

LIVSHISTORIE FORTÆLLINGER



Målet med
Livshistoriefortællinger
er at give dig mulighed for
at fordybe dig i dit eget liv og
din livshistorie, samtidig med at
du får mulighed for at høre og
blive inspireret af andres
historier.

LIVSHISTORIEFORTÆLLING

- HVEM ER VI I GRUPPEN?

En gruppe består af max. 6 personer og ledes af 2 frivillige tovholdere, hvor alle deltager på lige vilkår. Der er tavshedspligt, og der indgås en tryghedskontrakt, så alle kan være trygge i at fortælle og vide, at fortællingerne ikke forlader rummet. Det betyder at deltagere hverken må fortælle til andre, hvem de går i gruppe med eller hvad de andre fortæller. Gruppen har et fælles ansvar for at skabe et trygt og hyggeligt rum.

RAMMER & VILKÅR FOR GRUPPEN:

- En gruppe består af max 6 personer og 2 frivillige tovholdere.
- Tovholderne deltager på lige fod med øvrige deltagere
- Tovholderne er ansvarlige for at skabe gode og trygge rammer for gruppen
- Gruppen mødes 1 gang om ugen á 3 timers varighed over i alt 12 uger.
- Hver uge drøftes vores livshistorie ud fra et givent tema – f.eks barndom- ungdom osv
- Der er tavshedspligt for alle. Det gælder både før, under og efter forløbet.
- Afbud – som udgangspunkt er det vigtigt at alle deltager hver gang af hensyn til gruppeforløbet. Men vi kan alle blive forhindret. Afbud skal meldes til en af tovholderne.

HVAD ER LIVSHISTORIEFORTÆLLING?

Hver dag "skriver" vi vores egen historie. Det er den fortælling vi bruger til at forstå os selv ud fra og den vi fortæller til andre.

Livshistorie er en fortælling om vores livsforløb. Men det er også en fortælling, der er påvirket af hvilken situation vi står i og hvordan vi har det, på det tidspunkt hvor vi fortæller den. Der kan således være flere forskellige fortællinger om vores livshistorie alt efter hvad vi vægter at fremhæve og hvad vi er i kontakt med på det givne tidspunkt.

At dele sin livshistorie med andre i en gruppe giver mulighed for at kaste nyt lys på oplevelsen af sammenhæng og mening i vores liv samtidig med at vi bliver inspireret af andres livshistorier.

Vi får mulighed for at hjælpe hinanden med at udfolde vores livshistorie og evt. få fokus på nogle fortællinger om os selv som virker både fremmende og begrænsende for vores liv."

KONTAKT

Ønsker du at vide mere om livshistoriefortællergruppen, kan du kontakte Frivilligcenter Halsnæs på:

- Telefon: 3134 3889
- Mail: info@frivilligcenter-halsnaes.dk
- Adresse: Valseværksstræde 5A, 3300 Frederiksværk

LÆS MERE

Vil du have et lidt grundigere kendskab til livshistoriefortællinger kan vi anbefale:

Jonas Gustafsson:
"Livshistoriefortællinger"

Jonas Gustafsson og Knud Ramian:
"Livshistorien – en vej til det menneskelige"



FRIVILLIGCENTER HALSNÆS

Valseværksstræde 5A, 3300 Frederiksværk
www.frivilligcenter-halsnaes.dk