

# Workshop Sharing Stories

**Utrecht omarmt**

**Gerdi Keeler**



# Programma

- Kennismaken
- Eenzaamheid en persoonlijke verhalen delen
- Waarom werkt Sharing stories? En is het erkend?

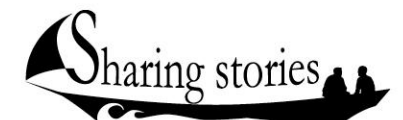
## Pauze

- Uitleg van Sharing Stories
- De rol van begeleider
- Bijzondere situaties

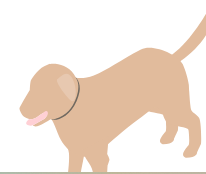
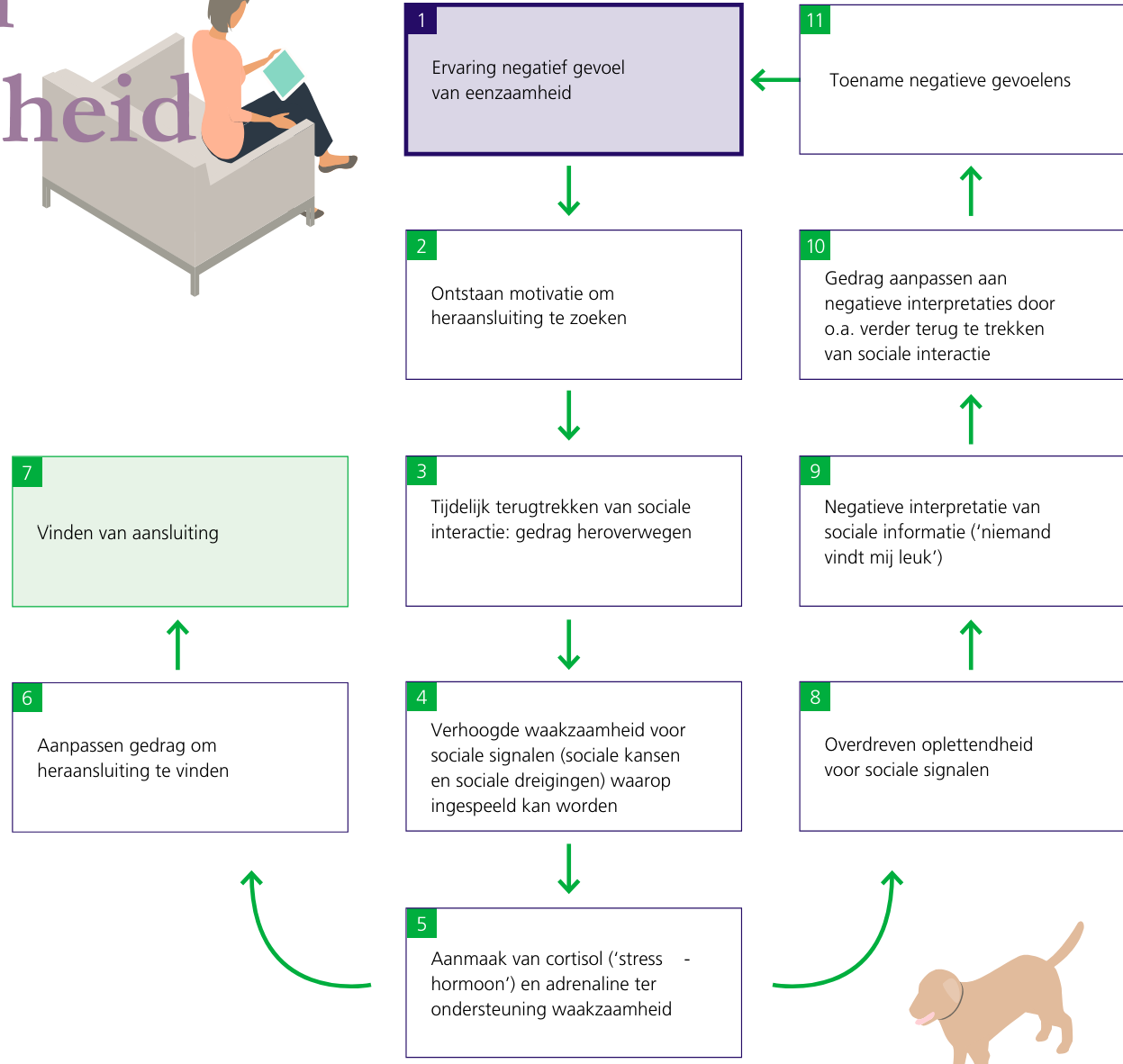
Effectieve sociale  
interventies

# Wat is de interventie Sharing Stories?

- 3 bijeenkomsten met dezelfde groep waar persoonlijke verhalen worden gedeeld mbv spelleider
- Voorbereiding:
  1. werving spelleiders en deelnemers
  2. samenstellen groepen
  3. trainen spelleiders
- Terugkoppeling van wensen van deelnemers
- Ondersteuning spelleiders



# Ontstaan eenzaamheid



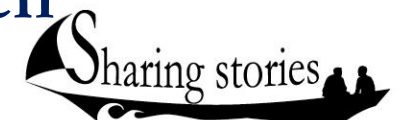
# De kracht van (positieve) persoonlijke verhalen

“WE TELL  
OURSELVES  
STORIES IN  
ORDER  
TO LIVE.”

JOAN DIDION



- Helpt bij vertellen wie je bent
- Versterkt je zelfbeeld:  
verbinding met jezelf →  
waardering en acceptatie
- Positieve stemming
- Zorgt ongemerkt voor verbinding
- Waardering van anderen



# Doel van Sharing Stories

Sharing stories is gericht op

1. om ouderen een positiever beeld van zichzelf en anderen te laten hebben.
2. hen meer vertrouwen te geven om (betekenisvol) contact aan te gaan.

# Waarom werkt Sharing Stories?

Positieve invalshoek

Snijvlak beleving – feiten

Alle levensfasen aan bod

Vertellen 2.0



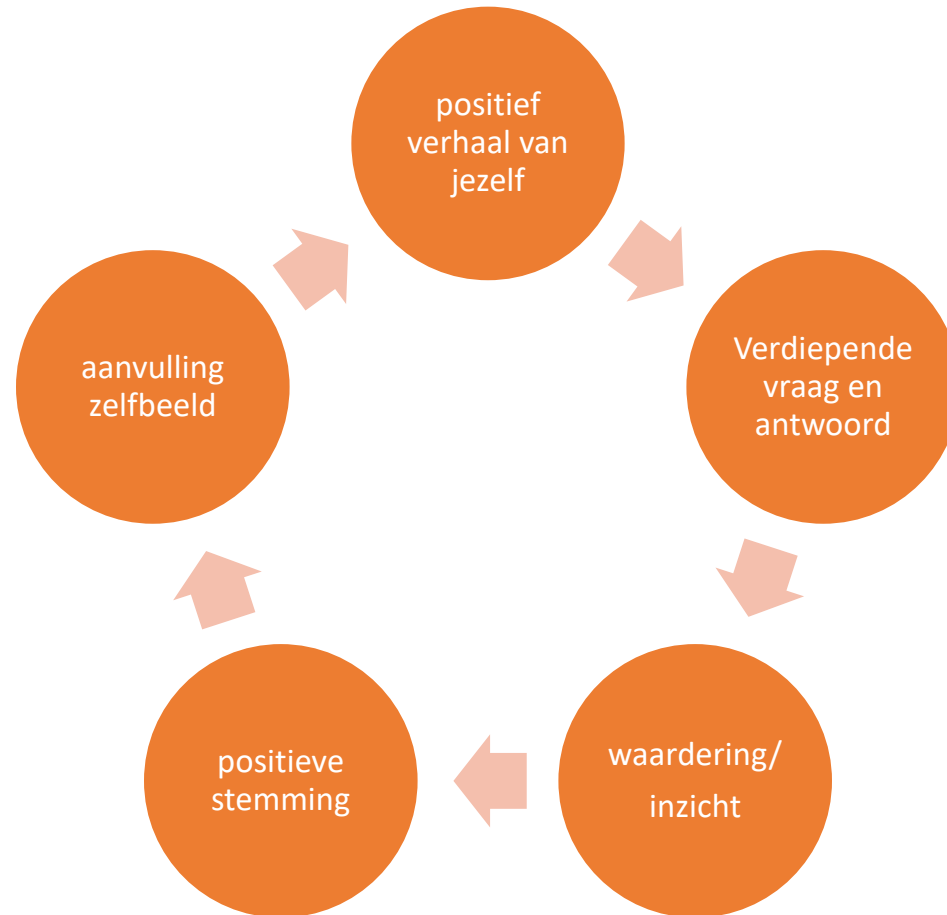
# Hoe vertellen? Vertellen 2.0

- Iedere deelnemer heeft de rol van verteller en luisteraar
- Positieve verhalen vertellen
- Elke verteller vertelt ononderbroken zijn verhaal
- Luisteraars stellen een verdiepende vraag
- Geen OMA

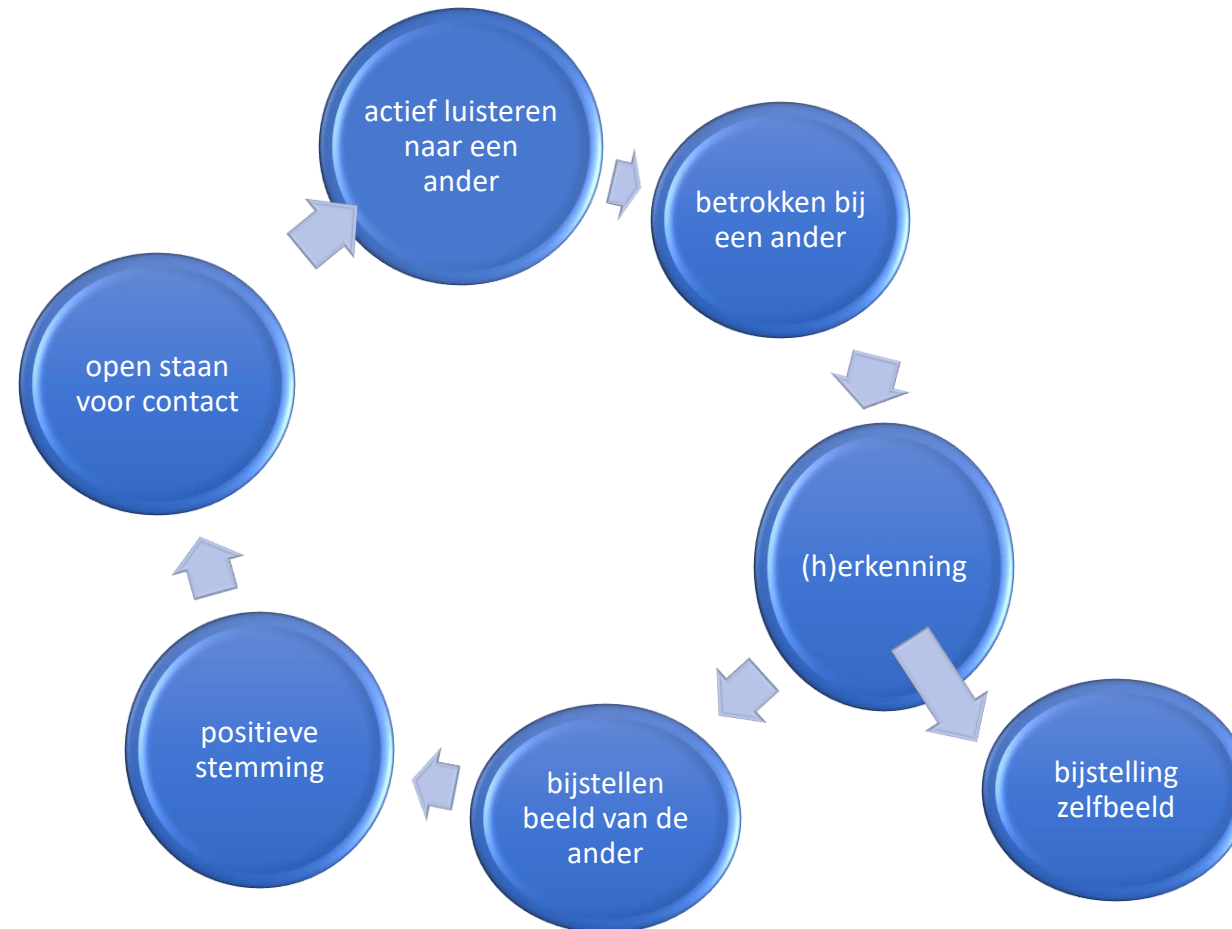




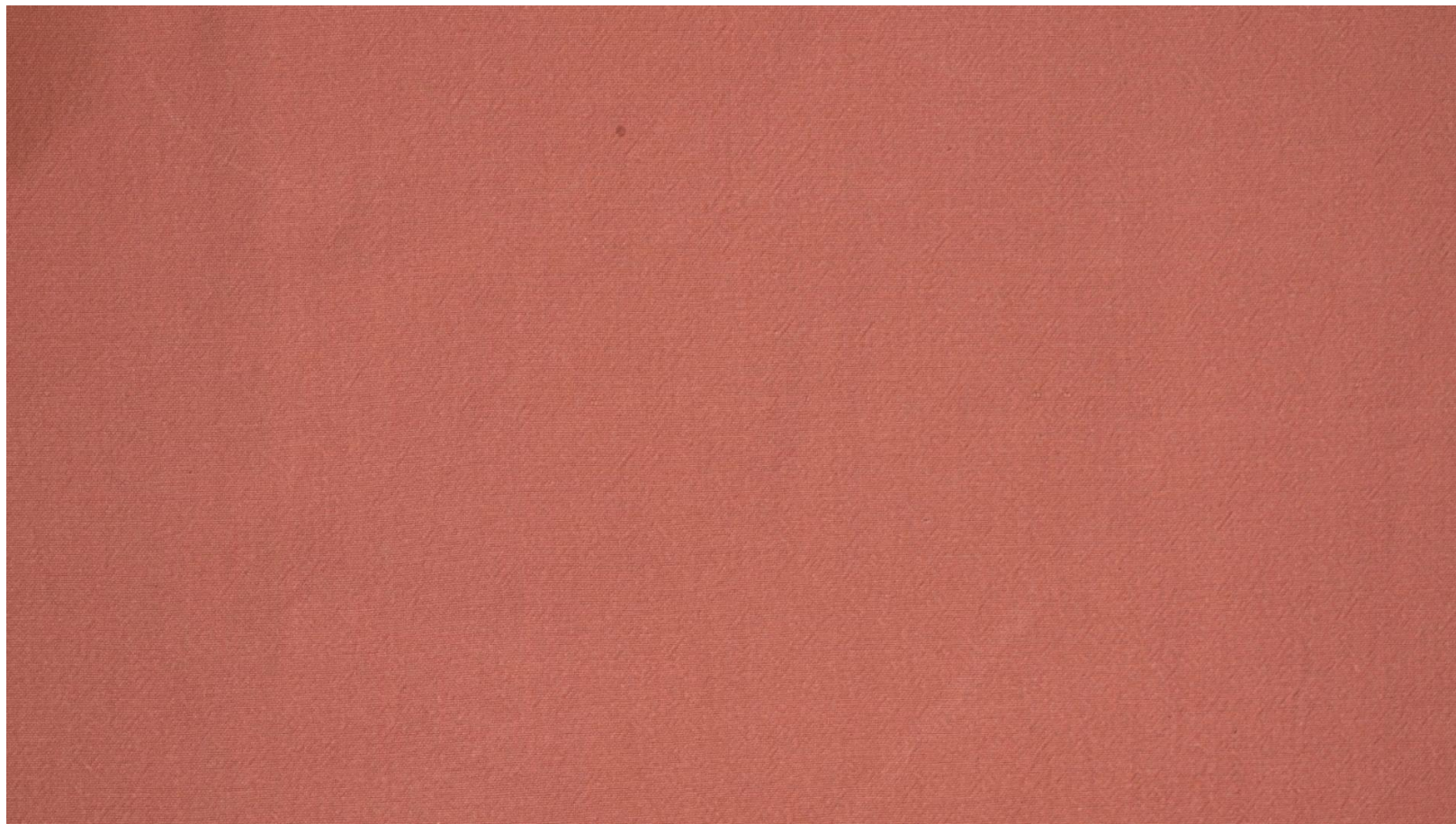
# Wat gebeurt er met een verteller?



# Wat gebeurt er bij een luisteraar?



# Spelregels Sharing Stories



# Rol spelleider

- Welkom met persoonlijke aandacht – veilig voelen
- Uitleg spelregels inclusief OMA
- Spelfase 1 zelf voorbeeld geven – succes ervaring bieden  
Afronden spelbeurt
- Spelfase 2 zelf voorbeeld geven – verdieping met vraagkaartjes en succeservaring  
Afronden spelbeurt
- Spelfase 3 slotvraag gericht op toekomst of beleving?
- Groepsdynamiek en Vertellen 2.0

# Zelf ervaring opdoen

- Wat valt je op?
- Wat gaat vanzelf?
- Wat vraagt aandacht?

# Bijzondere situaties voor bijeenkomst spelleiders

- Te lang verhaal → even kijken of ik het goed begrijp
- Negatief verhaal → ik vraag me af was hier nog een positief element?
- OMA → terug naar spelregels
- Beladen verhaal → Erkennen van het gevoel