

## KAPITEL 2

# Livshistorier og styrken i at fortælle dem

*Ofte sidder man jo sammen over et stykke mad eller en kop kaffe, og så bliver det kun til lidt overfladisk snak. Men i samtalegrupperne kom vi ind til benet. Vi deltagere fik åbnet for nogle sluser, der aldrig havde været åbnet før.*

Dette kapitel handler om, hvorfor livshistorier og det at fortælle dem er det centrale i samvær og samtaler i *Fortæl for Livet*. Vi definerer livshistorier og livshistoriefortælling og kommer nærmere ind på, hvilken betydning livshistorier har for menneskers oplevelse af deres liv og identitet.

Vi skelner ikke mellem livshistorier og livsfortællinger, men bruger udtrykkene sidestillet. Til gengæld taler vi sommetider om livshistorier og livsfortællinger i flertal – også for den enkeltes vedkommende. Det beror på en forståelse af, at et menneske ikke kun har én livshistorie, men at livet er udgjort af et hav af fortællinger. Det er ikke hensigten med *Fortæl for Livet* at danne et forkromet overblik over deltagernes liv eller at binde løse ender sammen i en lang, rød tråd. Hertil er historierne for lange og livet for kort. Det, vi kan tilbyde, er at dykke ned i (livs) vigtige aspekter af livet via de historier, den enkelte fortæller. Det sker ud fra en overbevisning om, at de erindrede oplevelser og begivenheders *betydning* udgør selve grunden til, at det er netop dem, der huskes – og derfor kan blive fortalt. Det fundamentale mål i *Fortæl for Livet* er at igangsætte og facilitere meningsfulde, vedkommende og fællesskabsdannende samtaler blandt ældre mennesker. Det kan gøres på mange måder med mange forskellige udgangs- og omdrejningspunkter. I *Fortæl for Livet* udgør deltagernes erindringer, fortalt som udsnit af deres livshistorier,

altid det faste udgangspunkt for samtalen. At fortælle og lytte til hinandens historier giver en fornemmelse af samhørighed om nogle fælles erfaringer gennem tilværelsen, som potentielt kan danne grundlag for etablering af et fællesskab og af mere varige relationer. Livshistoriefortælling er således midlet til at nå de mål, vi ønsker. Men hvad forstår vi mere præcist ved en livshistorie?

### HVAD ER EN LIVSHISTORIE?

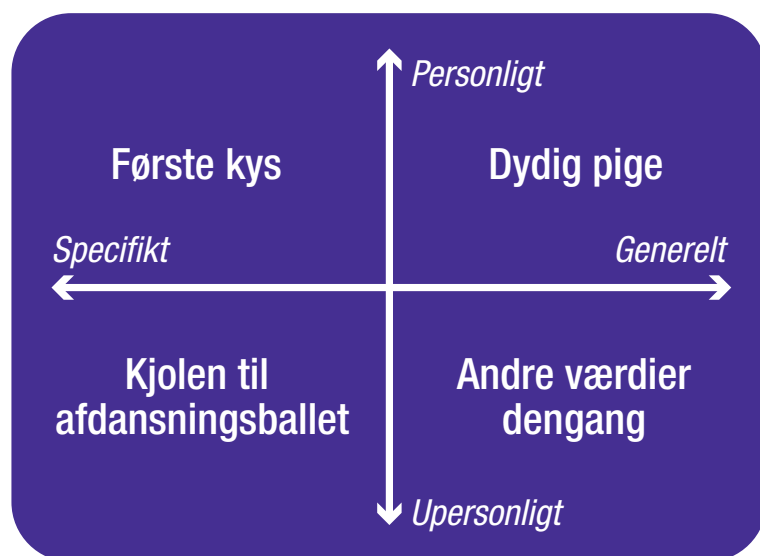
En livshistorie formes ud fra et menneskes erindringer om livet – bl.a. gennem valg, vi har truffet, og mål, vi har forfulgt. Livshistorien siger noget om, hvem vi er, hvordan vi er blevet sådan, og hvad der er vigtigt for os. En livshistorie kan dermed siges at være en fortælling om livet – en fortælling, der afspejler et indblik i, hvordan et menneske ser og forstår sig selv.

Men livshistorier kan fortælles og tage sig ud på mange måder. I *Fortæl for Livet* er der ikke en afgrænset forståelse af livshistorien, og hvordan den skal fortælles. Snarere siger forskellige måder at fortælle på noget om de mennesker, der fortæller dem. Historierne kan forstås ud fra flere dimensioner (se figur 1 næste side). Livshistorier kan for det første forstås i forhold til, om de beskriver noget mere *specifikt* eller noget mere *generelt* (x-aksen), og for det andet i forhold til, om de har fokus på noget *personligt* om fortælleren selv, eller om de handler om noget mere *upersonligt*, der ligger uden for fortælleren (y-aksen). Livshistorier vil have forskellige positioner på disse to akser. Nogle livshistorier handler fx om, hvordan 1950'ernes København var fyldt med osende fabrikker, eller hvordan folk havde finere tøj på, når de gik ud. Det er fortællinger om en anden tid med andre måder at leve på. Andre fortællinger berører ting, man omgav sig med, fx hvordan skolegården så ud, barndomshjemmet eller den smukke kjole til gymnasiets afdansningsbal. Endnu andre fortællinger er udpluk af specifikke episoder, hændelser som udspillede sig engang, fx

”dengang jeg sad oppe i lejligheden og var bange, fordi min far greb svensknøglen og lagde sig på lur i kælderen for at fange en tyveknekt, der havde været på spil i opgangen”. En sidste type fortællinger er generelle udsagn om, hvem personen er eller var engang. Det er fortællinger om fx at være et meget nysgerrigt barn, beskrevet med ord som ”jeg fulgte altid efter folk og udspionerede dem”. Det er personlige beretninger om, hvem man er som menneske. Det er vigtigt at forstå, at historier ofte veksler mellem de fire fortælle-måder, som i følgende eksempel: En kvinde beskriver sin kjole til afdansningsballet, hvorved hun kommer i tanke om en specifik hændelse, da hun til festen fik sit første kys af en dreng, som sneg sig for tæt på. Derfra kommer hun i tanke om, at hun var en meget dydig pige, og at det er noget, hun har taget med sig hele livet – og derfra beskriver hun, hvordan de værdier var meget mere udbredt, da hun var ung (jf. eksempel i figur 1).

**FIGUR 1.**

Model over fire fortælle-måder med eksemplet afdansningsbal.



Ingen fortælle-måde er vigtigere eller mere betydningsfuld end en anden; de er blot forskellige og udgør ofte hinandens forudsætninger for konstruktion af en meningsfuld og sammenhængende fortælling. En livshistorie udtrykker også måden, vi gerne vil opfattes på af andre mennesker. Historien er en selvfremstilling, der bl.a. rummer grundlæggende erfaringer, værdier, antagelser fra og om vores liv og de forventninger, vi har til det. Måden, vi fremstiller os selv over for andre på – endda over for os selv – kan variere alt efter, hvilken social sammenhæng vi indgår i. Det er således muligt at fortælle flere historier om os selv, afhængigt af hvordan vi stykker de forskellige erindringer fra livet sammen – og hvem vi fremstiller vores historie overfor. Derfor er der ikke kun én livshistorie om hvert menneske, men flere. Det er dog et implicit mål for de fleste at skabe en vis sammenhæng i fortællingen af deres livshistorier, fordi vi derved oplever at kunne forstå mere af vores liv og dermed os selv.

Livshistorier peger ikke kun bagud eller muliggør vores forståelse af, hvorfor vi befinder os, hvor vi gør, i livet. Livshistorier peger også fremad, fordi vores forventninger til og forestillinger om fremtiden også dannes ved, at vi sammensætter elementer fra vores fortid. Livshistorier er dermed også retningsgivende for et menneskes måde at leve sit liv på: hvor vi skal hen i tilværelsen, vores håb og drømme, og hvad der ligger inden for vores handlemuligheder. Man kan sige, at livshistorier rummer potentiale til et dybere kendskab og en dybere forståelse mennesker imellem.

### LIVSHISTORIER OG IDENTITET

Identitet er et begreb for de kendetegn, der tilsammen afgrænser en person som forskellig fra andre. Det er det særlige ved det enkelte menneske. Det er dog sjældent en simpel opgave at redegøre for sin identitet. De kendetegn, vi normalt bruger, når vi skal præsentere os selv såsom navn, alder, køn, beskæftigelse osv., bidrager til at sætte nogle ord på, hvem man er, men de giver ikke

en særligt indgående eller præcis beskrivelse. Ordene er langt fra tilstrækkeligt komplekse til at favne hele identiteten. Man kan fx forestille sig, at en mand er langt mere end en person, der hedder Frank, er 77 år og har arbejdet på et automobilværksted. Eller en kvinde er mere end en Birthe på 69 år, som er enke, farmor og pensioneret frisør. Det, der imidlertid er sikkert, er, at alle har levet forskellige liv og har helt unikke livshistorier.

Livshistorier kan formidle en kompleksitet af facetter fra det enkelte liv, som karaktertræk og kendetegn ikke kan rumme. Lige meget hvilke umiddelbare kendetegn, man kan få øje på, og som kommer til udtryk, har disse kendetegn en historie. Frank kan være opkaldt efter sin morfar, som var modstandsmand under krigen, og Birthe har måske valgt at blive frisør, fordi hun gik meget op i skønhed som ung, og hun har efter mange års arbejde i faget en stor samling af morsomme fortællinger om besynderlige kunder og livet som frisør. Således kan alle kendetegn ved en person udfoldes i historier om deres oprindelse og indvirkning på livet. Livshistorier giver en kontekst for at forstå, hvorfor mennesker er blevet, som de er, gør ting på bestemte måder, har bestemte meninger osv. Livshistorier levendegør et menneskes identitetskendetegn.

Identitet skabes kontinuerligt gennem de historier, vi fortæller om os selv. En deltager kan fx ved et møde fortælle historier, som peger på, at han er et rigtigt familiemenneske, mens han til et andet møde fortæller historier om, hvordan han er gået sine egne veje i livet, og fremstiller sig selv som ”en fri fugl”. I *Fortæl for Livet* er vi ikke på udkig efter at finde frem til ”den rigtige” historie eller ”den sande” identitet. Formålet er at åbne for refleksioner over livet ved at tage de historier, der bliver fortalt, for pålydende og som tegn på, at fortælleren har noget vigtigt på hjerte, som har betydning i hans eller hendes liv. Denne identitetsforståelse stiller deltagere frit i forhold til, hvilke af deres historier de ønsker

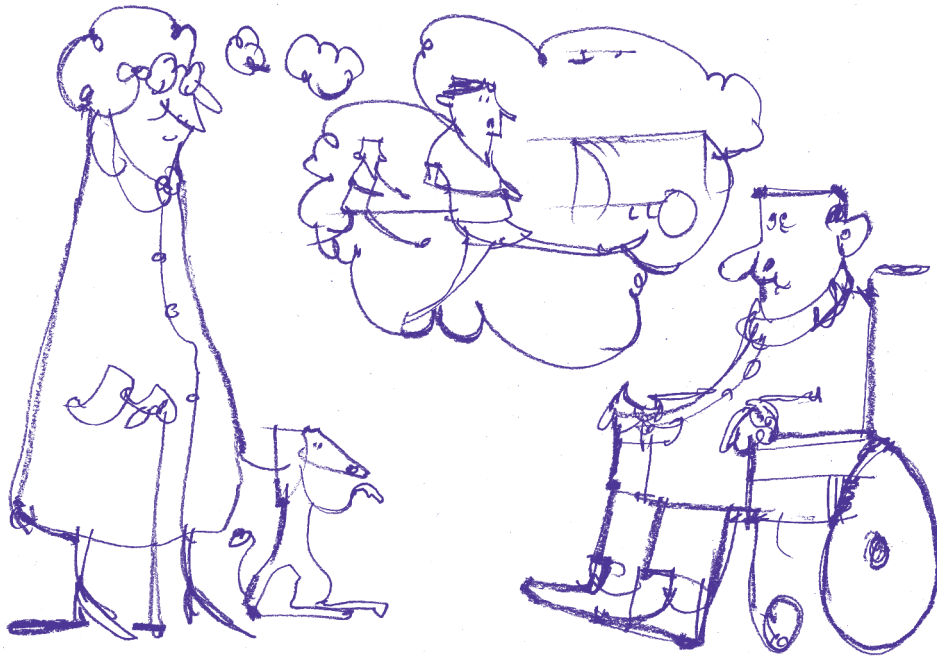
at fortælle, og hvilken ”version af sig selv” de dermed ønsker at formidle til gruppen.

## AT LÆRE HINANDEN AT KENDE GENNEM LIVSVIGTIGE HISTORIER

Fordi livshistorier giver et dybtgående indtryk af den person, der fortæller dem, er det for deltagere i *Fortæl for Livet* også en slags smutvej til at lære hinanden at kende ret hurtigt og grundigt. Når deltagere lytter til hinandens betydningsfulde livshistorier, får de for det første placeret hinanden i tid og sted. De kan fx få kendskab til, hvor de hver især kommer fra, hvad de har haft af beskæftigelse, om de har børn, børnebørn osv. Gennem fortællinger med sådanne informationer får de samtidig viden om, hvad der har været vigtigt og betydningsfuldt for den enkelte fortæller og dermed indsigt i de værdier og synspunkter, der ligger bag fortællerens handlinger i de fortalte historier.

Et eksempel på, hvordan *Fortæl for Livet* kan medvirke til, at ældre får et udvidet kendskab til hinanden: En kvindelig deltager fortæller, at hun efter møderne har lagt mærke til, hvordan hendes syn på især en mandlig deltager har forandret sig. De bor i samme lokalområde, hvor hun, før gruppen startede, havde bemærket denne mand, som ofte kører rundt i sin elektriske kørestol. Hun ved, at han hedder Jens Ole, og hun har deltaget i et par arrangementer, hvor han har været til stede. Efter møderne, hvor hun har lyttet til hans livshistorier, er noget imidlertid forandret, når hun ser ham køre forbi på gaden. Hvor hun før blot så ham som en gammel, gangbesværet mand, bliver hendes blik nu ledsaget af et væld af historier, som hun husker om ham fra møderne. Han er blevet mere levende for hende, efter at hendes kendskab til ham er vokset.

Gamle menneskers gradvise tab af vidner til deres historier vil aldrig kunne erstattes direkte, ligesom kendte og trygge følel-



ser af forbundethed måske ikke vil kunne opnås i nye relationer. Men det betyder ikke, at ældre ikke kan indgå i nye relationer sent i livet og endda etablere venskaber. Skal ældre komme til at knytte sig til hinanden og forme nære, dybe og betydningsfulde relationer, forudsætter det imidlertid, at de lærer hinanden at kende. Her kan det at udveksle livshistorier spille en afgørende rolle. For når ældre fortæller og lytter til vigtige historier fra hinandens liv, knyttes der forbindelser mellem dem, fordi de opdager, at de har noget til fælles, der skaber grundlag for en gensidig interesse, sympati og respekt – elementer, der er afgørende for etablering af venskabelige relationer.

### ALLE HAR HISTORIER AT FORTÆLLE

Lige meget hvem man er, og hvor man kommer fra, har man oceaner af historier at fortælle fra sit liv. En fordel ved at lade livshistorier udgøre *Fortæl for Livet*-gruppens omdrejningspunkt

er, at alle kan deltage. Alle har noget at fortælle. Alle har levet et liv, hvor erindringer om fortiden, forskellige steder, vigtige personer og skelsættende begivenheder har været med til at forme det menneske, man er i dag. I *Fortæl for Livet* møder vi ofte en beskedent forestilling hos deltagere om, at de ikke har noget at fortælle. De har måske meldt sig til gruppen på grund af nysgerrighed, eller fordi de nyder at høre andres historier, men også med en idé om, at deres liv ikke har været noget særligt. De tror, at deres liv har været "helt normalt" eller "ligesom alle andres" og ved derfor ikke, hvad de skulle have at fortælle, som kunne være interessant for andre at høre. Denne beskedenhed i forhold til eget liv og livshistorie bliver imidlertid uden undtagelse mindre fremtrædende, når først historierne begynder at flyde. Efterhånden som forskellige deltagere fortæller, og historier fra fortiden udfolder sig, vækkes deltagernes minder til live. Fortællinger vil ofte berøre temaer, som har fyldt meget for de fleste eller alle deltagere. Når det bliver den næstes tur til at fortælle, vil der derfor være noget at tage udgangspunkt i. Når en "beskeden" fortæller først kommer i gang, bliver han eller hun ofte grebet af sin egen fortælling og mentalt og følelsesmæssigt bragt tilbage til dengang, det fortalte fandt sted. Denne mentale rejse tilbage i historien vækker minder til live, som måske ikke har været erindret i mange år. Fortællere bliver ofte meget engageret i denne proces og får lyst til også at fortælle det netop erindrede. Det kan godt betyde, at fortællinger sommetider bliver lidt fragmenterede og afbrudt af nye, indskudte erindringer, som også må fortælles, men det betyder samtidig, at fortælleren er grebet af sin fortælling, hvilket oftest er et sikkert tegn på, at de lyttende deltagere også er engageret i at lytte. Vedkommende, der til at starte med var en beskeden deltager uden tro på egen fortælleevne, kan således ende med at blive en ivrig og engageret fortæller, der kommer til syne og fremstår interessant og med en livshistorie, der også er relevant for de øvrige deltagere.