

Læservurderinger af bogen "Livshistoriefortællinger – nøglen til livet"

»Bogen kan læses fra start til slut og ved nedslag relevante steder. Med sine gennemarbejdede og logisk opbyggede kapitler udgør bogen et inspirerende opslagsværk i mit job. Især er jeg inspireret af kapitel 10, der gør opmærksom på, at man ved at rette sit fokus et andet sted hen kan skabe ændringer der, hvor man oprindeligt søgte at skabe ændringer. Bogen får helt sikkert en plads i forreste række i min bogreol på jobbet«

- Karin Flø, socialrådgiver, cand.soc. i socialt arbejde

»Ja tak! Endelig en bog, der på en tilgængelig og praksisorienteret måde beskriver metoden omkring Livshistoriefortællinger.

Der argumenteres for relevans, baggrund i bl.a. sundhedsfremme/Antonovsky, formål, betydning, borger/patient/medarbejder/kvalitet samt metode. Jeg tænker ikke, der er så meget nyt i selve det at være interesseret i andres liv, men med denne bog bliver det klokkeklart hvorfor det i et behandlings-/rehabiliteringsforløb er særligt betydningsfuldt. Igennem bogen bruges praksiseksempler til at underbygge teori/metode, hvilket gør relevansen mere tydelig. Skønt med forfatteroversigt, super litteraturliste med relevante og velvalgte kilder. Meget inspirerende bog!!!

Glæder mig til at tage den med på arbejde og præsentere den for udvalgte kolleger«

- Dorthe Mundbjerg, udviklingspsygeplejeske

»Livshistorie fortællinger – er en bog der handler om, hvordan vi gennem fortællinger skaber sammenhæng og mening med tilværelsen. Jeg har læst andre bøger omhandlende samme emne - omkring vigtigheden af livshistoriefortællingens helende virkning på det enkelte menneske. Men denne lille bog skiller sig ud på den måde, at den tager læseren i hånden og fører én gennem fortællinger og teori og viser på fineste vis hvordan der kan skabes meninger og sammenhænge i et menneskeliv gennem livshistoriefortællingen. Bogen gør samtidig opmærksom på, at man som medlytter skal have erfaring, viden og indsigt i livshistoriefortæller-metoden inden man begiver sig ind i livshistoriefortællingens helende univers. Det har været en berigende oplevelse at læse denne lille bog om livshistoriefortællinger, jeg vil helt sikkert anbefale den til mine studerende«.

- Lene Qvortrup, underviser på UCC.

»Hvorfor udkom den dog ikke for ca. 20 år siden, da jeg selv havde brug for den - nemlig da jeg som ny-uddannet socialrådgiver arbejdede nogle år i kommunale bofællesskaber? Bogen ville bestemt have givet mig en kærkommen inspiration og opmuntring i mit daglige samvær med en række vidt forskellige beboere. Nu er der uden tvivl masser af socialrådgivere og pædagoger - og andre, der arbejder tæt sammen med udsatte medborgere og psykisk syge, m.fl. - der i de kommende måneder og år kan have direkte glæde og gavn af bogen. For den er stærkt opmuntrende og inspirerende - også for familiemedlemmer og andre. I disse facebook-, skype- og youtube-tider kunne mange brugere og medarbejdere måske også udvide metoden til at omfatte disse medier? For mig at se må det blot altid være afgørende, at brugeren selv til enhver tid kan redigere/slette i optagelser og skriftlige fortællinger. Medarbejderen og dennes kolleger og ledere skal 100 pct. respektere brugeren - og tage mest muligt hensyn til brugerens familiemedlemmer, især hvis nogen er omtalt kritisk eller negativt i livshistorien.

Når jeg nu tænker tilbage på min egen tid i bofællesskaberne - og på et par store institutioner, jeg tidligere havde arbejdet på - så dukker der en række ansigter og navne op. Medmennesker, som jeg gerne ville have hjulpet med at formulere - hver for sig - deres egen unikke livshistorie. Og få den lagt ned på tekst og/eller video og/eller bånd.

Altsammen til støtte for den enkelte brugers indblik i sin egen fremtid. Altså også til at vise til hans/hendes fremtidige med-beboere, medstuderende - og fremtidige medarbejdere. Og dermed - som bogens undertitel lyder - være "nøglen til livet"«

- Ole Kragelund, tidligere socialrådgiver

»Bogen henvender sig til psykologer, pædagoger, socialrådgivere og andet personale, der arbejder med udsatte psykisk syge. Bogen om livshistoriefortællinger kan betragtes som en introduktion til en meget spændende og rimeligt ubeskrevet metode i arbejdet med udsatte psykisk syge voksne. Man kan også sagtens hente inspiration til arbejdet med børn og unge med udviklingsforstyrrelser. Som det beskrives i bogen, har mange institutionsanbragte ikke historien med sig. Med denne metode kan der arbejdes med fortid, nutid og fremtid. Det virker meget rørende og sigende, da en bruger udtaler, at hun i 20 år har ventet på, at der var en, der ville høre om hendes liv. Læseren får indsigt i metodens værdi i forhold til brugerne, hvor erfaringerne er meget positive, og fagpersonernes erfaringer og læring er ligeledes meget inspirerende og lærerige. Der gives klare forslag til, hvordan man kan anvende metoden til en enkelt person, og hvordan den kan anvendes i grupper af personer med sammenfaldende vanskeligheder. Bogen kan klart anbefales, og den afsluttes inspirerende med kapitlet: Kom godt i gang!«

- Aase Tromborg, børneneuropsykolog

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 borgerens 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.

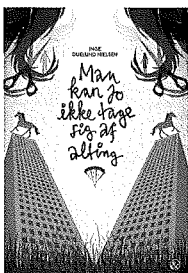
Livshistoriefortællinger er en måde at finde og fange de fortællinger, der løfter mere end tynger. De fortællinger, der giver håb på livet frem for håbløshed, og de fortællinger, der gør det enkelte menneske mangefacetteret, så det ikke kun definerer sig selv eller defineres af andre ved sin diagnose, 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.

Livshistoriefortællinger - nøglen til livet. En inspirations- og praksisbog

Jónas Gústafsson (red): Livshistoriefortællinger - nøglen til livet. En inspirations- og praksisbog. Frydenlund, 2014, kr. 249

Anmeldt af Jan Jaap Rothuizen

Et enestående arbejde gennem snart tyve år finder med denne bog sit foreløbige formidlingsmæssige højdepunkt. Dette enestående arbejde er tofoldigt. For det første er der arbejdet med sindslidendes hverdagsliv, det levede liv, livet der leves i første person. Altså: den sindslidende som normal person, ikke som "diagnose" eller "socialt behov" – men som et menneske, der levede forholder sig til sit eget liv og søger mening. For det andet er der arbejdet med vidensudvikling i praktiker-netværket LIFO: Liv i Fokus. Under Knud Ramian og Jónas Gústafssons kyndige regi har dette praktikernetværk ikke kun stået for vidensudvikling, men også bidraget afgørende til humanisering af arbejdet med svært sindslidende. Bogen kommer efter "Liv i Fokus. Det sindslidende menneske i hverdagen" fra 1998 og "Livshistorien -

en vej til det menneskelige" fra 2003. LIFO-netværket har fagligt set været helt fremme og arbejdede eksempelvis recovery-orienteret før vi overhovedet kendte det begreb.

Bogen er skrevet af 12 personer, men udgør en helhed. Som anført i undertitlen er det en inspirations- og praksisbog. Bogen begynder med en redegørelse for livshistoriefortællingen som en faglig metode, derefter et kapitel om spilleregler og etik. Så er banen kridtet op, og man kan begynde at tænke på, hvordan man selv ville kunne arbejde med LIVETS historie. Det efterfølgende kapitel forbinder Livshistoriefortællinger til andre teorier og metoder: systemisk tænkning, recovery-orienteringen og "human science" i bred forstand. Der er bund i tilgang og tænkning hvilket også viser sig i kapitel 4, hvor Preben Meilvang på en sober måde skriver sin livshistorie og tager det som afsæt til en refleksion over, hvordan hans fortællarbejde har været en løbende dialog: fortællingen gjorde noget ved ham og efterfølgende gjorde han noget ved fortællingen. Det er en meget smuk beretning, der viser, at det at komme på sporet af sin fortælling kan være en form for selvomsorg og et afsæt for livskunst. Set



i et (social)pædagogisk lys har arbejdet med livshistoriefortællingen betydning i alle pædagogiske dimensioner: man bliver klogere og dygtigere, man bliver i højere grad deltager, og man gør det selv.

I de næste syv kapitler fortæller der om livshistoriefortællingen i forskellige kontekster: individuelt, i en gruppe, i forbindelse med handleplaner, i et kost- og motionsperspektiv, i et misbrugscenter og i en stor personalegruppe. Alle forfattere ved hvad de skriver om, for de har selv prøvet det, og de har delt og kvalificeret deres overvejelser. Der er eksempler på fortællinger,

der bevæger, der er hints og tommelfingerregler for de, der også vil arbejde med det. De sidste to kapitler lægger netop op til at læseren reelt kan komme i gang. I det næstsidste kapitel fortæller om et udviklingsprojekt på et specialpædagogisk tilbud, og her bliver man klogere på ledelse og implementering, og det sidste kapitel giver inspiration og øvelser til fortællinger.

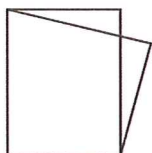
Med sine godt 180 sider viser bogen, at man med de rette erfaringer i rygsækken og et langt engagement i sagen kan formidle væsentlig viden på en tilgængelig og inspirerende måde. Illustrationerne i bogen, fotos af per-

soner og figurer af Camilla Baden danner smukke og naturlige hvilesteder, hvor man kan sunde sig lidt over det forunderlige, der kan ske, når man uden at trænge sig på interesserer sig for hinandens liv.

En smagsprøve af bogen kan findes på <http://kortlink.dk/f9c7>, og på www.lifo.dk

Jónas Gústafsson (red.): Livshistoriefortællinger – nøglen til livet

Frydenlund, 2014, 182 sider



Anmeldt af
Ruth Thygesen,
lektor, Pædagog-
uddannelsen Aarhus,
VIA University
College

Bogen præsenterer sig som en inspirations- og praksisbog om livsfortælling som metode – her specifikt i forhold til psykosocial rehabilitering. Udover en kort redegørelse for teori, etik og metode beskrives en rig mængde erfaringer med anvendelse under forskellige former og i forhold til forskellige målgrupper vurderet fra både medarbejder-, borger- og ledelsesperspektiv. Beskrivelserne følger fordringer for god socialpsykiatrisk praksis, herunder metodens konkrete anvendelse og læringsudbytte samt anbefalinger. Bogen afsluttes med handleanvisninger og øvelser for dem, som selv måtte ønske at gå i gang. Det er en både faglig og saglig bog, som har et bottom-up-perspektiv på emnet – med afsæt i praksis, koblet til aktuelle teo-

retiske referencer, som gør den meget anvendelig for både professionsuddannelserne og professionel praksis.

Livshistoriefortælling som metode indenfor det psykosociale rehabiliteringsarbejde beskrives som et brud med diagnose- og sygdomsfortælling som dominerende for den enkeltes identitet. Ved at udfordre de negative fortællinger kan skabes en ny mening både gennem små fortællinger i hverdagen og en mere sammenhængende livshistoriefortælling. Dette knyttes til recovery-processen – herunder Alan Topors kriterier for at komme sig, hvor mening står centralt samt Aron Antonowskys begreber *begribelighed*, *håndtérbarhed* og *meningsfuldhed* (s. 48). I forhold til f.eks. narrativ

terapi har livshistoriefortællingen værdi i sig selv, uden at skulle gøres til genstand for fortolkning. En etisk pointe er fortællerens ejerskab til livshistorien – den må ikke "flytte ind i de professionelle konferencerum" (s. 35) for evt. at blive tolket og vendt imod fortælleren. At fortælle kan ses som identitetsstøtte og en læreproces i Bruners terminologi: en større bevidsthed om én selv skabt i det gensidige fællesskab omkring fortællingen. Der refereres også til en dokumenteret virkning af positive fortællinger fra neurovidenskaben: at dominerende negative historier og handlinger danner relativt tykke neurale netværk i hjernen, mens positive nye fortællinger over tid kan danne nye spor – læs: "muligheder" i hjernen/bevidstheden.

Især udmærker bogen sig ved ni kapitler, hvor erfarne medarbejdere, ledere og borgere beskriver deres erfaringer. I fortællende stil gives mange nuancer på anvendelser af metoden og af mulige gevinster og risici. Stærkt står bl.a. Preben Meilvangs beretning i kap. 4 om sin recoveryproces – nu pædagog og medarbejder med brugerbaggrund: en proces, som i det virkelige liv ofte har ujævnt forløb, hen imod en meningsfuld tilværelse på egne præmisser. Eller Helle Riis' beretning om livshistoriearbejdet i et autismecenter, f.eks. en episode, hvor man havde fjernet et testel fra en borger – hvilket denne blev meget ulykkelig over. Historien gav en forklaring: testellet var det eneste objekt, borgeren forbandt med erindring om sin mor. Som formuleret: *Vi ønsker ikke, at der bliver smidt flere 'testel' ud. Derimod vil vi gerne arbejde henimod, at andre væsentlige historier om beboerne dukker op, og at de indhold, som er vigtigt i beboernes liv, sættes i fokus (s.161).*

Andre kapitler omhandler f.eks. livshistoriearbejde på Katrinebjergcentret i Aarhus igennem 10 år, livshistoriefortælling anvendt i forhold til borgernes kost- og motionsvaner eller arbejdet med handleplaner. Et kapitel er helliget ledelsens perspektiv, hvor medejerskab i personalegruppen, kulturændring og kvalitetssikring er nøglebegreber. Bogen afsluttes med en let tilgængelig anvisning på, hvordan man selv kan gribe arbejdet an, skulle man have lyst at starte.

Livshistoriefortælling som metode er ofte beskrevet. Styrken ved netop denne bog er dens systematiserede formidling af erfaringer og kobling til psykosocial rehabiliterings teori- og praksisunivers på en interessant og let tilgængelig måde. Bogen giver mange forskellige billeder på, hvordan arbejdet kan forme sig. Udvidelsen af begrebet og hermed handlemulighederne for læseren illustrerer bogens pointe: Fortællinger virker herigennem. Som studiebog – f.eks. i den nye pædagoguddannelse med fokus på kompetencer og praksisnær undervisning – er bogen godt nyt for studerende i specialiseringen indenfor social- og specialpædagogik. Også i modulet professionsviden og forskning repræsenterer bogen en relevant genre: et bottom-up-perspektiv på forholdet mellem forskning og praksis, hvor professionelle og borgeres erfaringer er vigtige kilder til dokumentation og refleksion i en forskningsbaseret uddannelse og praksis. Bogen er på min litteraturliste i begge moduler. ♦