

# HERSTORY



Herstory (som en motsats till *history*) är ett begrepp som fanns i 1970-talets kvinnorörelse. Övningen är en matrilinear presentationsövning i ring, dvs den utgår från släktskap på moderslinjen (av latinets ord mater = moder).

Stå i ring. Låt var och en i tur och ordning säga sitt namn.

”Jag heter Maria.”

Gör sedan en ny runda där var och en först säger sitt eget namn och sedan sin mammas namn.

”Jag heter Maria. Jag är dotter till Birgitta.”

I en tredje runda lägger man till sin mormors namn.

”Jag heter Maria. Jag är dotter till Birgitta, som är dotter till Signe.”

Dotter, mamma, mormor.

Fråga gärna om det är någon som kan gå ännu längre bak. Det brukar alltid finnas någon.

Övningen skapar en speciell känsla i rummet och lyfter fram kvinnors närvaro i historien. Banden bakåt blir så påtagliga och många blir nyfikna på sin bakgrund.

Herstory är inte bara en presentationsövning, utan också ett sätt att träna på att ta plats i rummet. Det är även en bra avslutningsövning på en temadag.