

Vertel je verhaal

Het is belangrijk dat mensen hun verhaal over lief en leed aan elkaar kwijt kunnen, zéker in moeilijke tijden. Elkaar verhalen vertellen kan helpen om ingrijpende gebeurtenissen in het leven te verwerken. Maar hoe breng je je ervaringen en gevoelens onder woorden?

Soms kan je niet de goede woorden vinden en achter woorden zitten vaak beelden, maar hoe breng je die aan anderen over? Vandaar dit aanbod van de korte workshop “Vertel je verhaal”. Je maakt kennis met eenvoudige verteltechnieken en die toe te leren passen in jouw eigen verhaal. Het kan helpen om je verhaal zowel voor jezelf als voor anderen helder te krijgen, om nieuwe gezichtspunten te ontdekken én om het vertellen ook léuk te gaan vinden. Bovendien is het inspirerend dat met anderen te doen. Het helpt je om met frisse ogen naar jezelf te kijken.

Je hoeft niet over speciale talenten te beschikken, want creativiteit schuilt in ieder mens. Om deel te nemen wordt gevraagd een voorwerp mee te nemen waaraan je gehecht bent.

Begeleiding: Cilia Hogerzeil. Docent Kunstzinnige werkvormen