

Berätta om hur ditt liv vände • Förmedla hopp

Samtliga deltagare från Pilotkursen 2016 berättar om vad kursen tillförde.

Deltagarnas synpunkter och förslag vad gäller kursens organisation ligger till grund för BETA-versionen.



Kursen har givit mig en tydlig avgränsning och tidsperiod att arbeta utifrån. Jag har fått en struktur som varit möjlig att följa. Ser en tydligare röd tråd som underlättar mitt fortsatta arbete med mitt omfattande material.

Har fått pröva att skriva fiktion i stället för helt och hållet självbiografiskt. Fått bra metod att beskriva miljöer och känslor med få ord.

Tar med mig allt jag lärt mig nu och lägger det till alla andra erfarenheter och fortsätter mitt projekt med att försöka skriva mitt liv.

Kursen och framför allt arbetet med utvecklingstrappan hjälpte mig att tydligare se min utvecklingsprocess eftersom jag då kunde dela upp den i tidssjok. Jag har befunnit mig i slutfasen av denna process i nästan ett år och det var skönt att få hjälp att se den i sin helhet och att det faktiskt finns ett slut.

**Annelie Nilsson, coach
och förändringsarbetare, Skärhamn**



Innan kursen startade visste jag inte om jag kunde skriva alls eller om min historia var värd att berätta. Kursen har gett mig verktyg och självförtroende. Jag är positivt överraskad. Jag har fått en tro på att jag kan bli författare.

Allt har fungerat mycket bra, men berättelseskelettet och gestaltungsövningarna var det som stack ut allra mest för mig.

Har du en historia du vill skriva men inte har nån aning om hur du ska lägga upp den? Då ska du gå Veronicas kurs där du får lära dig om karaktärsskapande, gestaltning, dramaturgi och den röda tråden. Efter kursen har du ett berättelseskelett och en början på din historia.

**Patricia Erlandson, digital strateg,
Bruksvallarna**

Berätta om hur ditt liv vände • Förmedla hopp

Samtliga deltagare från Pilotkursen 2016 berättar om vad kursen tillförde.

Deltagarnas synpunkter och förslag vad gäller kursens organisation ligger till grund för BETA-versionen.



Under kursen tycker jag att karaktärs-
skapandet och dramaturgin har varit allra mest
värdefullt. Det beror på att jag har fått hjälp att
förstå hantverket i skrivandet på ett nytt sätt.

Verktygen blev viktiga i min skrivprocess. Nu
vet jag hur jag kan lära känna karaktärerna och
förstår hur jag kan utveckla min berättelse. Det
betyder mycket för mig att jag har kommit
igång att skriva "på riktigt". Enneagrammet har
gett mig ett värdefullt perspektiv, en hjälp att se
på mig själv utifrån.

Responsamtalen med de andra kursdeltagarna,
att både få och ge respons, har varit oerhört
givande. Dessa har överstigit min
förväntningar.

Parindelningen har fungerat bra. Positivt att
byta respondent vid varje övning. Reglerna vi
fick läsa inför responsamtalen var viktiga och
funktionella.

**Lotta Briné, avdelningsföreståndare på SIS,
Hornborga**



Med kursens hjälp kan jag skapa ett ramverk
för min bok, fylla den med intressant innehåll i
rätt ordning och med spännande utveckling.
Min förväntning var just ramverket och det är
guld värt.

Jag hade höga förväntningar på Dig Veronica
och de har INTE grusats det minsta, tvärtom
imponerar du och din kurs med din otroliga
pedagogik, tydlighet och värme.

Teresia K Scher, grundare av MyHeartHouse

Berätta om hur ditt liv vände • Förmedla hopp

Samtliga deltagare från Pilotkursen 2016 berättar om vad kursen tillförde.

Deltagarnas synpunkter och förslag vad gäller kursens organisation ligger till grund för BETA-versionen.



Mitt mål med skrivandet är att kunna beröra och förmedla styrka och hopp. Till den som behöver. Med Veronicas kurs är jag nu på väg. Jag har funnit min författarröst. På riktigt. - Tack Veronica!

**Jessica Gunnarsson, administratör,
Stockholm**

Kursen "Förmedla hopp" har varit mycket värdefull på flera sätt men framför allt har den gett mig en hel verktygslåda, proppfull med goda råd och bra tips för att kunna skapa struktur av min historia. För det är jag mycket tacksam.



Jag upplever också att jag genom kursen "Förmedla hopp" fått ett mycket större perspektiv och förståelse för skrivandes läkande kraft och hur det berikar mitt liv. Det ger mig livskraft. Jag har under kursens gång utmanat mig själv och vågat flera nya angreppssätt kring mitt skrivande vilket gjort att jag växt mycket som skribent. Att få testa och lära sig jobba med bildkort för att locka fram minnen, bra som dåliga, var väldigt inspirerande för skrivandet. Samtidigt blev synliggörandet av händelser och minnen även en sorts "egenterapi". Allt detta tillsammans har fått mig att inse hur långt jag faktiskt kommit på min resa. Jag kan känna alla jobbiga känslor så nära i hela mig men jag behöver inte stanna i dem. Jag har gått vidare. Det är häftigt.

Jag är tacksam för att ha fått verktyg för effektivt skrivande, struktur etc. samt insikt om hur man kan bygga variationsrika karaktärer och fördjupa deras egenskaper och handlingsmönster med hjälp av både Enneagram och OH-kort.

Kursen har gett mig kunskap. Det är befriande att kunna skriva mer strukturerat och effektivt, en helhet som är viktig för bokskapande.

Slutligen. Det var när vi gjorde en övning där vi skulle skriva utifrån en konfliktsituationen som jag kom på hur jag ska lägga upp mitt fortsatta skrivande. Jag förstod också hur jag ska implementera och arbeta med bildkorten i detta arbete.

Detta är en distanskurs i skrivande där du sätter karaktärer, synopsis och berättarskelett, dvs en gedigen grund som du snabbt kan bygga vidare på och fylla ut med kapiteltexter.

Med hjälp av bildkort skapar du en oändlig mängd varierande och trovärdiga karaktärer. Bildkorten kan även inspirera dig att komma på händelser och konflikter för att skriva en intressant berättelse.

Marie-Louise Fritzén, författare, Askim

Berätta om hur ditt liv vände • Förmedla hopp

Samtliga deltagare från Pilotkursen 2016 berättar om vad kursen tillförde.

Deltagarnas synpunkter och förslag vad gäller kursens organisation ligger till grund för BETA-versionen.



Jag har lärt mig mycket. Har gått två skrivkurser tidigare, men inte alls lärt mig att skriva självbiografiskt på dessa kurser. Detta är min tredje skrivkurs och jag tror inte att jag kommer att finna något bättre upplägg än detta. De första tre lektionerna betydde ALLT för mitt skrivande.

Jag har länge tänkt att jag ska skriva om mitt liv, men har inte hittat någon struktur tidigare. Jag har många, många dagböcker, men när jag börjat läsa i dem för att finna den röda tråden har det inte varit möjligt. Det har varit ALLDELES för mycket information.

Mitt under kursen fick jag plötsligt verktyg för att finna RÄTT information i alla mina dagböcker, men det krävs mer verktyg för att skriva en självbiografi.

Kursen har betytt väldigt mycket för mitt skrivande. Det som varit viktigast för mig och mitt fortsatta skrivande är framför allt början av kursen: Utvecklingstrappan. Karaktärschema, Gestalta din karaktär utifrån 11 frågeställningar och sist men inte minst OH-korten, som fick mig att våga öppna upp mina känslor ordentligt. Att kombinera ord- och bildkort var mycket bra för mitt skrivande.

Ellinor Wikman, specialpedagog, Göteborg



Denna kurs är outstanding!

Jag har för första gången fått en struktur och ett berättarskelett. Jag har kommit i gång med mitt skrivande jag har hittat en röd tråd i min berättelse som jag nu följer.

Jag har fått bearbeta händelser och jag har lärt mig mycket av de andra kursdeltagarna när de har delat med sig av sina berättelser till mig. Kursen överträffade mina förväntningar.

Du var klar och tydlig med dina instruktioner. Jag gillade att du hade videoklipp, där du förklarade saker och ting på ett bra och tydligt sätt.

Jag har fått kunskap om hur jag kan gå tillväga när jag skriver min självbiografi och just nu redigerar jag mitt första utkast på min bok.

Lotta Kaliff, medial vägledare & certifierad sorgbearbetare, Kumla

Berätta om hur ditt liv vände • Förmedla hopp

Samtliga deltagare från Pilotkursen 2016 berättar om vad kursen tillförde.

Deltagarnas synpunkter och förslag vad gäller kursens organisation ligger till grund för BETA-versionen.



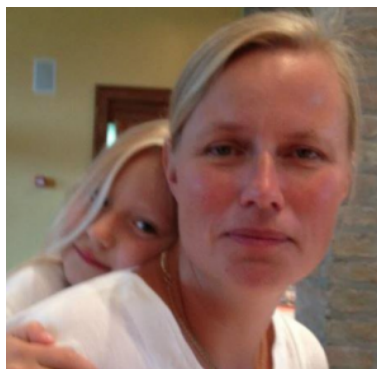
Skrivarkursen betydde väldigt mycket för mig. Jag upptäckte att jag kan förmedla mina känslor till andra. Jag har fått ovärderliga verktyg för framtiden. Kursen har betytt väldigt mycket även för mig som människa. Jag har fått placera mina tuffaste upplevelser, sorger och känslor i ljust. Det har varit en tuff och intressant resa genom kursen i sommar.

Utvecklingstrappan satte grunden till hela denna resa. Trappan fick mig att inse vad som har påverkat mig genom alla år.

Enneagrammet är mycket värdefullt som ett verktyg att kunna beskriva huvudkaraktären på ett tydligt och trovärdigt sätt. Det kommer jag använda i alla karaktärsbeskrivningar i framtiden.

Respsen två och två har fungerat väldigt bra. Jag är fascinerad över dem. Är även överraskad över hur mycket vi lärde oss på så kort tid. Tacksam för detta.

Avslutningen, vistelsen hos dig i Nässjö var också magisk på flera sätt för mig, en fantastisk, underbar och även känslös träff. Att få komma till dig, ditt öppna, varma hem och bli så omhändertagen var underbart. Och så fina samtal vi hade. Tack!
Liise Dahlqvist, projektledare och egen företagare, Älvängen



Veronica, kursen har överträffat mina förväntningar med råge. Varmt tack!

En mycket bra, professionell och mänsklig kurs. Jag har fått flera verktyg som gör att jag upplever att mitt skrivande kan resultera i något, typ en bok, den dagen jag bestämmer mig för att det är dags.

Kursen har betytt ett kliv framåt i mitt skrivande - en tro på att jag kan. Den har betytt att jag gjort saker jag är obekvämd med - talat med okända människor över webb och telefon. Och jag klarade det fint.

Kursen har betytt att jag fått bekräftelse på att det jag upplevde som barn är sant. Den har betytt att jag fått träffa nya människor och ta del av en bit av deras resa - vilken gåva.

Kursen har betytt att jag kan betrakta min egen resa lite utifrån - då gör den inte längre så ont.

Jag deltog i live-träffen i Nässjö. Den var mycket värdefull.

Kursen har betytt att jag fått träffa dig, Veronica, och vila i det ljus du sprider.
Mikaela Wickbom, familjepedagog, Eskilstuna