

Livshistoriefortællinger

At fortælle sin livshistorie fremstår som yderst meningsfuldt, givende håb og en mulig forandringselement i borgerens selvbillede og levede liv. En ny bog formidler temaet.

Livshistoriefortællinger indeholder 13 kapitler. De tre første er en teoretisk og etisk fremstilling af, hvad livshistoriefortællinger er, og de etiske overvejelser, der bør være i forbindelse med at anvende metoden over for udsatte borgere. De følgende kapitler handler om praksiserfaringer med at arbejde med livshistoriefortællinger. Både i forhold til forskellige målgrupper, i forskellige typer organisationer og i individuelle- og gruppeforløb. Endelig sluttet bogen af med et kapitel, med øvelser og gode råd om, hvordan man kommer i gang.

En lille bog på knap 200 sider, letlæst, godt struktureret, og som hænger godt sammen, selv om der er 12 forskellige forfattere involveret i bogens forskellige kapitler.

Bogens intention er at videreformidle viden om livshistoriefortællinger som konkret metode i psykosocialt rehabiliteringsarbejde. Både i teori og ud fra praksis.

Det gør bogen smukt, inspirerende og overbevisende. Praksiskapitlerne er meget beskrivende og illustrative i forhold til livshistoriefortællingens forskellige anvendelsesmuligheder.

Det at fortælle sin egen livshistorie og have en anden eller andre til at bevidne denne er ganske enkelt med til at konstruere fortællerens selvbillede eller selvforståelse. Foregår fortællingen i grupper, synes det tilmed at give relationskompetencer og lyst til at være sammen med andre. Anderledes kan jeg ikke forstå borgernes udsagn i praksiskapitlerne. Det er jo fantastisk.

Kom blot i gang

Et grundlæggende udgangspunkt i livshistoriefortællingen er at forsøge at få fat i de positive fortællinger. Dette understreges ikke alene i de teoretisk-instruktive kapitler, men også mange gange i de erfaringsbaserede. Det er jo ikke, fordi de mindre positive fortællinger ikke skaber selvforståelser. Tværtimod. De bliver ofte særdeles dominerende fortællinger, specielt for mennesker med sindslidelser eller andre handicap.

Livshistoriefortællinger er en måde at finde og fange de fortællinger, der løfter mere end tynger. De fortællinger, der giver håb på livet frem for håbløshed, og de fortællinger, der gør det enkelte menneske mangefacetteret, så det ikke kun definerer sig selv eller defineres af andre ved sin diagnose, sine traumer o.l. Derfor fremstår det at fortælle sin livshistorie som yderst meningsfuldt, givende håb og en mulig forandringselement i borgerens selvbillede og levede liv. Det kan næsten kun have en positiv effekt.

Når jeg læser bogen, bliver jeg således både glad og håbefuld, men også lidt forstemt. Jeg bliver glad og håbefuld fordi det at fortælle sin livshistorie, kun kan være godt for borgerens selvforståelse. Samtidig, og måske endnu vigtigere, er det at arbejde med livshistoriefortællinger for medarbejderne med til at gøre dem mere lydhøre og nærværende i deres samspil og samvær med borgerne. De bliver bedre eller mere opmærksomme på, at de skal se, høre og forstå den anden på dennes præmisser.

Det er her, min forstemthed dukker op. Det er ikke i tidens ånd at have øje for de bløde mentale behov som andet end terapi. Er man "heldig", kan man få bevilget terapi, hvilket kan være ok, men måske har vi alle mere brug for den daglige mellem-menneskelige lydhørhed, nærhed og accept. Det tales der meget om på det politiske og administrative niveau, men der gives ikke meget plads hertil, når den økonomiske bundlinje skal gå op.

På den måde kan bogen ses som en modbevægelse mod tidens effektivitetsjag, hvilket blot gør den endnu mere vigtig og aktuel. Så der er rigtig mange grunde til at læse den og til at udfolde og implementere de tanker og holdninger, der er baggrunden for livshistoriefortællinger. Så kom blot i gang. ■

Esper Sørensen



BOGDATA

Jónas Gústafsson (red.): Livshistoriefortællinger – nøglen til livet. Frydenlund, 2014. 182 sider, 249 kr.