

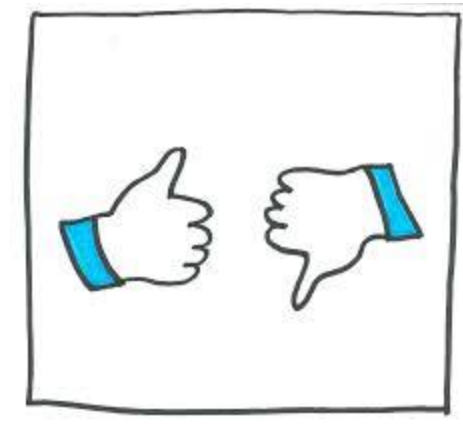


# Delen van levensverhalen en eenzaamheid

Anita Blijdorp | Platform Levensverhalen  
Ledenbijeenkomst Coalitie Erbij, 27 maart 2018



Wat denkt u?



Helpt het delen van verhalen bij eenzaamheid?



Waarom wel?



Waarom niet?

WEL: gehoord worden; verbinden; reflectie; een verhaal vertelt wie we zijn; enzovoort



Verhalen < = > onze identiteit



Ons geheugen is een verhaal!

luisteren naar verhalen

helpt ons

om ons eigen verhaal  
compleet te maken.



# Reminiscentie

=

# Terugdenken

het op een min of meer levendige en  
gevoelsgeladen wijze ophalen van  
en/of verwijlen bij herinneringen  
aan gebeurtenissen uit het verleden.

Prof. Alfons Marcoen, Universiteit van Leuven



methodiek verhalengroepen met ouderen

*werkzame elementen:*

levenservaring van ouderen waarderen door ernaar te vragen

+

luisteren en vertellen in een groep

+

verhalen terugbrengen in de gemeenschap



## Belangrijkste elementen van verhalengroepen (1)

- > ouderen 60-100 jaar doen mee (max. 12 pers.)
- > educatief aspect, informeel leren
- > verhalende gesprekstechniek, leren luisteren!  
Inhoud aanjagen met herinneringen.

en ook verder...





## Belangrijkste elementen van verhalengroepen (2)

- > deelnemers samen verantwoordelijk
- > variatie in de bijeenkomsten: afwisseling tussen gesprekken en andere sociale activiteiten.
- > je hebt initiatiefnemer(s) nodig!



Verhalengroepen met ouderen,  
wat levert het op?

=

plezier!

informeel leren

eigenwaarde krijgt een boost

het gaat om contact met kwaliteit

# Luister naar initiatiefnemers >

youtube.com > zoekterm: 'ouderen bloeien op in verhalen groepen'



'Ouderen bloeien op in verhalen groepen'

<https://youtu.be/e0GtRUwX3BM>



wat is het niet?

*Een verhalengroep is geen:*

... discussiegroep

... alleen maar nostalgische praat

... het is geen therapie!

... of zorgvangnet

... niet alleen maar over existentiële  
levensvragen



## (G)Oud voor de buurt!, voor initiatiefnemers

- inspiratiebijeenkomsten
- training in groepsvorming en in narratieve gesprekstechniek
- netwerk van lokale vertelinitiatieven



## Buurtreminiscentie ...

is het verbinden van mensen op buurtniveau.  
Via het ophalen en uitwisselen van herinneringen  
ontstaan nieuwe bindingen tussen buurtbewoners  
van alle leeftijden en herkomst.

<https://www.movisie.nl/esi/buurtreminiscentie>



Nog meer filmpjes:



<https://youtube.com>, zoekterm: Stichting Levensverhalen



[www.stichtinglevensverhalen.nl](http://www.stichtinglevensverhalen.nl)

facebook @platformlevensverhalen

Anita Blijdorp, [stichtinglevensverhalen@gmail.com](mailto:stichtinglevensverhalen@gmail.com)