



## Levenslijn Interview Methode

Door middel van de Levenslijn Interview Methode (LIM) wordt het leven van de islamitische jongeren in beeld gebracht. Met levensloopgesprekken worden de islamitische jongeren uitgenodigd hun eigen levensverhaal te vertellen. Centraal staat de persoonlijke betekenis die aan het leven en aan gebeurtenissen in het leven gegeven wordt. De Turning Point momenten van de islamitische jongeren. Er wordt vanuit gegaan dat elk mens betekenis geeft aan zijn leven door een verhaal over zichzelf te maken dat het resultaat is van allerlei ervaringen. Het levensverhaal wordt hierbij gezien als het persoonlijke antwoord op de dingen die de islamitische jongere heeft meegemaakt. Dit geeft de mogelijkheid om zelfkennis te vergroten.

Problemen uit de levensloop of het huidige leven die door de islamitische jongere worden ervaren, worden niet uitgebreid onderzocht of behandeld. Ingrijpende gebeurtenissen zijn aangrijpingspunten voor verandering en oplossing. Er is aanvaarding hoe het gegaan is; de gebeurtenissen zijn zinvol in de context van dat moment. Er is uitgebreide aandacht voor hoe de islamitische jongere het gedaan heeft en wat het hem heeft opgeleverd. Hiermee wordt het inzicht in de eigen hulpbronnen verduidelijkt en vergroot.

De Levenslijn Interview Methode werkt met oplossingsgerichte technieken. De LIM geeft structuur aan het levensverhaal door het uitbeelden van de levenslijn met zijn toppen en dalen, de betere en minder goede periodes in het leven van de islamitische jongere. Er wordt zowel naar het verleden als naar de toekomst gekeken. De focus van het oplossingsgerichte interview ligt bij de mogelijkheden voor persoonlijke ontwikkeling. Wat zijn belangrijke ontwikkelingsmomenten geweest? Wanneer heeft de islamitische jongere echt een stap vooruit gemaakt in zijn persoonlijke ontwikkeling? Wat heeft de islamitische jongere nodig gehad om dit voor elkaar te krijgen? Wat zijn de beschermende factoren in zijn leven geweest? Wat zijn de risicofactoren in zijn leven geweest? Wat zijn de krachten? De levensloopgesprekken zijn ontwikkelingsgericht.

## Opdrachten Levenslijn Interview Methode

Met een levenslijn kan je schematisch weergeven wat en wie in jouw leven een belangrijke invloed heeft uitgeoefend, je keuzes of gedrag heeft beïnvloed en kansen of belemmeringen heeft gecreëerd. Kortom de knooppunten in jouw leven.

Ieder mens kent pieken en dalen in het leven en momenten dat het leven verschillende kanten op had kunnen gaan: 'knooppunten'. Een knooppunt gaat vaak gepaard met bijzondere gebeurtenissen, ervaringen, of het besef dat resulteert in verandering in de richting van een pad. Een situatie waarop er





verschillende mogelijkheden of richtingen zijn. Vaak voel je dan emotionele spanning (de situatie is geladen).

### **Opdracht 1. Individuele opdracht 'levenslijn'**

(zie bijlage 1: tekening levenslijn)

Tijd: 30 minuten

De Levenslijn Methode is gericht op inzicht en persoonlijke ontwikkeling. De Levenslijn Methode geeft structuur aan het levensverhaal door een levenslijn te trekken met toppen en dalen. Er wordt zowel naar het verleden als naar de toekomst gekeken.

#### **Doel**

Bewustmaking: Problemen van een kwetsbare islamitische jongeren hebben ook altijd een biografische context. Zonder context begrijp je het probleem niet, hangt het in de lucht. Je werk als professional hangt samen met je levenslijn. De manier waarop je werkt is o.a. te begrijpen vanuit je levenslijn. Er speelt bij een probleem een centrale vraag: wat moet ik doen? Hoe moet ik nu verder?

#### **Competenties**

- De LIM leren kennen en uitvoeren en jezelf - 'eigen bagage' - inzetten om een ander te helpen.

Beschrijf je leven tot nu toe in chronologische volgorde met behulp van een tijdlijn en jaartallen met daarbij in steekwoorden welke personen, gebeurtenissen/prikkels je uit evenwicht hebben gebracht en voor jou en je ontwikkeling een lange termijneffect hadden gehad in positieve of negatieve zin.

Teken je levenslijn:

- Vanaf je 4<sup>e</sup> levensjaar tot nu ...
- Wat waren hoogte- en dieptepunten?
- Wat waren knooppunten of keerpunten in je leven?
- Wie of wat zijn daarbij belangrijk geweest?
- Welke besluiten (positief of negatief) hadden lange termijneffect?
- Welke besluiten hadden (positief of negatief) korte termijneffect?
- Welke gedachten, gevoelens en gedragingen gingen vooraf aan de knooppunten in je leven?
- Vermeld ook nadrukkelijk perioden van knooppunten die in negatieve zin een langetermijneffect hadden (migratie geschiedenis, werkloosheid, scheiding, overlijdens etc.). Leed dat je hebt meegemaakt, maakt je menselijk.
- Waar sta je nu? (leeftijd, levenssituatie, in werk en gezin etc.)





## **Opdracht 2. Levenslijn interview**

Tijd: 30 minuten

### ***Duo's levenslijn (elkaar interviewen)***

Het levenslijn interview is gericht op inzicht en persoonlijke ontwikkeling. De levenslijn geeft structuur aan het levensverhaal door een levenslijn te trekken met toppen en dalen. Er wordt zowel naar het verleden als naar de toekomst gekeken.

#### ***Rol 1. Verteller***

Vertel de ander in grote lijnen over je leven. Vertel over de knooppunten, pieken en dalen.

#### ***Rol 2. Interviewer***

- Laat de ander vertellen, en ondersteun de verteller door actief te luisteren, door dóór te vragen en samen te vatten.
- Laat de verteller niet alleen praten over hoogtepunten, maar vraag ook naar dieptepunten (negatieve langetermijneffect).
- Inventariseer bij knooppunten zo veel mogelijk (feitelijke en emotionele) kwesties uit het leven van de ander, blijf niet hangen bij één gebeurtenis.

#### ***Competenties verteller***

- Je levensverhaal vertellen aan de hand van de levenslijn en daarbij knooppunten benoemen.
- Jezelf – 'eigen bagage'- inzetten om een ander te helpen.

#### ***Competenties interviewer***

- Luisteren
- Doorvragen, open vragen stellen
- Samenvatten
- (feitelijke en emotionele) kwesties uit de knooppunten van de levenslijn halen

Tijd: 7 minuten per persoon (14 minuten)

#### ***Nabespreken verteller***

- Voelde je je in je rol van verteller op je gemak?
- Was de manier waarop de interviewer luisterde, doorvroeg en samenvatte ondersteunend?

#### ***Nabespreken interviewer***

- Lukte het om Luisteren, Doorvragen en Samenvatten goed toe te passen?
- Heb je naar aanleiding van knooppunten in de levenslijn feitelijke en emotionele kwesties kunnen inventariseren?





## Bijlage 1. Tekening levenslijn

