprek plaats. Het termijn tussen aanmelding en afsluiting wordt in overleg met u gepland.

Waar gaat het voorgesprek over?

Het voorgesprek staat in het teken van kennismaken. Tijdens dit gesprek wordt besproken wat uw doel is van de deelname en in hoeverre u het moeilijk vindt om aan dit project deel te nemen. Het komt voor dat mensen hun verhaal graag willen vertellen maar dit emotioneel erg zwaar vinden. Dat is niet erg, immers, daarvoor zijn wij er om u te begeleiden, te ondersteunen, maar ook om u aan te moedigen en u te herinneren aan de reden waarom u dit graag wilt doen.

Hoe kan het raamwerk er uitzien?

Het raamwerk wordt vaak op basis van chronologisch tijdspad vastgesteld. Gedacht kan worden aan de periode voor, tijdens of na de oorlog. Maar bent u na de oorlog geboren dan maken we een andere indeling, passend bij uw levensverhaal. Tijdens dit gesprek wordt het raamwerk samen met u bedacht. Besproken kan worden of u geïnterviewd wilt worden of dat u liever zelf vertelt. Een andere mogelijkheid is, indien u samen met uw kind, kleinkind of andere dierbare een interactief verhaal wilt vastleggen, u bijvoorbeeld geïnterviewd wordt door een van hen. Het is ook mogelijk om foto's of voorwerpen te laten zien die uw verhaal ondersteunen. Wij houden per opname een uur aan qua tijdspad. Hoeveel opnames er plaatsvinden hangt vooral ook samen met uw verhaal en uw wensen. Hoeveel tijd er tussen de opnames zit plannen we gezamenlijk.

Nagesprek

Nazorg vinden wij belangrijk om twee redenen, ten eerste overhandigen wij u de video en ten tweede kijken wij graag samen even terug op uw ervaringen van de deelname.

Mocht u nog vragen hebben of willen praten indien u twijfelt? Vraag een voorgesprek aan, dit is geheel vrijblijvend.