

DIGITAL HISTORIEFORTÆLLING FOR MENNESKER MED UDVIKLINGSHÆMNING

Håndbog for facilitatorer



Dette er printversionen af den originale håndbog, som er udgivet på projektets hjemmeside. Printversionen indeholder kun tekst og er ment som et printvenligt værktøj til workshops. Billeder, digitale historier og appendiks kan findes i den originale online håndbog.

INDHOLDSFORTEGNELSE

KAPITEL 1: INDLEDNING	4
Forkortelser og ordforklaringer	4
Baggrunden for denne håndbog	4
Hvem er denne håndbog til?	4
Let at læse-håndbog	5
Mennesker med udviklingshæmning i denne håndbog	5
KAPITEL 2: HVAD ER DIGITAL HISTORIEFORTÆLLING?	6
Digital historiefortælling er for alle	7
KAPITEL 3: HVORFOR BRUGE DS MED MENNESKER MED UDVIKLINGSHÆMING?	8
KAPITEL 4: FACILITERING	9
Facilitatorens rolle	9
At vælge de rigtige byggeblokke	9
At guide og støtte	10
At skabe et sikkert rum	10
At træde til med nødvendige færdigheder	11
KAPITEL 5. FØR WORKSHOPPEN	13
Workshop lokaler	13
Kreative materialer	13
Teknisk udstyr	16
Processkema	14
Antal facilitatorer	15
Workshoppens længde	15
Hvordan finder jeg mine deltagere, og hvordan forbereder jeg dem?	16
Gruppen	16
KAPITEL 6: BYGGEBRIKKER	18
BRIK 1: Lære hinanden at kende/energizers	18
BRIK 2: Finde historien	21
BRIK 3: Manuskript	25
BRIK 4: Historiecirklen	27
BRIK 5: Voiceover-optagelse	29
BRIK 6: Skabe billedsprog	33
BRIK 7: Musik og lyde	35
BRIK 8: Redigering	37
BRIK 9: Fremvisning og fejring	39
BRIK 10: Evaluering/refleksioner med deltagerne	41

KAPITEL 7: VIGTIGE KOMPONENTER I WORKSHOPPEN	43
At lytte	43
Feedback	43
Hukommelse	43
Selvrefleksion/følelsesmæssigt arbejde	44
Kreativitet	44
Kommunikation	44
Digitale kompetencer	44
Tidsstyring	45
KAPITEL 8: ETIK OG OPHAVSRET	46
Etik	46
Historiefortællernes velbefindende	46
Facilitatorernes velbefindende	46
Samtykke	47
Ophavsret	47
KAPITEL 9: METODE OG YDERLIGERE INFO	49
REFERENCER	49
PROJEKTINFORMATION	50

KAPITEL 1: INDLEDNING

Forkortelser og ordforklaringer

DS – (Digital Storytelling) Digital historiefortælling

DigiStorID – (Digital Storytelling for up-skilling and empowerment of learners with intellectual disabilities) Projektets navn

Facilitator – Facilitatoren er personen, som guider og støtter deltagerne gennem deres historiefortællingsproces

Historiefortæller/deltager – Deltagerne i en workshop har vi benævnt enten historiefortæller eller deltager

Dem/de – Vi bruger kønsneutrale pronomener i denne håndbog

Baggrunden for denne håndbog

Denne håndbog er produceret i forbindelse med Erasmus+ projektet “Digital Storytelling for up-skilling and empowerment of learners with intellectual disabilities” (DigiStorID). Formålet med projektet har været at udvikle en innovativ læringsform – metoden *digital historiefortælling* (DS) er tilpasset til mennesker med udviklingshæmning.

Hvem er denne håndbog til?

Vi ønsker at tilbyde et innovativt, styrkende og sjovt værktøj til undervisere/plejere/assistenter, som arbejder med mennesker med udviklingshæmning. Et værktøj som giver mennesker, der ikke normalt bliver hørt, en stemme og en mulighed for at fortælle deres historie. Denne håndbog vil hjælpe dig til at facilitere DS og således underbygge den opkvalificering og det selvværd, som denne metode medvirker til at skabe hos mennesker med udviklingshæmning.

Håndbogen er rettet mod jer, som har en grundlæggende forståelse for digitale værktøjer og ideelt set også et forudgående kendskab til metoden. Det er vigtigt at have erfaring med arbejdet med mennesker med udviklingshæmning og at kende sine deltagere godt på forhånd, alternativt være orienteret om dem, fra en der gør.

Denne håndbog er ikke en guide, som dækker alle aspekter af digital historiefortælling, men den kan fungere som understøttende materiale for:

- 1) Lærere, plejere og assistenter som arbejder med mennesker med udviklingshæmning, og som er interesserede i at afprøve en ny metode i deres arbejde.

2) DS-facilitatorer som ønsker at lære mere om at facilitere mennesker med udviklingshæmning.

Let at læse-håndbog

I forbindelse med håndbogen for facilitatorer har vi produceret en *let at læse-håndbog* til historiefortællerne med udviklingshæmning. Let at læse-håndbogen følger de byggebrikker, der er udviklet som basis for workshoppen. Disse to håndbøger kan bruges sammen: historiefortælleren følger let at læse-håndbogen og facilitatoren følger denne håndbog.

Nogle af vores facilitatorer har fundet det nyttigt at give let at læse-håndbogen til deltagerne før workshoppen, da den fungerer godt som en introduktion til, hvad der skal ske, og da den også for nogle deltagere stjæler for meget opmærksomhed under workshoppen.

Nogle deltagere har været i stand til at bruge let at læse-håndbogen alene, nogle har brugt den med støtte fra deres facilitatorer, det er op til dig at vurdere.

Let at læse-håndbogen er, ligesom denne håndbog, tilgængelig på dansk, engelsk, finsk, islandsk, italiensk, litauisk og slovensk. Links til de forskellige versioner kan findes på projektets hjemmeside, digistorid.eu.

Mennesker med udviklingshæmning i denne håndbog

Der findes flere forskellige officielle inddelingsmetoder for graden af udviklingshæmning. Generelt sker inddelingen på officielt niveau, hvilket kan bidrage til en vurdering af, hvilken form for hjælp personen behøver. I denne håndbog arbejder vi ud fra antagelsen, at facilitatoren ikke fokuserer på diagnosen, men møder hver deltager individuelt, som en del af en personcentreret omsorg. Diagnoser kan fungere som retningslinjer, men vi vil gerne understøtte forståelsen af, at alle mennesker er forskellige og har forskellige behov, ønsker, interesser og evner.

For at møde flest mulige forskellige behov præsenterer vi et sæt byggebrikker, der kan bruges til at sætte jeres workshop sammen. Hver brik svarer til en del af processen og har flere forskellige tilgange, og det er op til den person (facilitator eller personlig hjælper), som kender deltageren bedst, at vurdere hvilke byggebrikker, der passer bedst til dem. Hovedprincipperne i denne tilpasning er baseret på vores indledende undersøgelser og vores erfaringer i arbejdet med mennesker med udviklingshæmning. Byggebrikkerne er præsenteret til bunds i kapitel 6.

KAPITEL 2: HVAD ER DIGITAL HISTORIEFORTÆLLING?

Digital historiefortælling (DS) kan forstås på flere forskellige måder, men den metode, som vi har benyttet i dette projekt, bliver kaldt Berkeley- modellen. Den blev udviklet af Dana Atchley and Joe Lambert tidligt i 1990'erne i Berkeley, Californien (USA). Her defineres en digital historie som *en kort videofortælling i 1. person skabt ved at kombinere optaget stemme, billeder og levende billeder, samt musik eller andre lyde*. Filosofien bag metoden er, at alle har en historie at fortælle.

Metoden hjælper folk til at fortælle en personlig historie, den giver individet en stemme og en mulighed for selv at udtrykke vigtige dele af deres liv. Det er en faciliteret gruppeproces, hvor historiefortællerne bliver hørt og respekteret, og hvor de også selv øver sig i at lytte til andre.

DS-processen kan siges at bestå af følgende faser, der dog flyder ind i hinanden.

Kreativitet

Deltagerne lærer hinanden at kende, og facilitatoren etablerer et sikkert rum, hvor deltagerne kan dele deres personlige historier. De bliver så hjulpet til at finde den historie, de gerne vil fortælle gennem flere kreative øvelser. De finder også det billedsprog og den lydside, de ønsker at bruge i deres film.

Arbejdet med narrativ

Når deltagerne har fundet den historie, de ønsker at fortælle, kan de begynde at udvikle deres individuelle manuskripter. Dette bliver fulgt op af *historiecirkelen*, et centralt element, hvor deltagerne sidder sammen i en rundkreds, og alle får mulighed for at læse kladden af deres manuskript op, og derefter få konstruktiv feedback fra resten af gruppen.

Produktion

Når manuskripterne er færdige, optager deltagerne deres voiceover, som så bliver importeret til et simpelt redigeringsprogram på deres enhed. De importerer ydermere deres billedside og den musik/de lyde, de ønsker at bruge. Så kan de starte redigeringsprocessen. Hvis deltagerne ønsker det, bliver filmene til sidst fremvist i gruppen og kan bagefter deles online.

Digital historiefortælling er for alle

Vi bruger altid simple og frit tilgængelige redigeringsværktøjer, så alle har mulighed for at benytte sig af metoden, uanset hvilke økonomiske og kulturelle ressourcer man har. Målet er ikke et professionelt produkt, men derimod en personlig historie lavet af en unik historiefortæller. Digital historiefortælling er en stærk måde at udtrykke sig på, som giver individer mulighed for at dele deres personlige kulturer og historier og for at udforske deres kreativitet. DS kan give alle en personlig stemme, og individer i forskellige befolkningsgrupper, som måske ofte bliver omtalt som et tal i en statistik eller som stereotyper, får mulighed for at "vinde" deres historie tilbage og fortælle den selv. Når historierne deles, kan DS understøtte en øget forståelse og indsigt på tværs af kulturer og dele af befolkningen. Med metoden ønsker vi at mindske generaliseringer og fordomme.

Digital historiefortælling understøtter udviklingen af forskellige evner, såsom:

- Læse- og skrivefærdigheder
- Kreative evner
- Tekniske og IT-færdigheder
- Evnen til at lytte
- Tale- og kommunikationsevner
- Sociale færdigheder
- Kritisk tænkning
- Selvrefleksion

I vores forståelse er digital historiefortælling ikke:

- Et professionelt produkt
- Fiktion
- En dokumentarfilm
- PR eller reklame
- Et kommercielt produkt

KAPITEL 3: HVORFOR BRUGE DS MED MENNESKER MED UDVIKLINGSHÆMNING?

I begyndelsen af DigiStorID-projektet udførte vi en behovsanalyse, som byggede på en række interviews med professionelle, der til dagligt arbejder med mennesker med udviklingshæmning. Alle partnere i projektet gennemførte interviews i deres land. Vores spørgsmål fokuserede på behovet for DS for mennesker med udviklingshæmning, og hvordan et workshop-program kunne tilpasses til målgruppen.

Alle interviewpersoner udtrykte deres støtte til en metode som DS og var enige om, at der var et behov for den. Argumenterne var, at mennesker med udviklingshæmning er en marginaliseret gruppe, og at DS giver dem en platform at udtrykke sig på. Den viser en diversitet, som er vigtig, eftersom mennesker med udviklingshæmning ofte bliver set som en homogen gruppe, og den kan således værne om og fremme lighed. DS giver deltagerne en mulighed for at få en stemme, og som en interviewperson sagde, "historierne er ikke lavet *om* dem, men lavet *af* dem".

Interviewpersonerne fremhævede fordelene for deres klienter som værende at træne sociale evner, at lytte til hinanden og samarbejde respektfuldt, at træne selvrefleksion, og arbejdet med følelser og hukommelse. De fandt ydermere styrkelsen af selvfølelse ekstremt vigtig, det selvværd, selvbillede og den stolthed som følger med i processen. Opkvalificeringen af tekniske evner, kreative evner og evnen til at kommunikere blev også understreget som vigtige fordele.

Interviewpersonerne var også enige om, at der altid er behov for, at plejere kan lære mere om deres klienter, og at DS kan være nyttig til dette. Andre interessenter kunne være familiemedlemmer, venner, skolekammerater, lærere, assistenter, mennesker som gerne vil vide mere om udviklingshæmning generelt, handicapsamfund og foreninger, samt beslutningstagere. Denne lille film kan også være nyttig for den enkelte deltager, når det kommer til jobsøgning. Sidst, men ikke mindst, de interviewpersoner, som havde arbejdet med metoden før, gav udtryk for at både klienter og deres nærmeste rigtig godt kunne lide processen.

KAPITEL 4: FACILITERING

Vi anbefaler, at alle, uden forudgående kendskab til metoden, tager et facilitatorkursus i DS for at opnå sin egen personlige oplevelse af processen. Du kan finde information om, hvor du kan tage et facilitatorkursus på DigiStorID-hjemmesiden. Generelt set, er det de færdigheder, som mange plejere eller assistenter allerede har, der er vigtigst, når man faciliterer DS. Det er en fordel at:

- kende dine historiefortællere godt
- være åbensindet, positiv og tålmodig
- være i stand til at motivere og inspirere, at fokusere på deltageres ressourcer
- at være opmærksom og i stand til at forstå gruppedynamikken
- at tænke over etiske udfordringer
- at forstå, hvornår en deltager er træt og mister koncentrationen og være i stand til at reagere på det
- at være i stand til at beholde dine egne meninger i baggrunden og huske, at du er et værktøj for historiefortælleren
- at være i stand til at hjælpe historiefortælleren med at optage deres stemme og bruge redigeringsprogrammet
- at være i stand til at udfordre historiefortælleren uden at skubbe dem for hårdt.

Facilitatorens rolle er:

- at bestemme hvilke byggeblokke, der er relevante at bruge med den enkelte deltager/med gruppen
- at guide og støtte deltagerne omhyggeligt gennem alle dele af workshoppen, forklare dem, hvad der skal ske, og give dem nøjagtige og forståelige instruktioner og forklaringer
- at skabe et sikkert rum, hvor deltagerne føler sig godt tilpas og trygge, hvor de respekterer hinanden i gruppen og giver hinanden plads til at dele deres historier
- at træde til med nødvendige færdigheder igennem processen, det kan f.eks. være at fungere, som den der skriver, som deres hånd, eller som deres stemme

At vælge de rigtige byggeblokke

Ideen er at bruge alle byggesten fra 1-10, hvilket vil tage dine deltagere gennem hele DS-processen. Som facilitator er det din rolle at vælge hvilke byggesten, du vil bruge i workshoppen, alt efter hvilke du bedømmer passer bedst til dine historiefortællere, baseret på deres færdigheder og kapacitet. Som før nævnt, er det en fordel, hvis du kender dine deltagere godt, alternativt at du er blevet informeret om dem på forhånd. Når du vælger

hvilke byggesten, du vil bruge, skal du fokusere på den individuelle deltager. Nogle byggesten er gruppeøvelser, men det er altid mulig at tilpasse dem til den enkelte historiefortæller. Hvis du har en alsidig gruppe med forskellige grader af udviklingshæmning, kan det være, at deltagerne er i stand til at hjælpe hinanden. Vær ikke bange for at prøve de forskellige øvelser, også selvom du tænker, at de måske er for svære for din deltager. Det kan være, at du opdager færdigheder, du ikke kendte til eller nye måder at lave øvelsen på.

At guide og støtte

Facilitatoren er en guide, som tager historiefortælleren gennem hele processen. Facilitatoren er ikke en autoritet eller en ekspert på historien og må aldrig bestemme, hvordan historiefortælleren skal fortælle sin historie, eller hvad der er bedst for dem. Se dig selv som en "fødselshjælper". Du er ved deltagerens side det meste af tiden for at hjælpe dem til at frembringe deres historie og deres personlige stemme. Vær ekstra sensitiv, når du faciliterer mennesker med udviklingshæmning, da der godt kan være en tendens til at gøre tingene for dem i stedet for at hjælpe dem. Lad dine deltagere gøre så meget de kan selv og støt dem i deres valg, også selvom du måske selv havde valgt anderledes.

At skabe et sikkert rum

Det sikre rum er ekstra vigtigt i arbejdet med vores målgruppe, hvis vi vil motivere dem til at arbejde med selvrefleksion og deres følelser. Det er ofte vigtigt, at historiefortælleren kender deres facilitator, før de kan føle sig trygge. Hvis I ikke kender hinanden på forhånd, kan du vælge at fokusere ekstra på de første to byggesten, som er beregnet til at etablere en god kontakt i gruppen og en forbindelse mellem deltager og facilitator.

Opbyg tilliden fra starten ved at respektere dine deltageres grænser og ved at give dem mulighed for at sige nej. Respekter stilhed, hvis nogle har brug for tid, følelser og også, hvis der ikke er nogen eksplicitte følelser. Ligesom alle andre, kan mennesker med udviklingshæmning nogle gange have svært ved at udtrykke deres ønsker og stå ved deres ret til selvbestemmelse. Du skal være opmærksom på risikoen for, at historiefortælleren nogle gange ønsker at gøre facilitatoren glad, hellere end at udtrykke deres egne meninger.

Som facilitator er det vigtigt at huske, at hver historiefortæller er unik og har deres egne ideer, holdninger, minder og færdigheder.

Sigt imod at facilitere en positiv gruppedynamik. Hvis det er muligt, bliv enig med din gruppe om nogle grundregler. Disse kunne være, at man skal respektere hinanden, at man ikke må afbryde hinanden, og at man skal lytte omhyggeligt til hinanden. Hvis nogen overtræder reglerne, mind dem stille og roligt om det. Facilitatorer skal på forhånd være opmærksomme på de deltagere, som kan have udfordringer i deres opførsel og forberede sig for at undgå den negative indflydelse, det kan have på resten af gruppen. Vær opmærksom på at skabe et komfortabelt fysisk rum til din workshop, hvor der både er mulighed for at arbejde koncentreret, og hvor der er mulighed for at deltagerne kan trække sig lidt tilbage i stilhed, hvis der er brug for det. Gruppen eller en individuel historiefortæller har muligvis brug for anden hjælp, tidsramme, tilgang eller instruktioner end forventet. Respekter deres behov og ønsker og prøv at være så fleksibel som mulig, så du kan ændre planerne til at passe bedre.

At træde til med nødvendige færdigheder

Nogle gange har en deltager brug for din hjælp til at gøre noget, som de ikke er i stand til. Det kunne være at hjælpe dem med at skrive, hvis deres skrivefærdigheder er begrænsede, eller måske at optage deres voiceover for dem, hvis de ikke har et talesprog. Prøv at se dig selv som historiefortællers værktøj, den som giver dem mulighed for at udtrykke sig selv på den måde, de gerne vil. Overtag ikke deres historie for at fortælle den på den måde, som du tror historiefortælleren gerne vil fortælle den. Hav dem i stedet ved din side altid, og gør det klart for dem, at det er dem, som bestemmer over deres historie, og at det er dem, som tager beslutningerne. Hvis deltagerne får hjælp fra familie eller venner i workshoppen, skal du være ekstra opmærksom som facilitator, da vi oplever, at de nemt kan komme til at tage over, i bedste mening selvfølgelig, og fortælle deltagerens historie for dem.

Det er desuden vigtigt at have nok tid, især i begyndelsen, når I arbejder med selv-refleksion og følelser. I alle dele af processen har vi set, at jo mindre tid der er, des mindre selvbestemmelse hos deltagerne. Hvis en facilitator føler sig presset i tid, har de også tendens til at overtage processen, da det ofte er hurtigere, hvis de gør det. Dette undergraver, som nævnt, målet med processen. Prøv at vurdere inden workshoppen start, hvor meget tid dine individuelle deltagere behøver, og hvor lang tid de kan være koncentrerede. Vi ved, at det kan være svært at finde den fornødne tid i de forskellige organisationer, men tænk det igennem inden, da det måske er bedre ikke at have en workshop end en workshop, som er forhastet.

Hvis du ikke har erfaring med redigeringsprogrammer, anbefaler vi, at du prøver at gå igennem processen selv, før du faciliterer. Lav din egen film i det program, som I planlægger at bruge i workshoppen og prøv at optage din stemme. Dette vil give dig et grundlæggende indblik i redigeringsprocessen og de problemer, som kan opstå. Hvis det er muligt, kan det også være enormt nyttigt, at deltagerne får et grundlæggende computerkursus inden DS-workshoppen, da dette kan spare tid og give deltageren yderligere mulighed for at være med i redigeringsprocessen.

KAPITEL 5. FØR WORKSHOPPEN

Workshop lokaler

Find et sted, hvor der er plads til, at alle historiefortællerne kan arbejde komfortabelt. Et sted, som de allerede kender, kan være en god ide, da det hjælper med at skabe et trygt rum. Du har brug for stole og borde til alle deltagere og nok plads til også at lave energizers, eller I kan sidde i en cirkel alle sammen. Det er også en fordel at have et stille sted, hvor deltagerne kan trække sig lidt tilbage, hvis de har brug for det. Desuden er der brug for et nogenlunde stille rum, hvor deltagerne kan optage deres voiceover.

Kreative materialer

Det er godt at have hvidt og kulørt papir, penne, farver, farveblyanter, sakse, lim og postkort til de kreative øvelser. Som noget ekstra kan du f.eks. have musikinstrumenter og forskellige andre materialer, som deltagerne kan bruge til at skabe visuelle elementer til deres historie.

Teknisk udstyr

Først og fremmest har alle deltagere brug for en enhed at arbejde på. Det kan være en hvilken som helst computer eller tablet, der fungerer. Den skal kunne klare at køre et redigeringsprogram uden at bryde ned. For nogle deltagere i målgruppen er det nemmere at arbejde på en tablet, da den direkte kontakt med skærmen kan være lettere tilgængelig, mens andre er mere vant til at arbejde med en pc. Hvis man ikke har andet tilgængeligt, er det også muligt at bruge en smartphone, men det kræver selvfølgelig noget finmotorik, da skærmen er mindre.

Redigeringsprogram

Alle deltagere skal have et redigeringsprogram installeret på deres enhed. Dette er et område, der er i så hurtig udvikling, at vi foreslår, at du bruger en lille smule tid på at undersøge, hvilket program der fungerer til den enhed, I skal arbejde på. iMovie er f.eks. en god mulighed til iPad og Mac-computere lige nu, men om et par år er der måske en bedre løsning. Det vigtigste er, at redigeringsprogrammet skal være simpelt at bruge, nemt tilgængeligt, og helst gratis. Vær opmærksom på, at nogle af gratisversionerne sætter et vandmærke på videoen, når du eksporterer den, prøv at undgå dette.

I fald du ikke er fortrolig med computere og redigeringsprogrammer, er det en god ide at forberede dig til workshopen ved at lave en eller to film selv. Grundlæggende færdigheder er godt nok, men hvis det er muligt, er det selvfølgelig altid rart at have en person, som er IT-kyndig, tilknyttet workshopen. Læs mere om redigering i kapitel 6 om byggestenene (brik 8).

Høretelefoner

Hver deltager har brug for et par høretelefoner, da der er nødt til at være ro i lokalet, så deltagerne kan koncentrere sig. Du skal også selv have et par, til når du ser deltagernes film. Derudover er det vigtigt at have et såkaldt splitstik eller en splitter, som kan forbinde to par høretelefoner, da det så er muligt for dig at høre lydsporet på samme tid som deltageren, og dette kan lette feedback-processen meget.

Projektor og højtalere

Du skal bruge en projektor til screeningen i slutningen af workshopen. Vær opmærksom på også at have de rette kabler til at forbinde projektoren til den computer, du vil bruge til at afspille filmene fra. Du skal selvfølgelig også bruge en hvid væg eller et lærred til at projicere på, og der er også brug for en eller flere gode højtalere til lydsporet.

Smartphone

Hvis deltagerne ikke arbejder på en tablet, er det en god ide, hvis de har deres smartphone med, til at tage billeder/videoer og til at optage lyd.

Mikrofon

Du skal bruge en mikrofon til at optage deltagernes voiceover, alternativt kan de bruge en smartphone. De fleste nyere telefoner optager i relativ god kvalitet. Dette kan endda i nogle tilfælde være nemmere for historiefortælleren, da det er en ting, som de bruger i hverdagen og føler sig trygge ved. Sørg dog for at teste lyd kvaliteten først. Læs mere om optagelsen af voiceover i kapitel 6 om byggestenene (brik 5)

Processkema

Processkemaet viser, hvor deltagerne er i processen, og de følger byggestenene. Det er både nyttigt for dig som facilitator, da du bedre kan

skabe dig et overblik over, hvor deltagerne er, men det er også et stærkt redskab for deltagerne, som får følelsen af at bevæge sig fremad og motivationen derved. De får en bekræftelse af, at de har haft succes med deres arbejde og føler sig ofte meget stolte, når de kan sætte flueben ved en opgave. Det kan være en fordel at bruge piktogrammer såvel som tekst i processkemaet, så dem, der ikke læser så godt, også kan være med. I kan finde piktogrammer til alle byggesten i appendikset til denne håndbog.

Antal facilitatorer

Det er forskelligt fra situation til situation hvor mange facilitatorer, der er brug for til en gruppe. Nogle deltagere vil have brug for 1 til 1 facilitering, da de har brug for hjælp til mange ting, og nogle af disse deltagere har da også en personlig hjælper med dem, som så kan træde til med nødvendige færdigheder. Hvis det er en ressourcefuld gruppe, kan der være op til 6 deltagere pr. facilitator, vi anbefaler dog, at man altid er mindst to facilitatorer til en gruppe, da det i nogle situationer er vigtigt at have en kollega at støtte sig til.

Mange facilitatorer vil finde dem selv i en situation, hvor de er for få til at være hos alle deltagere hele tiden. Her gælder det om at finde de opgaver og øvelser, som deltagerne har mulighed for at arbejde med selv. Du kan også se i hvilket omfang, det er muligt for deltagerne at hjælpe hinanden, så der kan frigives tid til dig.

Facilitatoren kan også overveje at spørge venner og familie til deltagerne, om de vil hjælpe med workshoppen, men det er meget vigtigt at understrege, at det er historiefortællernes historie, og at de skal bevare ejerskabet ved at gøre mest muligt selv.

Workshoppens længde

Det varierer meget, hvor lang tid vores målgruppe er i stand til at arbejde koncentreret. Nogle kan arbejde i 30 minutter, så har de brug for en pause, nogle kan koncentrere sig i længere tid. Det er selvfølgelig derudover forskelligt fra organisation til organisation, hvor meget tid der er til at implementere workshoppen. Programmet består derfor af en række byggesten, som kan tilpasses tid og færdigheder.

Vores oplevelse er, at det er passende at bruge et par timer om dagen i to uger til en workshop, men prøv jer lidt frem. Bare husk, at det er vigtigt at have nok tid til historiefortællerne, så de hjælpes til at føle sig trygge og opnår mest mulig selvbestemmelse og ejerskab. Vi anbefaler også, at workshoppen ikke er spredt over for lang en tidsperiode, da det kan være svært for deltagerne at huske deres arbejde, og hvad de har lavet, hvis der går for lang tid imellem.

Hvordan finder jeg mine deltagere, og hvordan forbereder jeg dem?

Alle er i stand til at deltage i en DS-workshop uanset færdigheder. Det varierer meget, hvor meget deltagerne kan gøre selv, og derfor er det, som før nævnt, vigtigt, at du kender dine deltagere, så du kan vælge de rette byggesten og finde en balance mellem at udfordre og træde til med færdigheder.

Det er selvfølgelig afgørende, at historiefortælleren deltager af egen vilje. Alt efter hvilket land, du er i, har du måske også brug for samtykke fra en værge. Lige meget hvad, er det vigtigt at informere både deltagere og tæt familie grundigt om processen før workshoppen. Her kan det at læse håndbogen være nyttig, da den beskriver, hvad der skal ske i processen. Sørg også for at fortælle deltagerne, at de ikke skal fortælle deres historie alene. At de skal arbejde sammen med andre deltagere, at de skal lytte og respektere de andre, og fortæl dem om andre sociale forventninger generelt.

Vær sikker på, at deltagerne har tid til workshoppen, så de ikke bliver nødt til at stoppe halvvejs igennem.

Gruppen

Som beskrevet tidligere, er det vigtigt, at alle deltagere bliver behandlet som individer. Det er svært at konkludere på, om man skal arbejde med en homogen gruppe eller ej, der er fordele og ulemper ved begge dele. Den homogene gruppe gør workshop-flowet lettere. Det er lettere at planlægge, hvis alle kan koncentrere sig i nogenlunde samme tidsrum og det øger chancen for, at ingen keder sig, fordi øvelserne er for nemme for dem, eller de er for langt forude. Det øger også chancen for, at ingen føler sig for presset, fordi de er for langt bagude, og det er lettere for facilitatoren at håndtere, når gruppen skal dele historier, hvis der er det samme niveau af forståelse. På

den anden side kan man ikke overestimere de mange fordele ved at møde mennesker, som er anderledes end én selv, og hvis der er forskellige færdigheder i gruppen, er de måske også i stand til at hjælpe hinanden.

DS er en gruppeproces, gruppen er et vigtigt element, og det er ofte værdifuldt for mennesker med udviklingshæmning at øve deres samarbejdsevner. Men da vi arbejder med mennesker med særlige behov, som ofte har brug for 1 til 1 facilitering, kan det være nødvendigt at arbejde med en lille gruppe. Det giver mening at arbejde med en gruppe ned til 4, men det kan også blive en fin workshop med kun 2 historiefortællere, hvis andet ikke kan lade sig gøre.

KAPITEL 6: BYGGEBRIKKER

Dette kapitel beskriver, hvordan du og dine deltagere med udviklingshæmning kan gå igennem en digital historiefortællingsproces trin for trin. Byggebrikkerne har forskellige valgmuligheder, og det er op til dig som facilitator at vælge hvilke og hvor mange varianter, dine deltagere vil drage nytte af. Det er meningen, at du skal udfordre dine deltagere, uden at presse dem for hårdt. Prøv at vælg de varianter af byggebrikker, hvor dine deltagere kan gøre mest muligt selv.

BRIK 1: Lære hinanden at kende/energizers

Arbejder med: sociale færdigheder

Den første brik er især vigtig, hvis deltagerne ikke kender hinanden på forhånd, eller hvis du som facilitator ikke kender dem så godt. Det hjælper med at opbygge et trygt rum, når deltagerne langsomt lærer hinanden at kende og begynder at dele brudstykker af historier. Det kan være en god ide også selv at være med i øvelserne som facilitator. Brik 1 har mange ligheder med brik 2, hvor deltagerne skal finde deres historie. Vi bruger kreative øvelser og begynder at dele historier, og det kan godt være, at en deltager allerede finder ud af hvilken historie, de vil fortælle ved brik 1. Det er som regel en god ide at prøve flere af øvelserne i brik 1, alt efter hvor godt deltagerne kender hinanden i forvejen, og det kan også være gavnligt at bruge brik 1 gennem hele workshoppen for at fortsætte socialiseringen og det trygge rum. Alle energizers og navnelege, du kender, fungerer på dette tidspunkt, men her er nogle forslag.

Brik 1a: Det forkerte navneskilt. Fungerer godt udenfor.

Alle deltagere får et navneskilt (tilfældigt), men det er ikke deres navn, der står på! Nu er det deltagernes opgave at gå rundt imellem hinanden og spørge om hinandens navne, indtil de finder den person, som deres navneskilt tilhører, hvorefter de kan give det til dem. Ved ingen eller begrænsede læsefærdigheder, kan man tilføje et billede på navneskiltet, eller alle deltagere kan have et navneskilt på i forvejen, som de andre så kan sammenligne det forkerte navneskilt med.

Brik 1b: Tegn et selvportræt

Alle deltagere får et blank stykke papir og noget at tegne med, og nu kan du bede dem om at tegne sig selv. Når de har gjort det, er det tid til at dele, hvis de vil. En ad gangen viser de deres portræt til de andre, og beskriver deres tegning, så godt de kan. Vær parat til at stille spørgsmål om tegningen, og prøv at få dem til at fortælle en lille smule om sig selv gennem den.

Tegningerne kan senere blive brugt som visuelt materiale i deltagernes film, så gem dem endelig. I stedet for et selvportræt, kan du også bede deltagerne om at tegne en tegning af, hvor de bor, deres yndlingssted eller lignende (se brik 2). Så længe det kan åbne op for, at de fortæller lidt om sig selv, er det en givende øvelse.

Brik 1c: Dele-rundkreds

En god måde at starte morgenen på, og også en god øvelse til at øve sig i at lytte til hinanden. Alle deltagerne sidder ned i en rundkreds. Sørg for, at der ikke er nogle tomme stole eller større huller i rundkredsen, og at alle sidder tæt nok til at kunne høre hinanden. Stil nu et spørgsmål (se længere nede), som alle så får mulighed for at svare på, en efter en. Det er en god ide at give hver deltager et begrænset antal minutter, så de andre ikke mister koncentrationen, inden alle har fortalt.

Mange af spørgsmålene fokuserer på det positive, men hvis du gerne vil forsøge at tale om sværere ting, er der også nogle spørgsmål til det. Men husk at være klar til at støtte deltagerne følelsesmæssigt, hvis der er behov for det.

- Fortæl om, hvor du bor
- Fortæl om din bedste ven
- Fortæl om det, du bedst kan lide at lave
- Fortæl om din yndlingslugt, og hvad den minder dig om
- Hvis du var et dyr, hvilket dyr ville du være og hvorfor?
- Fortæl om, hvad du er god til
- Fortæl om din yndlingsmad, og hvornår du sidst fik det at spise
- Fortæl om dit yndlingstidspunkt på året og hvorfor
- Fortæl om din yndlingsmusik og hvorfor
- Fortæl om noget, du er bange for
- Fortæl om noget, du ikke kan lide
- Fortæl om noget, du synes er svært

Brik 1d: Gaven

Alle sidder i en rundkreds, og du kan starte med at tage en fantasigave fra en fantasibunke af gaver i midten af cirklen. Denne gave giver du til en af dem, der sidder ved siden af. Deltageren, som har fået den, siger tak og åbner den, og nu er det op til deres fantasi at bestemme, hvad der er indeni. Det skal de vise/mime og fortælle til de andre. Det er nu den, som fik gaven, der skal finde en ny fantasigave og give den til den næste i cirklen, og sådan fortsætter det, til alle har fået en gave.

Brik 1e: Jeg kan godt lide...

Alle sidder i en rundkreds og efter tur, fortæller og mimer deltagerne, hvad de godt kan lide. For eksempel siger en deltager, "jeg kan godt lide løver", hvorefter de efterligner en løve. Alle deltagere der så også godt kan lide løver, skal nu rejse sig op og efterligne løven. Den som fortalte, vælger nu den næste til at fortælle, og sådan fortsætter det, til alle har fortalt, hvad de godt kan lide.

Brik 1f: Din favoritfarve

Du lægger forskellige farver på et bord eller på gulvet (farvet papir eller lign.). Der skal være flere af samme farve. Deltagerne skal nu vælge deres yndlingsfarve, og herefter skal de prøve at finde en anden person i rummet med den samme farve. Når de har fundet denne person, skal de præsentere sig og så tale om, hvorfor de kan lide denne farve (f.eks. jeg kan godt lide blå, fordi jeg elsker havet). Nogle gange er det nemmere for deltagere at udtrykke, hvad de kan lide gennem farver.

BRIK 2: Finde historien

Arbejder med: langtidshukommelsen, eksplicit hukommelse, selv-refleksion, følelsesmæssigt arbejde, kreativitet, lyttefærdigheder, delefærdigheder, læse- og skrivefærdigheder

I brik 2 er målet at finde frem til den historie, deltagerne gerne vil fortælle i deres film. Det kan være alt fra historien om deres bedstemors hund til historien, om at de var ved at dø af en alvorlig sygdom, alle emner er i orden, så længe det betyder noget for historiefortælleren. Vi ønsker at aktivere deltagerens hukommelse og selv-refleksion. Dette gør vi igennem en række kreative øvelser, som vi håber vil vække minder, der kan danne basis for den historie, deltagerne vil fortælle. Øvelserne arbejder på forskellige niveauer, og det kan være godt at prøve så mange som muligt. Væ dog opmærksom på, at det godt kan forvirre nogle deltagere i vores målgruppe, hvis de har fundet en historie, de gerne vil fortælle, og at du så beder dem om at fortælle andre (gennem øvelserne). Prøv at læse din deltager og bedøm hvor mange øvelser, der giver mening. Hvis en deltager har delt flere historier gennem de kreative øvelser, kan du hjælpe dem med at finde den, de helst vil fortælle, når du faciliterer det individuelle arbejde med historien.

Det er en god ide at forsøge at observere det emotionelle udtryk hos dine deltagere, når de fortæller en historie den første gang. Dette kan hjælpe dig med at bistå dem med at genfinde og måske beskrive de følelser, når deltageren skriver deres manuskript. Vær opmærksom på, at de kreative øvelser kan være meget emotionelle for nogle, så husk at have tid til følelsesmæssig støtte, hvis det er nødvendigt.

Brik 2a: Tegning

Giv deltagerne et blankt papir og noget at tegne med, og bed dem om at tegne deres favoritsted (det må gerne være et sted, som ikke findes mere) eller deres barndomshjem/barndomsgade. Det gælder ikke om at tegne pænest, men om at huske ting fra det sted. Når deltagerne er færdige med tegningen, kan de dele den med resten af gruppen. Som facilitator kan du spørge ind til deres sanselige minder som f.eks. lyde, farver, smage, lugte og følelser. Tegningerne kan eventuelt senere bruges som visuelt materiale i deltagerens film.

Brik 2b: Gamle billeder

Inden workshoppen informerer du deltagerne om, at de skal tage et til tre af deres egne billeder med. Det kan være, at de kan finde dem i deres gamle fotoalbum eller på deres computer, det er uden betydning. De skal nu sidde i gruppen og efter tur dele deres billede med de andre. De skal fortælle lidt om hvad/hvem billedet forestiller og om historien bag billedet. Som facilitator kan du, gennem en guidet samtale, spørge ind til hvad der skete lige før og lige efter, at billedet var taget. Billederne kan eventuelt senere bruges som visuelt materiale i deltagernes film.

Brik 2c: Postkortet

Deltagerne får et tomt postkort, det betyder ikke noget, hvad der er på bagsiden (du kan finde gratis postkort på mange caféer). Du beder dem nu om at skrive et postkort til en person, som betyder noget særligt for dem. De skal starte kortet med "kære...", og så skrive lidt om, hvad denne person betyder for dem. Når de er færdige, kan de læse postkortet højt for resten af gruppen, hvis de vil. Ved ingen eller begrænsede læsefærdigheder kan deltagerne stadig få et postkort og lave en tegning til den særlige person i stedet. Når de deler, kan du spørge dem om deres tegning. Hvem de gerne vil sende den til, og hvad de godt kunne tænke sig at sige til dem.

Brik 2d: Objektet

Før workshoppen informerer du deltagerne om, at de skal medbringe et objekt efter deres eget valg. De skal nu dele historien bag objektet med de andre i gruppen, og hvorfor de har valgt dette objekt. Som facilitator kan du spørge ind til, hvornår de har fået det, af hvem, i hvilken anledning, og hvad de bruger det til. Objektet bliver også ofte brugt i deltagernes film.

Brik 2e: Fotosafari. God udenfor

Hvis workshoppen foregår et sted, som deltagerne kender, så bed dem om at gå en tur rundt i bygningen og området og finde et sted, de godt kan lide. Eventuelt med hjælp fra en assistent. Her kan de tage billeder af stedet, som deltageren senere kan dele med gruppen, samtidig med at de fortæller, hvorfor de godt kan lide stedet, og hvad de laver, når de er der. Det er også muligt at tage gruppen med rundt til de forskellige steder, hvis der er brug for at røre benene. Billederne kan eventuelt senere bruges som visuelt materiale i deltagernes film.

Brik 2f: Musik

Hver deltager vælger et stykke musik, som de så spiller for hinanden en efter en. Når gruppen har hørt musikken, kan hver deltager dele, hvad musikken minder dem om, hvem de har hørt det sammen med, hvornår de første gang hørte det, osv.

Brik 2g: Individuel faciliteret arbejde med historien

Efter at have lavet forskellige kreative øvelser, er deltagerne forhåbentligt alle kommet i kontakt med nogle forskellige minder og historier fra deres liv, som er vigtige for dem. Det er nu facilitatorens job at hjælpe deltagerne frem til at finde, hvilken historie de gerne vil fortælle. Først og fremmest kan du helt enkelt spørge dem om, hvilken historie de gerne vil fortælle i deres film. Hvilken historie er vigtigst på nuværende tidspunkt. Hvis det kniber med hukommelsen, kan du eventuel bruge visuel support ved at vise dem deres tegninger, postkort, objekt og billeder og spørge dem ind til de forskellige historier, som er dukket op under de kreative øvelser. Det er ofte tydeligt, hvilke historier som er mere eller mindre vigtige. Måske dukkede den samme historie endda op flere gange i løbet af øvelserne. Nogle gange vil deltagerne dog helst fortælle en helt tredje historie, end dem som dukkede op under de kreative øvelser, og det er selvfølgelig helt fint.

Når historien er fundet, er opgaven at prøve at fokusere den. Det er altid en god ide at prøve at hjælpe deltagerne til at finde en begyndelse, en midte og en slutning. Historier begynder ofte med en indledende tilstand, midten er en form for vendepunkt og slutningen er en ny og ændret situation. Prøv at hjælpe med at finde vendepunktet i historien, og hvad dette vendepunkt betød for deltageren. Et eksempel kunne være:

Da jeg voksede op, troede jeg ikke, jeg var god til noget, men så startede jeg med at danse, og siden da har jeg haft det meget bedre med mig selv. Jeg ved nu, at alle er gode til noget.

Vendepunktet her er da deltageren begyndte at danse, og der er en klar ændring fra før til efter. Selvfølgelig er det sjældent så klart, men hvis man arbejder med det, kan det ofte være en hjælp til at strukturere historien. Dette kan hjælpe et publikum med at forstå historien bedre, men vigtigere er, at det kan hjælpe deltageren til selv-refleksion.

Som facilitator kan du hjælpe med at finde vendepunktet ved at spørge ind til historien. Hvis en deltager siger "jeg vil gerne fortælle en historie om at danse", kan du f.eks. spørge "kan du huske den første gang, du dansede?", "hvordan kan det være, at du startede med at danse?", "hvorfor tror du, at du godt kan lide det?", "hvad er det bedste ved at danse?" osv. Dette kan hjælpe deltageren med at finde konkrete situationer, som de kan fortælle om og måske åbne op for nogle følelser omkring emnet samtidig.

Mange deltagere starter ud med en beskrivelse af det, de kan lide, eksempelvis, "jeg kan lide at danse, jeg går til dans hver tirsdag med mine venner, jeg er bedst til at danse tango, og jeg kan ikke lide lambada". Denne form for deskriptiv historie kan også være god for deres selvværd, men hvis du mener, at det overhovedet er muligt, så prøv at hjælp dine deltagere et skridt videre i forhold til at påbegynde et mere dybdegående arbejde med narrativet. Altså, først og fremmest at finde en begyndelse, en midte og en slutning og at finde vendepunktet. Det tilføjer en ekstra dimension til fortællingen, et sammenhæng mellem begivenhederne.

I vores arbejde med mennesker med udviklingshæmning, har vi set, at deres historier ofte er meget positive, de fortæller om de gode ting i deres liv. Det er der ikke noget galt i, men det kan også være givtigt at tale om de mere udfordrende og svære ting i livet nogle gange. DS er et godt værktøj til dette. Når deltagerne skal finde deres historie, kan du prøve at stille spørgsmål, som leder dem i retning af at reflektere over de sværere ting i livet. Om de så vælger at fortælle om disse ting, er selvfølgelig helt op til dem. Vi fraråder dog, at deltagerne fortæller en historie, som stadig er i gang. Med det mener vi, at hvis din deltager stadig går igennem noget svært, er det en god ide at invitere dem til at fortælle om noget andet. Husk tippet om at finde en begyndelse, en midte og en slutning. Hvis der ikke er nogen slutning, kan det være svært at reflektere over historien på samme måde, som hvis deltageren er kommet ud på den anden side. Som facilitator skal du så vidt muligt sikre dig, at du kan bringe din deltager sikkert igennem processen, og hvis du arbejder med mennesker, der har meget svære historier, kan du overveje om, du skal have en terapeut eller lignende tilknyttet til din workshop.

BRIK 3: Manuskript

Arbejder med: Læse- og skrivefærdigheder, struktur og kausalitet, selvrefleksion, følelsesmæssigt arbejde

Lige meget hvordan historien bliver nedskrevet, vil en masse af arbejdet med narrativet fra brik 2 flyde ind i brik 3. Brik 3 handler om at forme historien. Deltageren skal her sætte narrativets struktur op, de skal bestemme sig for hvordan de vil udtrykke den historie, de har besluttet sig til at fortælle. I hvilken rækkefølge skal den fortælles (slutningen kan f.eks. godt blive fortalt først), hvilken stil osv. Det vigtigste tip her er at holde det simpelt. Sproget skal være talesprog, ikke skrivesprog. Det skal hellere være udtrykt, som hvis

man fortæller en historie til en god ven, forholdsvis korte sætninger og nemme ord. Vi inviterer alle vores deltagere til at fortælle deres historie i 1. person, da dette for det meste vil sikre et fokus på deltagerens oplevelser, også selvom historien kan omhandle andre.

Manuskriptet bør ikke være mere end 250-300 ord, dette vil resultere i en film på 3-5 minutter. Hvis historiefortælleren taler meget langsomt, er det værd at overveje, om manuskriptet skal have færre ord.

Brik 3a: Individuelt faciliteret arbejde med manuskriptet

Hvis deltageren har skrivefærdigheder, er det facilitatorens job at være der, som en støtte i skriveprocessen. Generelt fokuserer vi på indholdet, historien. Korrekt grammatik eller stavning betyder ikke så meget, da manuskriptet alligevel skal læses højt (med mindre, selvfølgelig, at I har fokus på at udvikle deltagerens læse- og skrivefærdigheder). Nogle deltagere synes, at det er lettere at skrive i hånden end på computer, og det er selvfølgelig op til dem.

Brik 3b: Skrive sætninger eller nøgleord

Hvis deltageren har begrænsede læse- og skrivefærdigheder, er det muligt at skrive manuskriptet i sætninger eller nøgleord, som så kan fungere som støtte for voiceover-optagelsen. Nogle deltagere foretrækker også at komme på en række nøgleord først og derefter arbejde med facilitatoren på at uddybe manuskriptet derfra.

Når manuskriptet er færdigt, kan det også være en hjælp at klippe sætninger ud, så deltageren kan læse dem op, en ad gangen, til voiceover- optagelsen.

Nøgleord kan gøre voiceover-optagelsen mere fri for deltageren, da de ikke bliver begrænset af at skulle læse manuskriptet højt, men der er store fordele ved at arbejde med manuskriptet, så sigt altid efter at gøre det.

Brik 3c: Storyboard med billeder/symboler

Hvis deltageren har begrænsede læse- og skrivefærdigheder, kan det være konstruktivt at lave et storyboard. Enten et klassisk storyboard med ruder på et papir, hvori deltageren kan lave simple tegninger af plottet, eller et større storyboard, måske et A4-papir til hver tegning. Det kan også bestå af fotos eller et mix, så længe det støtter historiefortælleren i at huske historieforløbet, når de skal optage deres voiceover eller redigere filmen.

Brik 3d: Fungere som deltagerens pen

Selvom vi gerne vil have deltagerne til at gøre så meget, som de kan selv, kan det være nødvendigt at facilitatoren træder til og fungerer som deltagerens skriveredskab. Især hvis deltageren ikke har noget sprog, og hvis facilitatoren derfor bliver nødt til at hjælpe med voiceover-optagelsen senere, er det hensigtsmæssigt at have et færdigt manuskript at læse højt. Manuskriptet skal selvfølgelig udelukkende være baseret på det, historiefortælleren kommunikerer, om det så er igennem sprog, tegninger, fotos eller andet.

Brik 3e: Optage historie uden manuskript

I nogle tilfælde kan det være gavnligt at bede deltageren om at optage sin historie uden manuskript, eller endda at optage deltageren under nogle af øvelserne i brik 2. Uden manuskript kan deltageren fortælle historier mere naturligt, og det kan også bringe minder frem, som måske ikke var dukket op ellers. Det involverer dog ofte en del redigeringsarbejde efterfølgende, da optagelsen typisk vil være længere end den anbefalede længde, og vigtigere, deltageren går glip af det gavnlige arbejde med narrativet.

FACILITATOR-TIP: Jeg hjalp med at stykke de dele, som hun [deltageren] gerne ville have i sin historie, sammen i et sammenhængende narrativ, mens jeg sikrede mig, at hun havde det godt med, hvordan det blev sat sammen. Jeg læste dele af manuskriptet, som vi arbejdede på, højt, og spurgte: "skal det her blive, eller vil du gerne ændre det?". Jeg lavede med vilje fejl et par gange for at sikre mig, at hun ikke bare sagde "ja" til alle forslag.

BRİK 4: Historiecirklen

Arbejder med: læse højt, delefærdigheder, læse- og skrivefærdigheder, lyttefærdigheder, give feedback, sociale færdigheder

Historiecirklen er en essentiel del af processen i digital historiefortælling. Det er nu, at deltagerne kan dele deres historie med hinanden for den første gang. De får ydermere feedback, hvilket gør dem stolte og motiverede til at fortsætte arbejdet med deres historie. Det er måske svært for nogle deltagere at give konstruktiv feedback, men det er en god øvelse, og det understøtter også den positive gruppedynamik. Sørg for at etablere et trygt rum, hvor I ikke bliver forstyrret, sid i en rundkreds uden tomme stole eller deltagere, som sidder udenfor rundkredsen, bliv enige med deltagerne om "reglerne" for historiecirklen, såsom at de ikke afbryder hinanden, at de lytter og er respektfulde overfor hinanden, også hvis de giver feedback.

Brik 4a: Læse manuskriptet højt

Deltagerne læser en efter en deres manuskriptkladde højt. Giv dem mulighed for at sige noget inden, hvis de vil, eller efter. Hver deltager bør få nogenlunde samme tidsrum til at læse højt og få feedback, alt efter gruppens læsefærdigheder. Det kan være emotionelt og svært for nogle deltagere, så sørg for, at der er den rette støtte til dem også efterfølgende. Sørg også så vidt muligt for, at ingen afbryder, når en deltager deler. Der bør heller ikke være telefoner eller åbne laptops ved bordet.

Brik 4b: Fortælle historien fra hukommelsen

Hvis historiefortælleren ikke har et manuskript endnu eller har begrænsede læsefærdigheder, er de velkommen til at fortælle historien fra hukommelsen. Sørg for, at de stadig holder sig inden for den fastsatte tid, og at de holder sig til den ene historie, de vil fortælle. Måske med støtte fra storyboard, billeder eller facilitatoren.

Brik 4c: Facilitatoren læser manuskriptet højt

Hvis historiefortælleren ikke har et sprog eller har begrænsede læsefærdigheder, kan facilitatoren læse manuskriptet højt i historiecirklen. Sørg selvfølgelig altid for, at historiefortælleren er til stede i cirklen, og at feedback er rettet mod historiefortælleren, ikke facilitatoren.

Cirklens størrelse

Jo mere tid og støtte deltagerne har behov for i cirklen, des mindre bør den være. Dette gælder også, hvis deltagerne har svært ved at koncentrere sig i længere tid. Ned til 2 deltagere giver mening (maksimum 6). Vi plejer at holde på, at historiecirklen ikke bør afbrydes og fortsættes på et senere tidspunkt. Dette forstyrrer det trygge rum, som skabes, og det kan være svært for nogle deltagere.

Feedback

Hvis det er svært for deltagerne at give feedback, har vi oplevet, at det fungerer rigtig godt at bruge store emojikort (find dem du vil bruge online, print dem i stort (A5) og laminér dem). Start historiecirklen med at forklare, hvad hvert kort symboliserer. Brug ikke vrede eller eventuelt sårene emojis, men de positive, triste, overraskede osv. Alle deltagere får et sæt kort, og når en historiefortæller er færdig med at dele deres historie, kan de(t) kort, som passer til deres mening om historien, holdes op, så alle kan se dem. Hvis en deltager vil give uddybet feedback, skal du som facilitator så vidt muligt sørge for, at feedbacken er positiv og/eller konstruktiv, og at de holder sig til den historie, som blev delt og ikke begynder at fortælle deres egne historier. Det er vigtigt at give nogenlunde samme tid til de forskellige deltagere, uanset om de er snakkesalige eller mere tilbageholdende.

Hvis deltagerne har begrænset hukommelse, er det muligt at bruge visuel støtte, som symboliserer hver historie. Hvis en deltager fortæller en historie om deres bedstemor, kunne det være et billede eller en tegning af hende, som de andre deltagere kan kigge på, mens historien bliver delt, og når der skal gives feedback.

BRIK 5: Voiceover-optagelse

Arbejder med: læse højt, skrive- og læsefærdigheder, tekniske færdigheder

Voiceover-optagelsen er et personligt lag i filmene, som er vigtigt for forståelsen af historien. Det kan være skræmmende at høre sin egen stemme på optagelse, men vi mener, at det er vigtigt, at vi hører historiefortælleren, hvis det på nogen måde er muligt.

Optagelsen kan laves på de fleste smartphones med et rigtig fint resultat, og hvis du ikke har en lydoptagerapp, er de meget nemme at finde gratis. En smartphone er nem at håndtere, den er ofte tryk og velkendt for deltagerne, og du behøver ikke at investere i ekstra gear. Men det er selvfølgelig muligt at bruge en mikrofon, enten tilsluttet en telefon, tablet eller computer.

FACILITATOR-TIP: Da vi skulle optage voiceover, var deltageren meget nervøs og havde svært ved at tale. Men så gav vi hende hendes egen mobiltelefon at tale ind i, mens vi optog. Med det samme hjalp det deltageren med at tale mere flydende, da hun var vant til at tale i telefon og følte sig tryk ved det.

Check altid kvaliteten af optagelsen, da det kan være meget negativt dominerende for den endelige film, hvis man ikke kan høre, hvad der bliver sagt pga. dårlig lyd kvalitet. Hvis deltageren er svær at forstå, kan man tilføje undertekster til filmen senere. Vi bruger simpel og gratis software til lydredigering og nogle gange optagelse. Det er også muligt at redigere lyd i nogle videoredigeringsprogrammer, hvis dette er nemmere. Der vil ofte være brug for at klippe et par ting ud, det kan være baggrundslyde, småfejl eller facilitatoren, der hjælper.

Det er for det meste en god ide at øve højt læsningen med deltagerne, da det gør selve optagelsen bedre. Det giver deltagerne mulighed for, måske med hjælp fra facilitatoren, at lave noter i manuskriptet. Hvornår de skal holde pauser, hvornår de skal tale langsommere, hvordan man udtaler svære ord osv.

Til optagelsen er det vigtigt at finde et komfortabelt, stille sted, hvor deltagerne føler sig trykke. Det kan være svært på nogle lokationer, men overvej det inden workshoppen start. Det kan være, at du må lave aftaler med andre i bygningen, så de ikke smækker med døre, spiller højt musik osv. Undgå at optage på badeværelser eller i større rum, da der er dårlig akustik, og hvis I har mulighed for det, kan du bygge et lille hjemmestudie ud af puder,

tæpper, dyner og lignende rundt om mikrofonen, da dette vil øge lyd kvaliteten og reducere baggrundslyde.

Tips til en bedre lyd kvalitet

Tip 1: Byg et hjemmestudie. Lyd kvaliteten er vigtig, især hvis du har deltagere, som ikke taler tydeligt. Find et stille rum, ideelt indrettet med en masse tunge ting, møbler, bøger, gulvtæpper osv., som absorberer lyd. Check om der er baggrundsstøj (ventilatorer, køleskabe og lignende). Stil op så deltagerne kan sidde eller stå komfortabelt. Brug aldrig badeværelser, kældre eller lignende steder med ekko. Hvis der er behov for det, kan du medbringe ekstra tæpper, puder og dyner til at "polstre" området omkring mikrofonen.

Tip 2: Slap af. Forsøg at få deltagerne til at slappe af, og mind dem om ikke at være bange for at stoppe og bruge pauser, når I optager.

Tip 3: Lad være med at holde papiret. Hvis deltageren læser op fra et papir, så find et sted til dem, hvor de kan lægge det og stadig læse det. Hvis de holder papiret i hånden, laver det en masse baggrundsstøj. Hvis deltageren læser op fra en computer, bør du være opmærksom på, at hvis computerens ventilations starter, bliver det opfanget af mikrofonen.

Tip 4: Hvis I bruger mikrofon. Check om mikrofonen har forskellige indstillinger og sørg for, at den er så retningsbestemt som muligt.

Tip 5: Optag altid voiceoveren i én optagelse. Hvis deltageren laver en fejl, hoster, hvis der er en høj lyd i baggrunden eller lignende, er det fint. Bare bed dem om at stoppe og gå tilbage og sige sætningen igen, mens du stadigvæk optager. Det er nemt at klippe fejl osv. ud efterfølgende. Prøv aldrig på at klippe flere optagelser sammen, man kan altid høre forskel på optagelserne. Stemmen er en smule anderledes, den følelsesmæssige tone, baggrundsstøj, afstanden til mikrofonen osv. Hvis optagelsen ikke er god nok, prøv igen, hvis deltageren ønsker at lave den om pga. en lille fejl, bliver det ofte kun værre, inviter dem til at give slip og acceptere, så I kan gå videre i processen.

Tip 6: Start og slut med 3 sekunders stilhed. Det er nemt at klippe ud, men hvis du stopper optagelsen for tidligt, er det svært at fikse. Stilheden kan ved behov også bruges til at indsætte pauser i optagelsen eller til at fjerne baggrundsstøj.

Tip 7: Hjælp deltageren ved at pege i manuskriptet. Du kan bruge en pen eller lignende til at pege på ordene, når deltageren læser. Det kan hjælpe dem til at vide, hvor de er i teksten og hjælpe dem til at holde tempoet. Vær opmærksom på, at du ikke laver en lyd, når du peger på papiret.

Brik 5a: Optage manuskriptet

Deltageren læser deres manuskript højt. Det er nemmest, hvis manuskriptet er printet. Bogstaverne bør være store nok til, at deltageren kan læse det uden problemer og være opdelt i afsnit, så det bliver mere overskueligt. Hjælp deltageren på forhånd med at skrive noter og/eller markere sætninger i manuskriptet, så de støttes i at huske pauser, svære ord osv. Det er også muligt at dele teksten på flere sider eller at klippe sætningerne ud, for at gøre det lettere for deltageren at læse.

FACILITATOR TIP: Vi opdelte manuskriptet, så hver sætning havde sin egen linje på papiret. Deltageren læste så højt, mens jeg brugte en pen til at pege på hvert ord, for at hjælpe hende med at holde tiden og ikke miste overblikket. Hvis hun lavede en fejl, brugte jeg pennen til at indikere, at hun skulle stoppe et par sekunder (jeg løftede den fra papiret), for herefter at indikere at hun kunne starte igen fra begyndelsen af den sætning, for at gøre det nemmere at redigere senere.

Brik 5b: Optage historien fra hukommelsen

Hvis deltageren har skrevet manuskriptet som nøgleord eller i form af et storyboard/billeder, kan de optage deres historie fra hukommelsen med støtte fra dette. Det er nemt at klippe i optagelsen efterfølgende, så hvis deltageren har brug for et guidende ord eller support fra facilitatoren for at huske, er det helt fint. Facilitatorens stemme kan nemt blive fjernet bagefter.

Brik 5c: Call and response

Det er også muligt at bruge call and response med deltageren, hvis de har et manuskript, men ikke kan læse det. Facilitatoren læser en sætning, som deltageren gentager og så videre. Facilitatoren klippes efterfølgende ud af optagelsen. Sørg for at have en pause mellem at facilitatoren og deltageren taler, hvilket vil gøre det nemmere at redigere.

Brik 5d: Facilitator/anden person optager manuskriptet

Det kan være nødvendigt at facilitatoren eller en anden person træder til som historiefortællerens stemme. Men selvom en anden optager manuskriptet, bør historiefortælleren altid være i rummet, og hvis de har nogen lyde eller anden kommunikation, kan dette være med i optagelsen. Dette er for at sikre den højest mulige grad af deltagelse og for at gøre historien personlig.

BRIK 6: Skabe billedsprog

Arbejder med: kreativitet, tekniske færdigheder, samarbejde

Når deltagerne skal finde billedsiden til deres historie, skal den selvfølgelig passe til den historie, der bliver fortalt. Den behøver ikke altid at vise en til en, hvad historiefortælleren siger i sin historie, det kan også være symbolsk, ideer og følelser, som kan tilføje endnu et lag til historien. Hav så mange kreative materialer klar som muligt til den byggebrik. Farver, farvede papirer, sakse, lim osv. Du bør selvfølgelig også tænke over hvor meget tid, I har til rådighed, så hvis du f.eks. finder akvarelfarver frem, skal deltagerne også have tid til at bruge dem. Sørg på forhånd for, at deltagerne har adgang til deres gamle fotoalbums eller online fotos, og at der er et kamera (smartphones er perfekte), som de kan bruge.

Brik 6a: Kigge efter billeder i gamle albums eller online

Intet vækker minder som gamle billeder, og de har en vidunderlig effekt i DS. De viser tid, de viser udvikling, de fortæller historien på en anden måde, og de tilføjer et meget personligt lag til historien. Så vi beder altid vores deltagere om at kigge i deres gamle fotoalbums eller gennem deres billeder online for at finde billeder, som har betydning for dem. Dette simple prompt er ofte mere end nok til at få deltagerne i gang med at fortælle historier, og det giver således også en visuel base tidligt i processen. Egne billeder giver ikke problemer med ophavsret og at finde gode billeder til historien, er en simpel opgave, som ofte kan klares alene.

Brik 6b: Tage billeder/video

Endnu en kreativ og forholdsvis simpel opgave er, at deltagerne tager deres egne billeder/videoer. Der er selvfølgelig endeløse muligheder. Det kan være af dem selv, som poserer til historien, eller billeder af objekter og steder i nærheden. Der vil altid være noget at fotografere, som kan symbolisere indholdet af historien på den ene eller den anden måde. Deltagerne kan spørge de andre i gruppen, om de vil være deres "skuespillere" eller "modeller", eller hjælpe dem med at tage billederne. Det er en god opgave for deltagerne at samarbejde om. Vi anbefaler, at deltagerne ikke bruger for meget video i deres historier. De fleste gratis redigeringsprogrammer vi bruger, er ikke i stand til at trække meget videomateriale, som er tungt. Det vil ende med computere, der går i sort, programmer der fryser, og en masse frustration.

Brik 6c: Tegninger/malerier

Det visuelle kan selvfølgelig også bestå af tegninger. Igen en simpel og kreativ opgave. Når deltagerne er færdige med tegningen, kan de tage et foto (digitalt) af den, og så er det klar til filmen. Mange historiefortællere vælger også at lave deres credits håndskrevne/tegnede, og alt dette er fremragende visuelt materiale til historierne. Det er personligt, og det er lige meget om historiefortælleren er "god" til at tegne. Det kommer fra det samme sted som deres historier, og vil således udtrykke den samme historie lige meget hvor abstrakt. Hvis det er svært for deltageren at tegne, kan det være en god ide at finde et billede at tegne efter, eller facilitatoren eller en anden deltager kan hjælpe med at tegne, og så kan historiefortælleren selv måske farvelægge den.

Brik 6d: Storyboard

For nogle kan det være hjælpsomt at lave et storyboard for at få et overblik over, hvordan billedsiden skal sættes sammen. Enten et klassisk storyboard med tomme firkanter på et stykke papir, hvor deltageren kan skrive nøgleord og lave simple små tegninger af historiens udvikling. Eller det kan være større, måske en A4-side for hvert billede. Det kan også bestå af fotos eller et mix, så længe det støtter historiefortælleren i at huske plottet, og hvor de skal indsætte hvilke billeder. Det kan også tydeliggøre, hvor der eventuelt mangler billeder, som så kan skabes eller findes.

BRIK 7: Musik og lyde

Arbejder med: kreativitet, tekniske færdigheder

Musik eller baggrundslude er ikke en nødvendighed i DS, nogle gange står historien bedre med voiceover alene, men musik kan understøtte følelser og atmosfære, og det kan også være en kreativ og refleksiv proces at finde den. En vigtig ting at huske er, at deltagerne altid bør finde musik uden tekst med mindre musikken spiller, når der ikke er voiceover (i slutningen eller lignende). At have musik med tekst i baggrunden af voiceoveren skaber et meget forvirrende lydbillede, og det bliver svært at forstå for publikum. Sørg altid for, at baggrundsmusik eller lyde er sat lavt under redigeringsprocessen. Vi oplever, at deltagere har tendens til at skruer for højt op, hvilket gør det sværere at høre deltagerens stemme. Et andet vigtigt aspekt er selvfølgelig oprethavelsesloven, hvis historien skal deles efterfølgende, for eksempel på de sociale medier, er det vigtigt, at deltagerne bruger musik, som ikke er beskyttet.

Brik 7a: Finde musik online

Der er mange steder online, hvor man kan finde musik, som kan benyttes frit i filmene (f.eks. creativecommons.org), og hvis du bruger iMovie, har programmet sit eget bibliotek af musik, man kan bruge. Når historiefortællerne downloader noget til at bruge i filmen, bør de skrive navnet på kunstneren ned, og hvor de fandt musikken/lyden, da dette skal nævnes i filmens credits. Vi oplever desværre ofte, at en deltager skal bruge flere timer på at finde det igen, hvis de ikke har fået det nedskrevet.

At finde musik er en opgave, som deltagerne kan bruge timer på, da der er ubegrænsede mængder af musik derude. Det kan selvfølgelig være positivt, da det er en opgave, som er forholdsvis simpel for den enkelte deltager, hvilket kan frigive lidt tid, som facilitatoren kan bruge med andre deltagere. Vær dog opmærksom på, at tiden kan gå meget hurtigt med dette.

Brik 7b: Skabe egen musik eller lyde

Hvis du har tiden og faciliteterne, er det dejligt, hvis deltagerne kan lave deres egen musik eller endda nogle gange skabe musik til hinandens historier. Så er der ingen problemer med oprethavelsesret, og det er ofte meget personligt og knyttet til historien. Der er mange muligheder, det kan være at optage en simpel lyd som nynnen, lyden af skridt, små klokker eller lignende. Men det kan selvfølgelig også være musik spillet på instrumenter, en simpel guitarklumpren, nogle toner på et klaver osv.

Brik 7c: Facilitatoren foreslår musik

Hvis det er svært for deltageren enten at søge eller skabe musik, er det altid en mulighed, at facilitatoren finder nogle forskellige stykker musik, som deltageren kan vælge imellem. Dette kan også være en god løsning, hvis I har begrænset tid.

Brik 7d: Lydsafari. God udenfor

Historiefortælleren går en tur, eventuelt med hjælp, og medbringer en smartphone eller en anden mikrofon. Inviter dem til at lytte efter lyde, som kunne være relevante for deres historie og optage dem. Det kan enten være i omgivelserne af workshop-lokationen, eller, hvis historien foregår i specifikke omgivelser, og det er muligt, kan det være konstruktivt at tage hen til et lignende sted og finde lyde. For eksempel, hvis historien er om en café, hvor deltageren arbejder, kunne de tage derhen og optage lydende fra gæsterne og kaffemaskinen.

BRIK 8: Redigering

Arbejder med: tekniske færdigheder, struktur og rækkefølgen af begivenheder

Redigeringsprocessen er der, hvor deltageren sammensætter alle lag af sin historie i sit redigeringsprogram. Voiceover, billedsiden og måske musik og lyde. Det er selvfølgelig først og fremmest vigtigt, at det sættes sammen, så det giver mening for historien. Hvis det er muligt, skal du lade dine deltagere arbejde med redigeringen selv. En stor del af redigeringen består i at trække og slippe billeder på tidslinjen, så de passer med voiceoveren. Det er en forholdsvis enkel opgave, som er tilgængelig for mange. Vi har tilsvarende oplevet, at opgaverne med at tilpasse størrelse og længde af billederne, skrive tekster og at tilføje overgange, er noget, en stor del af vores målgruppe er i stand til med facilitatorens hjælp. Nogle deltagere har brug for, at facilitatoren overtager musen, men som altid, sørg for at historiefortælleren sidder ved siden af og deltager aktivt i, hvad du laver. Det er trods alt deres beslutning, hvordan historien skal redigeres. Mange deltagere har lettere ved at bruge en tablet og således bruge fingrene direkte på skærmen i stedet for en mus.

Vi anbefaler, at deltagerne får mulighed for at øve sig i at bruge computere før workshoppen, hvis muligt. Det, samt masser af tid til denne del af workshoppen, ser ud til at være vejen til størst mulig deltagelse fra historiefortællers side. Det kan være fristende for en facilitator at overtage musen, især hvis man ikke har meget tid, men prøv at hold hænderne i lommen, mens du i stedet forklarer og viser på skærmen.

Vi bruger altid frit tilgængelige og simple redigeringsprogrammer, men da det er en evigt foranderlig verden, anbefaler vi ikke nogen specifikke her, da det hurtigt ville være forældet information. Der er mange forskellige muligheder fra helt simple til professionelle programmer, men vær opmærksom på, at målet i DS ikke er en professionel film, så lige meget hvor dygtige du eller dine deltagere er til at videoredigere, skal du søge mod så simpelt som muligt. Vælg et nemt program, dette vil også reducere tiden, som deltagerne bruger på små detaljer.

Dette er også en del af programmet, som mange facilitatorer er bange for, især hvis de ikke har arbejdet meget med computere før. Det er bestemt en fordel at have nogen på teamet, som kender en masse til den tekniske part, men du kommer også en lang vej med et grundlæggende kendskab til computere. Brug lidt tid med programmet, inden du skal facilitere, se nogle vejledninger online, prøv at lave din egen testfilm, og så vil du være i stand til at facilitere de fleste redigeringsprogrammer.

Der vil højst sandsynligt være mange situationer, hvor du ikke ved, hvad du skal gøre, der kan være problemer med programmet og teknikken, men en søgemaskine og tålmodighed er dine bedste venner! Søg på problemet online, og du vil højst sandsynligt finde et svar. Hvis computere og programmer begynder at gå ned, er det en god ide at prøve at genstarte, træk vejret engang og se hvad der sker, når du tænder igen.

Tips til redigering!

Tip 1: Gem ofte! Nogle programmer gemmer automatisk, nogle gør ikke. Sørg for at arbejdet bliver gemt ofte og fra begyndelsen.

Tip 2: Hav alt materiale til filmen i en mappe på computerens skrivebord. Voiceover, billeder, tegninger osv. bør gemmes i en mappe fra begyndelsen og ikke fjernes derfra. Hvis filerne fjernes efter, de er brugt i redigeringsprogrammet, vil mange programmer ikke kunne finde dem igen og således ikke kunne vise dem.

Tip 3: Skru musikken ned. Vi ser desværre ofte, at musikken er for høj i forhold til voiceoveren i de endelige film. Det er noget, der kan ødelægge oplevelsen, da man så ikke kan høre, hvad historiefortælleren siger. Husk deltageren på, at det er baggrundsmusik og inviter dem til at skru ned. Når din deltager og dig kommer til den endelige redigering, har I sikkert hørt lydsporet så mange gange, at I er blevet en smule "immune" over for lyden af det, så det er altid en god ide, at spørge nogle andre, om lydniveauerne er ok.

BRIK 8.1: Endelig redigering og eksport

Lige meget hvor langt deltagerne er, er det tid til at give slip, når vi når til den endelige redigering. Måske er de langt nok til at sidde med små detaljer som overgange, zoomeffekter osv., måske er det vigtigst at få de sidste billeder ind i den rigtige rækkefølge. Sørg dog altid for at have nok tid til, at deltagerne kan nå at lave credits. Disse kan skrives i programmet, eller historiefortælleren kan skrive/tegne dem på papir, hvilket de så kan tage et billede af og importere til redigeringsprogrammet. Hvis deltageren har begrænsede skrivefærdigheder, kan du hjælpe med at skrive, det som skal skrives, på et andet stykke papir, hvilket de så kan kopiere, mere eller mindre som at kopiere en tegning.

I er nu klar til den endelige eksport, og vær opmærksom på, at det kan tage lang tid (alt efter hvilket program, og hvor tunge filerne er). Så undgå at gemme det til sidste øjeblik før fremvisningen. Når historierne er eksporterede som videofiler, kan du samle dem på den computer, du vil vise dem fra, så er I klar til fremvisningen.

BRIK 9: Fremvisning og fejring

Arbejder med: sociale færdigheder, delefærdigheder, lyttfærdigheder, give feedback

Det hårde arbejde er overstået, og det er tid til at fejre det. Først og fremmest er det vigtigt at spørge deltagerne, om det er ok, at deres film bliver vist til de andre i gruppen. Normalt er fremvisningen for gruppen alene, men det er også muligt at invitere andre interesserede. Måske familiemedlemmer, venner eller andre fra organisationen. Hvis dette er tilfældet, bør du sikre dig, at deltagerne ved det og har det godt med at vise deres film, ellers skal den ikke vises. De fleste vil være stolte af at fremvise den, men nogle synes måske, det er for personligt, og det er selvfølgelig fint. Hvis en deltager ikke har mulighed for at være med til fremvisningen, skal I ikke vise deres film. Det er deres personlige historie, og de skal selvfølgelig være til stede, når den bliver vist første gang. Igen, DS handler om deltagelse og selvbestemmelse.

Gør noget ud af fremvisningen! Prøv at lave biografstemning, køb lidt snacks og popcorn, stil stolene op i rækker, gør rummet mørkt, så man tydeligt kan se filmene og sørg på forhånd for, at projektor og højttalere virker ordentligt.

Fremvisningen er ikke kun en lang række af film. I bør også give historiefortællerne mulighed for at sige noget om deres historie og processen, hvis de vil, og efterfølgende bør der være plads til, at resten af gruppen kan give feedback. Denne gang udelukkende positiv, og kun hvis historiefortælleren vil have det. Sørg for, at der er rigeligt med pauser, så ingen bliver nødt til at gå ud midt i, at en film bliver vist, også så deltagerne får mulighed for at fordøje de mange indtryk. Inviter deltagerne til at følge de regler, I blev enige om i historiecirklen, historiefortællere kan være sårbare og nervøse, når deres film bliver vist på det store lærred.

Filmens liv efter workshoppen er selvfølgelig også op til historiefortælleren. Hvis de går med til at dele den online, skal du sikre dig, at de/deres væрге underskriver en samtykkeerklæring, hvor deltageren accepterer, at deres film bliver delt. Historiefortælleren bør altid have muligheden for at få fjernet filmen fra den platform, I har delt den på, lige meget om de før har sagt ja. Historien tilhører historiefortælleren og bør kun deles med deres accept.

Feedback

Hvis det er svært for deltagerne at give feedback, har vi oplevet, at det fungerer rigtig godt at bruge store emojikort (find dem du vil bruge online, print dem i stort (A5) og laminér dem). Start historiecirklen med at forklare hvad hvert kort symboliserer. Brug ikke vrede eller eventuelt sårene emojis, men de positive, triste, overraskede osv. Alle deltagere får et sæt kort, og når en historiefortæller er færdig med at dele sin historie, kan de(t) kort, som passer til deres mening om historien, holdes op, så alle kan se dem. Hvis en deltager vil give uddybet feedback, skal du som facilitator så vidt muligt sørge for, at feedbacken er positiv og/eller konstruktiv, og at de holder sig til den historie, som blev delt, og ikke begynder at fortælle deres egne historier. Det er vigtigt at give nogenlunde samme tid til de forskellige deltagere, uanset om de er snakkesalige eller mere tilbageholdende.

BRIK 10: Evaluering/refleksioner med deltagerne

Arbejder med: Selvrefleksion, følelsesmæssigt arbejde

Det er væsentligt at evaluere de forskellige øvelser med deltagerne igennem workshoppen, især hvis du gerne vil bruge metoden igen og med andre deltagere. Refleksionen giver dig også en løbende mulighed for at tjekke ind med deltageren og se, hvordan de har det. Som nævnt, kan nogle dele af processen være emotionelle, stressende og drænende for deltagerne, og det er din rolle som facilitator at give (eller give adgang til) den følelsesmæssige support, som din deltager har brug for. Det er også en god måde at finde ud af, om deltageren har brug for en pause eller nogle gange kan arbejde længere, end du troede.

Brug en guidet samtale med underspørgsmål og spørg også, om der var nogen ting, som var mindre rart eller svært at opleve. Måske er mindre rare minder eller tanker dukket op, og det kan være godt for historiefortælleren at reflektere over dette.

Der er en lille udfordring, da vi har fundet, at deltagerne i vores målgruppe ofte er meget ivrige efter at gøre facilitatoren glad, hvilket betyder, at de nogle gange fortæller dig det, de tror, du gerne vil høre. Hvis det er tilfældet, kan det være konstruktivt at stille "modsatte" spørgsmål. For eksempel kan du, selvom deltageren ser glad ud, spørge om de er kede af det eller sure.

Det er også muligt at bruge emojikort, når vi evaluerer og reflekterer, hvor det kan være nemmere for deltageren at udtrykke sine følelser gennem det. I det tilfælde bør der selvfølgelig også være kort, som udtrykker følelser som vrede, tristhed, forvirring, osv. Kort som ikke ville bruges til feedbackkort.

Et meget nyttigt værktøj er processkemaet, som følger byggebrikkerne. Du kan tegne det på et stort stykke papir og hænge det på væggen, eller du kan tegne det på et whiteboard. Det bør være synligt for alle deltagere. Det hjælper dig, som facilitator, til at monitorere, hvor deltagerne er i processen, men det hjælper også deltagerne meget. Til at overskue hvor de er, hvor lang vej, der er tilbage, og det styrker deres motivation. Vi anbefaler, at man lader deltagerne skrive deres navn på skemaet selv, og så, når de har afsluttet en byggebrik, kan de gå til processkemaet og sætte flueben eller krydse af, alternativt kan de lave en lille tegning, som symboliserer denne del af deres proces. Vores deltagere har ofte tegnet hjerter, smileys, stjerne eller lignende. Du kan sørge for, at de har muligheden, og at de har lidt forskellige farver at vælge mellem. Det giver deltagerne et boost af selvtillid og stolthed, når de kan krydse et felt af.

Brik 10a: Evaluering efter hver øvelse

Det er en god ide at evaluere efter hver øvelse/byggebrik, da det kan være svært at huske de individuelle øvelser efter hele processen. Du kan sætte lidt tid af ved afslutningen af hver dag, hvor du kan stille nogle få spørgsmål.

Brik 10b: Evaluering med et billede af øvelsen

I kombination med brik 10a kan du tage billeder, når I laver en øvelse/byggebrik og bruge dem som visuel support i evalueringen.

Brik 10c: Refleksion/tjekke ind

Igennem DS-processen kan det være en god ide at tjekke ind hos deltagerne. Hvordan har de det, har de overskud, er de nervøse, optimistiske osv. Du kan bruge emojikort, eller du kan tegne et termometer på et whiteboard med forskellige skalaer. Det kan f.eks. være fra glad til trist, eller fra træt til frisk, og så kan deltagerne fortælle, hvor de er henne på den skala.

Det er også en god øvelse, som træner hukommelsen, at starte hver dag med en refleksion over, hvad der er sket de andre dage på workshopen. Du kan bruge billeder som visuel support samt let at læse-håndbogen og processkemaet.

KAPITEL 7: VIGTIGE KOMPONENTER I WORKSHOPPEN

At lytte

Det kan være svært for historiefortællerne at bevare koncentrationen og at være fokuserede nok til at lytte til de andre historiefortællere, men vi har oplevet, at det er gavnligt for dem at øve sig i at lytte, kommunikere og respektere andres grænser. Visuel support kan til tider hjælpe på koncentrationen ved, at der f.eks. vises et relevant billede samtidig med, at en deltager deler sin historie.

Feedback

For nogle mennesker med udviklingshæmning er det svært at huske, og derved kan det være svært at give feedback. De kan måske huske deres egen historie og de historier, de kan lide. Som facilitator kan du spørge ind til de forskellige historier for at guide feedbacken, eventuelt støttet af billeder eller tegninger, som blev vist, da historien blev fortalt (hvis dette er tilfældet). Feedback til de andre historiefortællere bør være positiv, med mindre deltagerne forstår at give konstruktiv feedback. Feedback med emojikort er en god mulighed. Efter en historie er delt i historiecirklen eller en film er vist ved screeningen, kan resten af gruppen give feedback ved at vise det emojikort, der reflekterer deres mening om historien bedst. Emojikortene bør være simple, og der skal ikke være for mange forskellige valgmuligheder. For eksempel hjerte, smiley, tommel op, grin og ked af det. De kan findes på internettet, så det er bare at printe og laminere, og de er klar til brug.

Hukommelse

At genkalde sig meningsfulde minder fra vores liv er vigtigt for de fleste mennesker. Hukommelsen varierer meget i vores målgruppe. Ofte har deltagerne en velfungerende langtidshukommelse, hvorimod korttidshukommelsen kan være mere begrænset. Visuel support til at huske fungerer godt, og vi anbefaler at bruge dette gennem hele workshoppen. Det er også muligt at få hjælp fra deltagernes venner og familie til at huske begivenheder, men igen, pas på at de ikke overtager historien ubevidst.

Selvrefleksion/følelsesmæssigt arbejde

Selvrefleksion og følelsesmæssigt arbejde er generelt svært i målgruppen, men det kan være i fokus, når man arbejder med DS. Historiefortællerne bliver hjulpet af facilitatorerne til at finde en historie, der er meningsfuld og vigtig for dem. Det kan styrke historiefortællerne at arbejde med at udtrykke og kommunikere deres følelser og at øve sig i at beskrive deres håb, længsler og ønsker. I tilfælde af at negative følelser opstår, bør facilitatorerne være opmærksomme på, at historiefortælleren får det godt igen. Pas så vidt muligt på, at du ikke åbner et sår, som du ikke kan hjælpe med at lukke igen.

Kreativitet

Kreativt arbejde er betydningsfuldt for vores målgruppe, som en alternativ måde at udtrykke sig selv og deres individualitet. Så inviter dem til at tegne, male og skrive, så meget de kan, til at tage deres egne billeder og lave deres egen musik eller lyde, hvis det er muligt.

Det er værdifuldt at afsætte tid til energizers gennem hele workshoppen for at sætte det intense arbejde på pause og opmuntre til kreativitet og lethed.

Kommunikation

Vores deltageres kommunikationsfærdigheder kan variere fra små ansigtsbevægelser til klare sprogfærdigheder. Prøv at åbne op for nye muligheder for at kommunikere og udvikle deltagernes evner. For de historiefortællere som ikke har et talesprog, kan I bruge flere fotos, bede dem om at tegne, filme deres tegnsprog, hvis de har det, og/eller optage deres stemme og de lyde, som de måske laver. Individualitet er selvfølgelig kommunikeret gennem meget mere end talesprog. Hvis dine deltagere ikke kan tegne selv, kan du invitere dem til at finde et billede i en avis eller et blad, som beskriver deres følelser og drømme.

Digitale kompetencer

Det kommer selvfølgelig an på deltagernes færdigheder, hvor meget de kan redigere selv. Det er en meget tidskrævende proces, så mange facilitatorer vælger den nemme vej ud og gør arbejdet for dem. Men vi skal selvfølgelig huske, at historiefortælleren ejer hver eneste del af processen, og det at være aktivt involveret i redigeringsarbejdet, ikke kun vil sikre deres ejerskab, det vil

opkvalificere, bemyndige og styrke deres selvtillid, og det vil tilskynde dem til at bestemme over deres historie. Mange deltagere er i stand til at arrangere billederne i den rigtige rækkefølge, så de passer til deres voiceover og til at trække og slippe billederne hen på tidslinjen. Nogle kan redigere størrelse og længde, lave overgange og andre effekter, samt skrive titel og credits. Sørg for at udfordre din deltager og prøv at hold dine egne hænder i lommen så meget som muligt (med undtagelse af når du peger på noget på skærmen). Hvis intet andet er muligt, kan du involvere deltageren aktivt ved at have dem siddende ved siden af dig, mens du redigerer. Spørg dem jævnligt om det er, som de vil have det, sørg for at de også har hovedtelefoner på, så de kan høre voiceoveren, og hvis de kan, så lad dem pege og vise, hvor de gerne vil have deres billeder osv. Det er altid en fordel, hvis deltagerne har mulighed for at blive opkvalificeret i digitale færdigheder inden workshoppen.

Tidsstyring

Når deltagerne deler med hinanden, eller når historiefortælleren er ved at afslutte en del af processen, kan det være nødvendigt at give dem et afmålt tidsrum. Men ikke alle forstår, hvad f.eks. 10 minutter er, så det kan være nødvendigt at adressere tidsstyring specifikt. Det er vigtigt at forberede deltagerne før, og det er godt at have klare regler. Man kan bruge visuelle eller lydaserede hjælpemidler, det kunne være en lille klokke, et tegnet ur eller et bræt, hvor du kan "tage minutterne væk". For nogle historiefortællere er det ok med en lille smule tidspres. Flexibilitet fra facilitatorens side er uundværligt, og det er vigtigt at vide, hvor lang tid dine historiefortællere er i stand til at bevare koncentrationen, så du kan forudse, hvornår de har brug for en pause, inden de bliver alt for trætte.

KAPITEL 8: ETIK OG OPHAVSRET

Etik

I en metode som digital historiefortælling, hvor vi beder mennesker om at dele personlige og til tider fortrolige historier, er det vigtigt at være opmærksom på eventuelle konsekvenser for historiefortælleren og deres omgivelser. Ydermere, når man arbejder med en sårbar målgruppe, som mennesker med udviklingshæmning, er der flere etiske spørgsmål, som man bør overveje, inden man benytter sig af metoden.

Historiefortællernes velbefindende

Som facilitator er det dit ansvar, sammen med dine medfacilitatorer, at dine deltagere har det godt under workshoppen, men også før (tilstrækkelig information, og at de føler sig trygge ved at deltage på et oplyst grundlag) og efter (eventuel opfølgning, hvis der er behov for det, at der er nogen for dem, hvis de har arbejdet med svære emner). Tænk både fysisk, emotionelt og socialt velbefindende.

Facilitatorer skal have viden og ekspertise i arbejdet med mennesker med udviklingshæmning, og være opmærksomme på de specielle individuelle behov, deltagerne har. Vær også sikker på, at I tilsammen har færdighederne til at køre en workshop, såsom at facilitere en positiv gruppeproces, at støtte de individuelle deltagere gennem de forskellige aktiviteter, at kunne hjælpe med tekniske færdigheder under redigeringen, og at håndtere følelsesmæssigt svære emner. DS-processen kan åbne op for mange forskellige følelser og minder, og det er væsentligt, at du forstår dine grænser som facilitator. Hvis du ikke er terapeut, skal du ikke forsøge at være det, hvis der er brug for professionel hjælp. Men det er dit og dine medfacilitatorers ansvar, at der er en tilgængelig, hvis der opstår et behov.

Facilitatorernes velbefindende

Det kan til tider være en drænende proces at facilitere DS, derfor er det en god ide at træffe foranstaltninger, som sikrer facilitatorernes velbefindende også. Vær altid flere om at facilitere en workshop. Det er uvurderligt at have en eller flere kolleger som støtte. Først og fremmest kan I supplere hinandens

evner, en er måske god til det tekniske, en anden til at hjælpe med manuskript osv., og hvis I er usikre på noget, kan I spørge hinanden til råds. Det kan også være, at der er et emne, som er svært for dig at facilitere (måske har du oplevet noget lignende selv), så er det vigtigt at kunne bede en anden om at træde til. Det er en god ide at holde et facilitatormøde hver dag efter workshoppen, hvor man gennemgår dagens begivenheder, og hvor de forskellige deltagere er i processen. Hvis en deltager er tilbageholdende med at åbne op, kan det også være en hjælp at bede en kollega om at tale med dem. De har måske en anden forbindelse til historiefortælleren, og kan måske bringe andre sider frem hos dem.

Samtykke

Du skal sikre dig, at dine historiefortællere og/eller evt. deres værge er i stand til at træffe beslutning om deltagelse i workshoppen på et oplyst grundlag. Det samme gælder for deling af deltagernes historier. Før de beslutter sig til deltagelse, bør du forklare omhyggeligt, hvad der skal ske. Måske ved hjælp af let at læse-håndbogen. Sørg ydermere for en samtykkeerklæring om deltagelse i workshoppen til underskrift. Når filmene er færdige, bør du give deltagerne og/eller evt. deres værge en samtykkeerklæring om I må dele deres historie, samt billeder/videoer taget under workshoppen (se appendiks). Husk at historierne/filmene *altid* tilhører historiefortælleren. Du må ikke dele deres historie uden deres samtykke, og de har altid ret til at få den fjernet fra jeres internetplatform igen, også selvom de har sagt ja tidligere. Du må aldrig sælge historierne/filmene, og hvis I har fået støtte til jeres workshop fra eksterne fonde, bør I sikre jer, at alle interessenter på forhånd er informeret om historiefortællernes ejerskab.

Du kan læse mere om etik i digital historiefortælling på StoryCenters hjemmeside (på engelsk):

<https://static1.squarespace.com/static/55368c08e4b0d419e1c011f7/t/579134a05016e13dde264720/1469133984611/Ethics.pdf>

Ophavsret

Grundlæggende er ophavsret en lov, som giver en person ejerskab over det, som de har skabt. Det kan være et maleri, et fotografi, et digt eller en musikkomposition. Det ejerskab som ophavsretsloven sikrer betyder, at ejeren har eksklusive rettigheder til at gøre bestemte ting ved deres værk. Disse rettigheder omfatter retten til:

- at reproducere værket
- at distribuere kopier
- at opføre værket
- at udstille værket offentligt

Dette betyder, at ingen kan benytte f.eks. billeder, som er beskyttet af oprethavsloven uden tilladelse. Hvilket igen betyder, at når dine deltagere kigger efter materiale til at bruge i deres film, skal de som udgangspunkt undgå det, som er beskyttet af loven, med mindre de har mulighed for at spørge ejeren om lov til at bruge det. Kort sagt, er det nemmest, hvis dine historiefortællere bruger materiale, som de selv skaber (deres egne billeder og tegninger eksempelvis) eller materiale, som er frit tilgængeligt (copyleft/creative commons).

Hvis deltagerne finder materiale, som er frit tilgængeligt, skal de stadig være opmærksomme på, at de bør nævne ophavspersonen i deres credits. Hvis de ikke er sikre, bør de ikke benytte sig af det. Nogle deltagere vil argumentere for, at de alligevel ikke ønsker at dele deres historie, og hvis dette er tilfældet, kan de selvfølgelig godt se igennem fingre med oprethavsloven. Men vær opmærksom på, at mange deltagere skifter mening, når deres film er færdig, og hvis de så gerne vil dele alligevel, er det bedre, at filmen er uden beskyttet materiale og klar til at blive delt.

Det er som udgangspunkt dit ansvar som facilitator at gøre dine deltagere opmærksom på disse forhold og sørge så vidt muligt for, at de bliver overholdt i filmene. Nogle historiefortællere vil insistere på at bruge en bestemt sang eller et bestemt billede, som er beskyttet, og da det er deres film og deres beslutning, kan du ikke gøre så meget andet end at fortælle dem, at det i så fald ikke er muligt for jer at dele filmen sammen med de andre deltageres (hvis din organisation f.eks. ønsker at lægge dem på deres YouTube-kanal).

KAPITEL 9: METODE OG YDERLIGERE INFO

Indholdet i denne håndbog er baseret på den originale Berkeley DS-model og ydermere på den erfaring, som vi har samlet gennem vores arbejde i projektet, DigiStorID. Her har partnerskabet, bestående af organisationer i seks europæiske lande, arbejdet med at tilpasse den originale metode til de behov, mennesker med udviklingshæmning har. Du kan finde en mere detaljeret beskrivelse af det 2-årige projektarbejde på DigiStorIDs hjemmeside: digistorid.eu.

Alle de digitale historier, som er blevet lavet på workshops i projektet kan findes på DigiStorIDs Vimeo-kanal:

<https://vimeo.com/digistorid>

Tips til yderligere information om digital historiefortælling

1. For at få en dybere forståelse for DS og udviklingen af metoden, anbefaler vi at læse bogen "Digital Storytelling – Capturing lives, creating community" af Joe Lambert
2. Se denne introduktion til DS af StoryCenters Amy Hill:
<https://www.youtube.com/watch?v=VweHsJOeplc>
3. Hvis du er interesseret i, hvordan DS er blevet brugt, også med andre målgrupper, kan du kigge på disse hjemmesider:
 - Storycenter.org
 - Patientvoices.org.uk
 - arts.brighton.ac.uk/projects/silver-stories
 - revisioncentre.ca/

REFERENCER

DigiStorID partnerskab

Lambert, Joe: Digital Storytelling – Capturing lives, creating community
storycenter.org

DigitalStorylab facilitatormanual

PROJEKTINFORMATION

DigiStorID - Digital Storytelling for up-skilling and empowerment of learners with intellectual disabilities

Partnerorganisationer i projektet:

Upstream Stories - Danmark

Keski-Pohjanmaan koulutusyhtymä (KPEDU) -

Finland Reykjavíkur Akadémían - Island

A.N.F.F.A.S Onlus di Pordenone - Italien

Vsl Tarptautinis darbo kontaktų tinklas -

Litauen Center za izobraževanje in kulturo

(CIK)Trebnje - Slovenien

Tilknyttede partnere i projektet

Ás Styrktarfélag – Island

Šviesa - Lithuaen

Varstveno delovni center (VDC) Novo mesto, Enota Trebnje- Slovenien

Program: Erasmus+, KA2 Samarbejde for innovation og udveksling af god praksis

Projektnummer: 2018-1-SI01-KA204-046998

Akademisk output ledende partner: Keski-Pohjanmaan koulutusyhtymä, Finland

Projekthjemmeside: <https://digistorid.eu/>

Denne håndbog er udviklet af: DigiStorID-partnerskabet



Medfinansieret af Den
Europæiske Unions program
Erasmus+

Europa-Kommissionens støtte til produktionen af denne publikation udgør ikke en godkendelse af indholdet, som kun afspejler forfatterens egne synspunkter, og Kommissionen kan ikke holdes ansvarlig for den brug, der måtte blive gjort af de deri indeholdte oplysninger.