

Kunstterapien i Danmark.

I århus stiftstidende d. 17.3.08 er der en indsigt som lyder "Eksperter efterlyser en ny uddannelse i kunstterapi", fordi det nu kan dokumenteres, at kunstterapi altså virker, men at dem som laver kunstterapi på hver 3. psykiatriske afdeling i Danmark, bare ikke er særlig gode til det, fordi de mangler uddannelse.

Så er det jeg tænker, hvorfor pokker ansætter de så ikke en kunstterapeut. Hvorfor lader de psykiatriske hospitaler ergoterapeuter, som jo er uddannede indenfor ergoterapi, om at dække behovet for kunstterapi. Og så tænker jeg videre, at det jo nok er fordi der ikke er nogen indenfor psykiatrien og åbenbart heller ikke indenfor journalistikken, der har opdaget, at der i Danmark er en 4-årig kunstterapeutisk uddannelse, som netop i år fejrer sin 20 års fødselsdag. Jeg vil hermed gerne, i anledning af vores fødselsdag, fortælle lidt om kunstterapi, og så måske og i bedste fald, skabe den nu dokumenterede grobund for et samarbejde med psykiatrien.

Historisk set startede kunstterapien i USA i 1940erne som organiserede uddannelsesprogrammer, og med to meget forskellige udgangspunkter. Edith Kramer var en af dem som stod for den kunstneriske tilgang, hvor det mest anses for at være den skabende proces der helbreder, mens Arthur Robbins var tilhænger af den psykodynamiske tilgang, hvor terapeuten spiller en mere aktiv rolle i terapien. Jeg vil gerne argumentere for en holdning hvor begge traditioner bliver brugt i definitionen af hvad kunstterapi er, og dermed give mit bud på, hvordan vi i Danmark kan forme en kunstterapeutisk tradition der indeholder følgende :

- 1- En skabende proces,
- 2- En spirituel dimension,
- 3- En terapeutisk proces.

Den skabende proces har til formål at åbne til det ubevidste på godt og ondt.

Det virker som om, at der er en side i psyken som igennem den skabende proces kommer til orde i form af farver, rytmer og symboler, og som i den sædvanlige samtale ikke får lov til at sige noget. Tavshed er ikke altid guld, men kan skabe nogle spændinger i krop og psyke som måske eksploderer på et tidspunkt, hvor vi er sårbare og uden det sædvanlige forsvar. Denne tilstand kan føre til det vi i vores samfund kalder for psykisk sygdom eller god kunst. Sygdommen består i, at tavsheden bliver afløst af en adfærd som afslører et tab af kontrol, og som ligger udenfor de vedtagne regler for social adfærd.

Fordelen ved den skabende proces er altså, at det utilpassede kan finde et socialt acceptabelt sted at folde sig ud og dermed skabe en bedre balance i sindet. Den skabende proces er derfor asocial i sin retning, fordi den hensynsløst udtrykker det der mangler at blive udtrykt set ud fra kroppens og ikke samfundets perspektiv. Men den er samtidig socialiserende fordi individet måske opfører sig mere "normalt" i det sociale felt, fordi alt

det asociale føres ud i billederne. Dette er et paradoks, som jeg tror er med til at forvirre psykiatriens generelle angst for de skabende processer. For hvis psykiatrien siger ja til kunstterapiens metode, ikke bare som et redskab til kontrolleret samtale, men også som et redskab til forløsning, fordybelse og udvikling, så må der ske en holdningsændring indenfor psykiatrien hvor individualitet, originalitet og anderledeshed accepteres som et formål med behandlingen, og hvor kunsten og ikke behandleren viser vejen.

Den balance et menneske kan opnå igennem den skabende proces er interessant, men ikke i sig selv forvandlende. Den flytter det usynlige indre univers ud i det konkrete billede ved at frigøre følelser, længsler, traumer, drømme og erindringer på en måde, som hverken patient eller behandler kan forudse, hvis ellers der gives tryk og frihed til det.

Men det forandrer ikke i sig selv personlighedens måde at opbygge disse indre spændinger på, med mindre de bevidstgøres igennem en efterfølgende psykoterapeutisk proces.

Nu ligger kreativitet og kaos ikke synderlig langt fra hinanden, og må vel siges at være gensidigt afhængige. For at være kreative, må vi altså tillade en lille smule hengivelse til det ukendte, slippe lidt af den sædvanlige kontrol, for at kunne udvikle os. Være bare en anelse uskyldige og ansvarsløse, i tillid til at behandleren stoler på det konstruktive i den skabende proces.

Her ved vi fra dybdepsykologiens område, at hvis behandleren ikke stoler på, at patientens ubevidste følelser og erindringer kan føre til noget godt hvis de bliver udtrykt, eller selv er bange for egne uforløste følelser, så resulterer det i at patienten heller ikke stoler på, at den skabende proces kan skabe vækst. Så ligger problemet ikke længere hos patienten, men hos behandleren. Behandleren bliver da i givet fald blot endnu en person i verden som afholder patienten fra at komme frit til udtryk.

Så hvad skal der til for at skabe en tillid til den skabende proces og alle de følelser som pludselig kan komme frem i billederne. Og vil det gå godt hvis vi som behandlere har tillid selvom vi ingenting forstår. Kan vi stole på, at der alligevel kan udvikle sig en retning som søger mod udvikling og ikke ødelæggelse. Og er der i mennesket spirituelle kræfter der er stærkere end dæmonernes, og hvad er det vi skal kunne for ikke at fare vild når kræfterne slippes løs.

Jeg har nu arbejdet som kunstterapeut i 25 år. Jeg har oplevet de mest forunderlige processer udfolde sig i kunstterapeutiske sammenhænge. Fra korsfæstelser, død, fødsel, overgreb til sorte opslugende huller og blå hunde på røde planeter, og jeg må sige, at jeg aldrig nogensinde har følt det har været nødvendigt at stoppe en proces. Jeg har gang på gang oplevet nødvendigheden af at være til stede sammen med den anden og har været med til at sætte ord på oplevelserne for at afslutte processer til at være meningsfulde, men aldrig at stoppe dem.

Disse mange oplevelser har givet mig en erfaring af, at der i mennesker er en form for styring mod helhed, som jeg kun kan kalde for spirituel. Den viser sig i billederne og i dialogerne og i de små skridt der tages hver gang en kunstterapeutisk proces afsluttes, som endnu et skridt mod livets mening. Jeg vil videre sige, at åbningen mod den spirituelle dimension i mennesket er baseret på den grad af tillid behandleren, forælderen eller hvem der nu måtte være i nærheden, viser i den givne situation.

Det er min erfaring, at tilliden til patientens potentielle spirituelle kerne, får denne afgørende funktion i forhold til patientens helbredelses rejse igennem kunsten.

En anden vigtig faktor i kunstterapeutisk arbejde er de metoder der tages i anvendelse.

At kunne foreslå en øvelse på rette tidspunkt, at kunne flytte opmærksomheden fra billedet og ind i livshistorien og måske tilbage igen på det tidspunkt, som spejler patientens parathed til at tåle konfrontationen med de følelser og erindringer der ligger i billedets symbolik. I det hele taget at bruge den tredje dimension som er billedets virkelighed på en organisk og psykologisk forsvarlig måde. Det anser jeg for at være en vigtig del af en kunstterapeutisk uddannelse, og jeg vil mene, at kun den som selv har oplevet den stærke følelsesmæssige betydning som et billede kan have, vil være i stand til tillidsfuldt at følge med patienten ind i denne magiske virkelighed, og tilbage igen.

En anden væsentlig del af træningen ligger i forståelsen for udviklingspsykologiske processer. Kunstterapien som en metode bør efter min mening hvile på et psykodynamisk udviklingspsykologisk grundlag. Det vil sige på den forskning og viden om barnets tidlige tilknytning og udvikling af kontaktevne. Samt på en viden om børns tegneudviklings betydning for personlighedens dannelse. Hele det alment psykologiske fundament kan ikke erstattes med billedskabende aktivitet kombineret med samtale alene. Derfor er det vigtigt at mennesker der bruger kreativitet indenfor behandlingsområdet får en tilstrækkelig velfunderet uddannelse i psykoterapi samt træning i at inddrage de kreative processer med udvikling for øje. Og det har de nu fået her i Danmark i 20 år, så spørgsmålet er vel, hvornår er psykiatrien parat til bruge dem.

Litteratur :

Vibeke Skov : Det skabende menneske

Vibeke Skov : Helteudvikling i parforhold

Forfatter til artikel er Vibeke Skov : uddannet cand.psyk. medlem af psykoterapeutisk forening, forfatter til 3 bøger om kunstterapi, har grundlagt og leder Institut for Kunstterapi siden 1988. Kunstterapeutuddannelsen er p.t. under evaluering efter socialministeriets kvalitetsbestemmelser til psykoterapeutuddannelser. Er udøvende glaskunstner.

www.kunstterapi.dk