



LEVENSPORTRET

“PUBLICIEER JE EIGEN BIOGRAFIE”

“CREËER JOUW UNIEKE LEVENSPORTRET”

-of dat van een naaste-

Hoe hebben jouw familie DNA en jouw levenservaringen je gevormd?

Wat

Publiceer je eigen (mini)biografie, gebaseerd op jouw persoonlijke biografisch profiel. Je biografisch profiel brengt de verbinding in beeld tussen je familie DNA, je persoonlijke levensgeschiedenis, je functioneren en je identiteit. Je biografie beschrijft een eerlijk portret van wie je bent als persoon, gevormd door je achtergrond en de levensgebeurtenissen die op je pad zijn gekomen. Het is een portret waar je trots op bent en waarin je karakter, zowel kracht als kwetsbaarheid, tot uitdrukking komt.

Je kunt ook besluiten een biografie te publiceren van iemand die dichtbij je staat (een familielid). Om dit te kunnen leer je hoe je een biografisch profiel kunt maken. Wil je graag samen deelnemen aan de workshops dan is dat uiteraard mogelijk. Het resultaat is een mooi portret, een waardevol boek; in hardcover en full colour vormgegeven.

Waarom

Als je de behoefte voelt om je eigen biografie of die van een familielid op te tekenen. Bijvoorbeeld:

- omdat je de stappen in je leven wilt vastleggen, de mijlpalen wilt aangeven/neerzetten en de ontwikkeling die je hebt doorgemaakt wilt uitdrukken;
- als je meer inzicht wilt in de verbinding tussen je achtergrond en je identiteit;
- als je je levenservaringen of loopbaan een zichtbare plek wilt geven als onderdeel van je identiteit, bijvoorbeeld als je met pensioen gaat of ouder wordt en je je leven en je ervaringen wilt delen met anderen;
- als je bijzondere ervaringen hebt die je tot uitdrukking wilt brengen;
- als je een naaste hebt die zelf geen profiel kan/wil maken, maar wel openstaat om zijn of haar biografie te publiceren.



LEVENSPORTRET

Hoe

Het programma bestaat uit 7 workshops (6-8 deelnemers). In de workshops leer je op een inspirerende manier inzicht en structuur aan te brengen in je eigen achtergrond. In de eerste drie workshops ga je aan de hand van je eigen familiestamboom en je levenslijn je biografisch profiel opstellen. Het is niet nodig om je stamboom al te kennen voordat je met de workshops begint. Het biografisch profiel geeft een gestructureerd en verklarend overzicht van je identiteit tegen de achtergrond van je persoonlijke levensgeschiedenis en/of loopbaan. In workshop 4 kies je uit het biografisch profiel de thema's waarop je wilt focussen in je boek. Ook ga je de opbouw, vormgeving en opmaak specificeren (welke materialen of andere documenten zijn van belang om op te nemen, hoe moet het eruit zien, hoeveel exemplaren wil ik?). Ook krijg je in deze workshop tips die je bij het schrijfproces kunt gebruiken. Na workshop 4 begin je met het schrijfproces en het vormgeven van je boek, waarvoor twee maanden worden uitgetrokken. Voor workshop 5 heb je een eerste concept klaar dat – eventueel met de hulp van een professioneel vormgever – verbeterd wordt. Daarna volgen nog 2 maanden om de puntjes op de i te zetten. In workshop 6 lever je de eindversie in, waarna het drukproces start.

Inhoud Workshops

1. Introductie & Stamboom
2. Levenslijn
3. Biografisch Profiel
4. Introductie boek; thema's, schrijfproces, beeldmateriaal, lay-out
5. Bespreken 1^e concept; verbeteringen en tips
6. Reflectie en Drukproces
7. Terugkoppeling en Realisatie Boek

Investing

Het maken van een biografie kost tijd en aandacht. Ook zullen er zaken voorbij komen die je raken. Tegelijkertijd krijg je er veel tijd, aandacht en verbinding met jezelf voor terug. Tijdens de eerste 3 workshops verzamel je materiaal en schrijf je al korte teksten. Gedurende deze 3 maanden bedraagt je tijdsinvestering ongeveer 2 tot 4 uur per week. Voor het "echte" schrijfproces daarna (tussen workshop 4 en 6) is een doorlooptijd van in totaal 4 maanden uitgetrokken. De tijdsinvestering



LEVENSPORTRET

bedraagt dan maximaal ongeveer 16 dagdelen (8 dagen). Al met al kost het wel wat tijd maar levert het een prachtig product op.

Heb je zelf geen tijd of zin in deze tijdsinvestering? Of heb je geen affiniteit met schrijven? Je kunt ook iemand anders vragen jouw biografie te maken en bovenstaande workshop-serie, eventueel samen met jou te doorlopen.

**Wil je het programma toegestuurd krijgen of een vrijblijvend gesprek?
Stuur ons een mail of bel ons.**

("Levensportret" is een initiatief van STIB coaching & Orange Change Consult)