

Een Sterk Verhaal

Een innovatieve biografische interventie binnen de GGZ

door Renée Rosenboom | De LevensStudio

Een Sterk Verhaal biedt mensen met persoonlijkheidsproblematiek de mogelijkheid om op gepersonaliseerde wijze te werken aan persoonlijk en maatschappelijk herstel. Het is een module die bestaat uit een serie bijeenkomsten waarin een groep van twaalf deelnemers wekelijks op gestructureerde wijze hun levensverhaal schrijven in de vorm van een drieluik. Hierbij maken ze gebruik van een digitaal boekformat. Na afloop van de module ontvangen deelnemers een gedrukt levensboek met hun eigen levensverhaal en foto's.

In mijn biografische praktijk kreeg ik een jonge vrouw met de vraag om haar te helpen bij het schrijven van haar levensverhaal. Als schrijver van levensboeken ging ik die uitdaging natuurlijk aan. Zij bleek een traumatische jeugd te hebben gehad en wilde hierover schrijven, maar het lukte haar niet omdat ze geen ordening kon aanbrengen en steeds door emoties overmand werd.

Ik besloot een experiment aan te gaan en stelde haar voor een geschreven drieluik te maken van haar verhaal. Met name omdat haar levensverhaal zo duidelijk drie delen kende; het deel van haar jeugd waarin het trauma ontstond waarvan zij slachtoffer was, het deel waarin ze de traumatische patronen wist te doorbreken en haar levensloop een duidelijk kantelpunt vertoonde en een laatste deel waarin ze meer zelfsturing kreeg en op weg ging naar herstel. In de gekozen vorm kon ik tevens bepaalde methodieken uit het biografische schrijven integreren. Het eindresultaat was een mooi gedrukt levensboek, waarvan me vooral de therapeutische werking voor mijn cliënt trof.

Met deze ervaring op zak, vroeg ik me af of deze werkvorm niet voor meer mensen met trauma en/of persoonlijkheidsproblematiek werkzaam kon zijn. Deze vraag legde ik neer bij Gerben Westerhof, Professor narratieve psychologie aan de Universiteit van Twente. Het contact resulteerde in een ontwerp- en haalbaarheidsstudie (met steun van ZonMW) waarin we deze verhalende interventie hebben ontwikkeld in samenwerking met Scelta GGNet (TopGGz erkend expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek), StoryLab (expertise-centrum voor geestelijke gezondheid en verhalen van de University van Twente) en mijn LevensStudio, werkplaats voor het levensverhaal.

De interventie is ontwikkeld in een participatief design waarin de expertise van professionals, de levens- en behandelervaring van cliënten, kennis en methodiek vanuit de wetenschap en praktijkkennis vanuit het biografische werkveld is samengebracht. De eerste pilotgroep draait op dit moment. Bij een positief resultaat, zijn we voornemens het product verder uit te rollen binnen de GGZ. Daarnaast biedt het een basis voor een mogelijke toepassing in andere werkvelden.

Maart 2019

Links:

<https://levensstudio.nl/>

<http://scelta.net/site/home/>

<https://www.utwente.nl/en/bms/ehealth/research/story-lab/>

