

Kunstterapeutisk supervision - med fokus på individuationsprocesser v. Vibeke Skov

Abstrakt

I artiklen beskrives det, hvordan kunstterapeutiske metoder kan anvendes i supervisionsprocesser og stimulere individuationsprocessen hos de involverede deltagere. Deri ligger en beskrivelse af supervision som et gensidigt samspil mellem klient, terapeut og supervisor med det primære formål at skabe forandringsprocesser. Det undersøges, hvordan bevidste og ubevidste dele af psyken kan bringes i samspil med et eller flere kreative medier som mellemlid og danne overgang til en ny bevidsthed. Der gives et eksempel på en kunstterapeutisk supervisionsproces i en gruppe, hvor billeder og bevægelse inddrages som et led i bevidstgørelsen af parallelprocesfænomener. Endelig introduceres begrebet "fusionskompleks" som et kollektivt kompleks, der ligger dybere end det polære overførings- og modoverføringsfelt, og som igennem supervision kan gøres bevidst og være et afgørende element i forandringsprocesser.

Indledning

En psykologisk forandringsproces er efter min opfattelse altid et resultat af en kreativ proces. Til gengæld er det ikke enhver kreativ proces, der forandrer. Det afhænger af bevidsthedens mod og evne til at integrere manifestationer fra det ubevidste, som er lagt ud i det kreative produkt. Nogen gange forbliver det ubevidste ubevidst, og så har den kreative proces haft et andet formål end at skabe ny bevidsthed som for eksempel at skabe kunst. Hinz (2009) beskriver 3 former for brugbarhed af de kreative produkter, når hun siger: "A process or product could be useful in helping to release energy (Kinesthetic component), in expressing emotion (Affective component), or for providing insight (Symbolic component)" (s.173). Den kunstterapeutiske proces kan således have flere forskellige formål afhængigt af, hvordan man gerne vil bruge de kreative processer og produkter.

I denne artikel vil jeg undersøge muligheden for at inddrage kinæstetiske, affektive og symbolske erkendelsesmåder i supervisionsprocesser med henblik på at skabe forandringsprocesser i bevidstheden. Der er mange mennesker i dag, der arbejder kreativt med maleri, glas, dans eller andet, og det er måske ikke fordi, der ligger et bevidst ønske om at forandre sig bag ved, men fordi det føles godt i kroppen, eller fordi der er brug for at forløse nogle emotioner som Hinz beskriver. I min tilgang til kunstterapeutiske processer ligger fokus på at skabe forandring igennem indsigt, men kunstterapiens absolutte potentiale mener jeg ligger i, at de kinæstetiske og affektive processer er med i denne proces. Det gør kunstterapien til en metode, der muliggør et samarbejde mellem bevidste og ubevidste sider i psyken på en måde som er både sanselig, emotionel, og refleksiv, og dermed velegnet som et redskab til at skabe mærkbare forandringsprocesser i bevidstheden.

En kunstterapeutisk proces oplever jeg som kreativ, fordi den oftest ender et sted, som ikke kun er baseret på rationelle tankeprocesser, og fordi den næsten altid har et overraskelsesmoment i sig, som giver psykisk mening for alle involverede. For at kunstterapien skal fungere som en *kreativ*

proces må den efter min opfattelse involvere et samspil mellem det bevidste og det ubevidste. Hinz (2009) har beskrevet kunstterapi som en metode (Expressive Therapies Continuum), der kan bruges i forhold til mange forskellige psykodynamiske teorier og hun definerer dermed kunstterapien til at være en metode der påvirker krop og psyke på mange forskellige måder afhængig af hvilke medier man bruger, hvordan og hvornår. Det betyder at kombinationen mellem kunstterapeutiske metoder og de analysemodeller der bruges i forsøget på at integrere og forstå de kreative produkter har utallige variationsmuligheder. Kunstterapi er derfor ikke en enkeltstående metode med sit eget teoretiske fundament bag sig, men en form for aktivitet der kan bruges i terapeutisk øjemed. I denne artikel bruges kunstterapien og kunstterapeutiske metoder og direktiver i supervisionsprocesser på baggrund af den analytiske psykologi og Jungs beskrivelse af individuationsprocessen. Jeg vil derfor bruge begrebet kunstterapi som værende identisk med analytisk orienteret kunstterapi.

Supervisionsformer baseret på jungiansk psykologi er ikke så anvendte eller beskrevne i litteraturen. Måske skyldes det, at Jung var mest kendt for sit arbejde med det kollektivt ubevidste og individuationsprocessen samtidig med, at Freuds psykologi om fortrængningens fortræffeligheder i jegets tjeneste passede bedre til den etablerede psykiatris forsøg på at kontrollere og forstå det ubevidste.

Min forståelse af den kunstterapeutiske proces indbefatter at der finder et *imaginært* samspil sted mellem det bevidste og det ubevidste og at der i en psykologisk betydning er et dialektisk forhold mellem jeget og selvet.

Den kreative proces

I vores tid har de fleste mennesker det dilemma, at der ikke er tid nok til at nå det hele. Tiden er blevet effektiviseret, og der er kommet mere fokus på produktet end på processen. Disse samfundsmæssige forhold er med til at forandre vores brug af de kreative processer, så de f.eks. i folkeskolen kun anses for at være betydningsfulde, hvis der er en logisk og lineær forbindelse til forandring eller læring. I denne artikel vil jeg bruge begrebet kreativitet som udtryk for en *psykologisk proces*, der indbefatter fire faser, som beskrevet af Hintz (2009):

1. En *forberedelsesfase*, hvor der skabes tryghed til den kommende proces ved at indtage en åben attitude. Hun henviser her til Shaun McNiff (1998) og hans begreb "trust the proces".
2. En *Inkubationsfase*, hvor der modtages stimuli både udefra og indefra, og hvor der bevares en åbenhed til at se ting fra forskellige synsvinkler. Bevidstheden er ikke-fokuseret, og jegets grænser er diffuse.
3. En *illuminationsfase*, hvor de forskellige indtryk bliver sammenfaldende, og der kan opstå en form for løsning til det problem, som var udgangspunktet.
4. En *verifikationsfase*, hvor den nye ide bliver forstået, og løsningsmodeller kan være produktet i den kreative proces. Den sidste del af processen er rationel og fokuseret.

Når kreative processer bruges i supervision med det formål at skabe forandring, mener jeg, at alle fire faser må være indeholdt i supervisionen. Det betyder, at bevidstheden hos de involverede i

supervisionen må kunne tåle at bevæge sig ind og ud af forskellige bevidsthedstilstande med en tillid til, at der i sidste ende kommer en ny indsigt ud af processen.

Kunstterapeutisk supervision er derfor både et spørgsmål om brugen af kreative metoder men ligeså meget om brugen af kreativ bevidsthed.

Supervisionens formål

Siden 1990'erne har der været en tendens til at skelne mellem *patientfokuseret* supervision og *terapeutfokuseret* supervision (Jacobsen 2007). I den patientfokuserede supervisionsform bliver der lagt vægt på at udvikle terapeutens tekniske og pædagogiske kunnen, mens der i den terapeutfokuserede form bliver lagt mest vægt på modoverføringsproblematikker. En tredje supervisionsform er den *relations* orienterede eller (proces relaterede) form, hvor især parallelprocesser er blevet et kendt begreb indenfor psykoanalytiske og psykodynamiske supervisionsformer. Parallelproces henviser til det fænomen, at forholdet mellem patient og terapeut kan genopleves i supervision i forholdet mellem terapeut og supervisor (Jacobsen 2007).

Parallelprocesser gør det muligt for supervisor at få en oplevelsesbaseret viden om forholdet mellem klient og terapeut, som terapeuten måske ikke er bevidst om eller i stand til at verbalisere i supervisionen. Dale Mathers skriver for eksempel, at parallelprocesser altid er til stede i en supervision, og at supervision der ikke inddrager og bevidstgør parallelprocesser ofte bliver overfladiske og uden forandrende effekt (Mathers 2009).

Jung gik et skridt videre i beskrivelsen af kontaktfeltets muligheder, når han brugte den alkymistiske psykologi som en model på, hvad der sker i det ubevidste relationsfelt mellem to mennesker (Schwartz-Salant, 1998). Hos Mathers (2009) kan vi finde dette felt udvidet til også at indbefatte supervisor, således at der er tale om et gensidigt sammenfald af det ubevidste hos både klient, terapeut og supervisor. Fokus ligger altså ikke på klienten, terapeuten eller supervisor, men på et fælles rum, hvor summen af det ubevidste hos dem alle er indeholdt (Mathers 2009).

Schwartz-Salant (1998) beskriver den alkymistiske attitude hos terapeuten eller supervisor som en symboliserende bevidsthed, der fokuserer på et felt, der ligger bagved overføring og modoverføringsfeltet eller på feltet mellem jeget og selvet. Han siger, at det er bevidstheden om dette felt, som er den ”primære transformative faktor” (s. 17).

Supervisors rolle og funktion.

Supervisors måde at bruge sig selv på i supervisionsprocessen, baserer sig først og fremmest på supervisors individualitet og funktionstype. Martin Stone (i Mathers 2009) beskriver de 4 funktionstyper som Jung har beskrevet i sin typologi, - tænkning, følelse, intuition og sansning, som et væsentligt aspekt ved supervisors måde at sanse, forstå og handle på i supervisionen. Dertil kommer at *supervisanden* kan have en meget anderledes funktionstype end supervisor, og at dette i sig selv kan være med til at aktivere modoverføringsreaktioner hos supervisor, hvis supervisanden udtrykker sig på en måde som supervisor har et negativt ladet forhold til i sig selv.

Mooli (2000) peger på supervisors (og supervisandens) evne til at bruge højre hjernehalvdel i kreativ supervision, fordi en stor del af processen bygger på symboler og metaforer fra det

ubevidste hos både supervisor og supervisand. At bruge højre hjernehalvdel i supervision er ikke noget vi bare kan gøre, hvis ikke vi er trænet til det, fordi de fleste mennesker kan være bange for hvad spontane udtryk fra det ubevidste kan afsløre om deres personlighed (Mooli 2000). Schwartz-Salant (2007) beskriver analytikerens (her supervisors) funktion som en der kan "se" hvad der ligger i det ubevidste relationsfelt og som kan tage initiativ til at sprogliggøre indholdet af det fusionerede ubevidste. Det betyder at supervisor må kunne skifte mellem højre og venstre hjernedel, mellem på den ene side at være smeltet sammen med det ubevidste og på den anden side at kunne adskille sig fra det igen. Schwartz-Salant beskriver den indre proces som foregår i analytikeren undervejs i processen og henviser til de billeder, følelser, visioner og mentale forståelser, som pludselig kan dukke op i supervisors bevidsthed som en ny erkendelse (Schwartz-Salant 2007). Han siger "The new form of awareness is concrete, happening *now*, felt, seen and known in the present. It does not derive from a step – by – step procedure, cutting the world up in parts, but rather lives within a sense of totality." (s. 23)

Et af de problemer der kan opstå når den utrænede supervisor åbner op til visionære og magiske øjeblikke af forståelse, er frygten for at tage indholdet af den nye erkendelse alvorligt. Nogle kan være bange for at virke "skøre" eller "selvoptagede", mens andre kan flygte ind i umodne og intellektuelle forklaringsmodeller (Mathers 2009). Udbyttet af supervisionsprocessen afhænger således blandt andet af hvorvidt supervisor formår at adskille sig fra den ubevidste relation til supervisanden for derefter at tage initiativ til at sprogliggøre oplevelsen, men i lige så stor udstrækning af supervisors forhold til anderledes og visionære sindstilstande.

Fusions komplekset

Schwartz-Salant har kaldt et af de kollektive komplekser i det interaktive felt for "the fusional complex" (fusions komplekset), og han mener, at det er i bevidstgørelsen af dette kompleks, at supervisionen kan få en forandrende effekt (2007). Schwartz-Salant beskriver fusions kompleksets aktivering i bevidstheden hos supervisor som en kaotisk og ubehagelig oplevelse af kaos og modsatrettede følelser. Han siger dog samtidig: "It is remarkable how attempts at meeting the chaos, rather than dissociating can effect change" (2007 s.11). Det er netop på dette tidspunkt i supervisionen, at kunstterapien eller andre kreative metoder kan inddrages som et redskab til at undersøge de kaotiske følelser, som er indeholdt i det interaktive felt. De kreative udtryk kan være en mulighed for at sætte ord på tilstande, som alkymisterne beskrev som Prima Materia, og som i supervision normalt betragtes som besværlige tilstande uden værdi for supervisionens udfald. Når supervisanden og eventuelt andre i gruppen har mulighed for at projicere oplevelserne ud i f.eks. billeder, kan supervisor gøre disse oplevelser / billeder til objektet for den videre undersøgelse. I min egen funktion som supervisor foretrækker jeg at forholde mig observerende i denne fase i supervisionen. Dels fordi jeg oplever at det er vigtigere at "holde" gruppen i den udtrykkende proces og dels for at fokusere på min egen indre tilstand.

Eksempel fra praksis.

I en individuel supervision, hvor supervisanden i terapien med en selvskadende psykotisk klient påtog sig et stort ansvar for klientens udvikling, oplevede supervisanden magtesløshed, skyld, irritation og vrede samtidig med en forventning til sig selv om, at hun burde kunne "rumme og

hjælpe” sin klient. I løbet af supervisionen blev det klart for hende, at hun ved at sætte oplevelserne ud i feltet imellem dem, i stedet for at gøre dem personlige, kunne forholde sig til dem og måske endda sætte ord på disse tilstande sammen med klienten. Hun kunne dermed komme fri af modoverføringens greb, bevare sin selvstændighed (som hun var bange for at miste) og samtidig skabe kontakt med klienten.

Tillid til kaos

At have tillid til kaos er på mange måder i direkte modstrid med grundlæggende videnskabelige principper, hvor den rationelle tænkning har størst værdi. Jeg tror, vi som psykoterapeuter skal være særlig opmærksomme på ikke at bringe denne indstilling med ind i det terapeutiske rum, fordi vi dermed formidler til vores klienter, supervisander og til os selv, at de mere kaotiske følelser er værdiløse. Når jeg i en undervisningssituation sidder som supervisor for to studerende, hvor den ene er terapeut for den anden i en træningsøvelse, kan situationen fremkalde følelser hos ”terapeuten” af at være forkert og en usikkerhed på at være ”god nok”. I rollen som supervisor kan jeg aktivere forestillingen om den arketypisk dømmende fader, som ikke tillader kaos i processen, fordi det er ”bedre” at have kontrol end at have kaos. Jeg mener, det er vigtigt at terapeuten i sin træning får et kritisk forhold til sin egen indsats men uden at det er fordømmende. Selvfølgelig ødelægges en mere kreativ og fordybende udforskning af, hvad der egentlig sker i terapien, fordi den viser en skævhed hos jeget, som kan gøre forholdet til det ubevidste problematisk. I det kollektivt ubevidste felt ligger der mange sådanne billeder af, hvordan vi skal opføre os i bestemte funktioner som for eksempel i rollen som klient, terapeut og supervisor. Ud over disse forventninger ligger der også personlige erfaringer opnået igennem relationer til mennesker, som har været rollemodeller for os. Alt i alt er en væsentlig del af vores bevidsthed udsprunget fra de ubevidste kollektive komplekser, som også kommer til at udgøre et aspekt i supervisionsprocessen. Det u hensigtsmæssige ved de kollektive komplekser er, at de kan forårsage en splittelse mellem jeget og selvet, hvis jeget lytter mere til komplekset end til selvet. Den studerende kan f.eks. opleve ikke at være god nok, når den kreative proces glider ind i inkubationsfasen hvor jegets grænser bliver mere flydende, fordi det underliggende kollektive kompleks antyder, at det er bedre at have kontrol end at være diffus i bevidstheden.

At kunne ændre på den indflydelse de kollektive komplekser har på ens måde at udfylde en funktion på, kan også være et væsentligt fokus i supervisionen, fordi de samme mekanismer gør sig gældende i den terapeutiske situation og kan udgøre et centralt omdrejningspunkt i modoverføringens mekanismer.

John R. Culbreth og Charles F. Gressard (in Culbreth and Brown 2010) har beskrevet nødvendigheden af forandringsprocesser i supervision. ”The supervisee must make changes if the quality of professional services offered to the client is insufficient” (p.179). De beskriver forskellige trin i terapeutens evne til at forholde sig kritisk til egen indsats, hvilket har betydning for supervisionens udfald. Den nyuddannede supervisor har oftest mest modstand mod at forholde sig kritisk til egen indsats og har dermed vanskeligere ved at skabe forandringsprocesser end den mere øvede.

Martin Stone bringer et andet perspektiv ind i supervisionsfeltet, når han skriver, at fokus for supervision kan være individuationsprocessen både for klienten, terapeuten og supervisor (Stone i Mathers 2009). Alle tre parter kan opleve at komme i dialog med ubevidste aspekter i sig selv og dermed fremme forandringsprocesser som et led i den enkeltes individuation. Ved at sætte individuationsprocessen i centrum i stedet for klienten, terapeuten eller relationen kan supervisionen antage en mere arketypisk end personlig form, fordi individuation er noget som både klient, terapeut og supervisor er fælles om.

Fire niveauer i relationsfeltet

Schwartz-Salant (2007) beskriver oplevelsen af fusionskomplekset som en proces, der indeholder 4 forskellige bevidstheds tilstande, der afløser hinanden i en supervision, og hvor det fjerde svarer til en fordybelse baseret på den alkymistiske attitude:

1. En tilstand af kaos som indebærer, at bevidstheden er på vej ind i en proces, som er ukendt.
2. En tilstand af modsætningsfuldhed hvor både det ubevidste og det bevidste, subjekt og objekt er til stede i bevidstheden.
3. En emotionel tilstand af vrede, sorg, angst. Man kan her vælge at stoppe fordybelsen og i stedet begynde at analysere, hvem emotionerne tilhører, klienten, supervisanden eller supervisor. Man kan også som supervisor give afkald på den analytiske proces og lade sig synke ind i den sidste fase.
4. En tilstand af enhed og bevidst projektion af emotionen ind i feltet, hvorefter det bliver muligt at udforske det kollektive aspekt i relationen.

Jeg betragter de fire tilstande som Swartz-Salant beskriver, som 4 forskellige supervisions niveauer, hvor det tredje niveau nok er det mest typiske indenfor supervision, hvor parallelprocesser bruges og overførings- og modoverføringsmateriale udredes.

Individuation

Individuation beskrives i Jungiansk psykologi som en livslang proces og som jegets udforskning og forholdet til det ubevidste og til selvet. Ikke for at blive perfekt men for at blive mere hel (Mathers 2007). I modsætning til Freud er det ubevidste for Jung et selvregulerende og kreativt område i psyken, som konstant forholder sig afbalancerende og symboliserende til jegets livssituation (Knox 2003). Det var derfor Jungs overbevisning at ved at "lytte" til selvet, ville individuationsprocessen kunne folde sig ud på naturlig vis.

Han anså den psykoterapeutiske proces for at være en slags forberedelse til individuationsprocessen og lagde her hovedvægten på modoverføringens betydning i psykoterapi (Sedgwick 2001) som en måde at udforske det ubevidste på, hvor modoverføringen blev direkte anvendt som en del af den terapeutiske metode.

I modsætning til Freud var han overbevist om, at det var overføringsfeltet, som var det helende aspekt i psykoterapi, og sekundært kom arbejdet med drømme og imaginationer (Sedgwick 2001). Det var fordi han mente, at når terapeutens eget forhold til selvet (jeg-selv akse) var i balance, så var der større sandsynlighed for, at klienten fik det bedre.

Når kunstterapi anvender den analytiske psykologi som ramme for integrationsprocessen af de kreative produkter, er den rettet mod individuationsprocessen. Jung udviklede metoden ”aktiv imagination” som en (kunstterapeutisk) metode til at skabe en imaginativ og symboliserende dialog mellem jeget og selvet som en måde at relatere sig til det ubevidste på. En del af kunstterapiens formål er her først og fremmest at stabilisere jeg-selv akse, således at klientens bevidste indstilling til det ubevidste bliver mere (eller mindre) imødekommende, så individuationsprocessen kan fortsætte. Det foregår ved, at klienten udforsker dele af sin personlige historie igennem symboliserende metoder, således at klienten kan udvikle en interesse og forståelse for det sprog, som knytter sig til psykens selvregulerende center, som ifølge Jung er selvet (Knox 2003). Brugen af symbolske metoder i kunstterapi kan dermed formidle oplevelser af, at der til de personlige komplekser knytter sig kollektive (arketypiske) forestillinger eller billeder, som søger at regulere jeget mod bedre balance. Erkendelsen af psykens evne til at regulere sig selv anses for at være et vigtigt skridt på vejen mod individuationsprocessen. Ifølge Michael Fordham, som grundlagde London Developmental School, var individuationsprocessen ikke kun forbeholdt mennesker i midtvejskrise, som måske eller måske ikke begyndte at søge indad i psyken. Han mente, at individuationsprocessen starter ved fødselen (måske før), og at forholdet mellem jeget og selvet står i et dialektisk forhold til hinanden hele livet, med mindre det forstyrres af tidlige objektrelationers dårlige indflydelse på etableringen af jeg-selv akse (Sedgewick 1994). En sådan tidlig forstyrrelse af barnets naturlige udvikling og inderliggørelse af ”gode nok” introjekter, vil i givet fald afstedkomme et behov for en terapeutisk proces, som kan bringe udviklingsprocessen tilbage på sporet. Den terapeutiske proces har derfor til formål at opløse eller omkode de introjekter i psyken, som griber forstyrrende ind i det, som Fordham mente, var en naturlig individuationsproces fælles for alle. Det særlige ved den jungianske tradition er den *symboliserende* metode, hvormed denne proces foregår. I modsætning til Freud, som brugte fortolkningen som redskab til at udforske det ubevidste, så brugte Jung imaginationen.

Kunstterapi i supervision

Kunstterapi er en proces, hvor et eller flere kreative medier anvendes som et led i udforskningen af det ubevidste. Igennem symbolisering og skabende udtryksformer åbnes der til dybere lag i psyken, end det bevidste jeg normalt råder over, og der er derfor et særligt overraskelsesmoment for jeget i kunstterapeutiske processer, når det ubevidste aspekt bliver meningsfuldt, hvor det tidligere var ukendt. Den forandringsproces, som formidles igennem det uforudsigelige moment i den kunstterapeutiske proces, hvor jeget udvider sin bevidsthed igennem ny indsigt, er baseret på imaginative processer. Den er et resultat af en indre dialog mellem bevidste og ubevidste dele af psyken hos både terapeut og supervisor og den er afhængig af jegets evne (hos dem begge) til at kunne tåle forandringsprocesser.

Det ubevidste

Jung beskrev det ubevidste på to niveauer, et personligt og et kollektivt. Det personligt ubevidste indeholder forviste eller fraspaltede oplevelser fra det levede liv, mens det kollektivt ubevidste indeholder arketyper på potentialer, som ikke er blevet bevidstgjorte (Sullivan 2010). Jung skelnede

også mellem det psykisk ubevidste og det somatisk ubevidste som to forskellige lag i psyken, og Schwartz-Salant siger, at "Images have a greater chance of communicating when they emerge out of an embodied awareness of the somatic unconscious" (2007 s. 220). I dette udsagn udvikler det psykisk ubevidste sig på baggrund af en aktivering af det somatisk ubevidste, som en organisk proces der bevæger sig i retning mod bevidsthed. Sidestiller vi dette med Hinz's udsagn om at den kreative proces indeholder et kinæstetisk, et emotionelt og et symbolsk aspekt, kan vi måske antage, at de tre niveauer svarer til *grader* af ubevidsthed i den kreative proces, og at forandringsprocessen i bevidstheden i høj grad hviler på forandringsprocesser i det somatisk og psykisk ubevidste som en bevægelse fra det kinæstetiske mod det emotionelle og videre til det symbolske, hvorefter den aktive imaginative dialog bringer selve nyheden til forløsning i bevidstheden.

Når jeg som supervisor forholder mig lyttende til det somatisk ubevidste i det interaktive kontaktfelt, må jeg give afkald på at være i kontrol og snarere forholde mig nysgerrigt undersøgende i feltet i tillid til, at kaos vil udvikle mening. Det er en fordel, at deltagerne i supervisionen kender til denne måde at arbejde på og kan udholde frustrationen over ikke at forstå, så længe den nu varer. Nogen falder i søvn eller bliver fraværende, mens andre stimuleres og engageres. I den mere klassiske modoverføringspsykologi er det i disse tilstande af frustration, at de fleste terapeuter begynder at udrede og placere de oplevede følelser fra feltet som tilhørende klienten *eller* terapeuten. I Schwartz-Salants beskrivelse af fusionskomplekset skal man netop på dette punkt lade sig falde ind i oplevelsen for at kunne "se" bagved det emotionelle. I bevægelsen åbnes der til det arketyperiske lag og til en 'objektiv' virkelighed, som ikke er farvet af subjektive projektioner. I dette "tredje rum", som hverken tilhører den ene eller den anden, sker den egentlige forandringsproces i henhold til Schwartz-Salant, når begge parter får en bevidsthed om det arketyperiske felt (2007).

Modstanden mod at åbne til det interaktive felt kan vise sig, når vi som supervisorer begynder at give gode råd til terapeuten om bedre terapeutiske interventioner. Supervisanden kan opleve sådanne løsningsforslag, som kommer før end den kinæstetiske og emotionelle fase er gennemlevet, som en formidling af ikke at være god nok. Sullivan (2010) påpeger i sin beskrivelse af det analytiske arbejde den helt centrale betydning, som kontaktfeltet mellem klient og terapeut har forud for alt andet, der måtte foregå i terapien, hvis klienten skal udvikle sig.

Også i supervisions processer, hvor man søger at trænge bag ved det emotionelle lag i bevidstheden, kan det være afgørende, at der er skabt en god relation mellem supervisor og supervisand.

Analytisk orienteret kunstterapi i supervision.

Analytisk orienteret kunstterapi forudsætter efter min opfattelse følgende:

- At supervisor har en tryghed ved at bruge kreative medier og kan tåle det overraskelsesmoment, som den symboliserende proces formidler
- At både supervisand og supervisor er enige om, at supervisionen har individuationen som formål
- At supervisor kan veksle mellem en klient fokuseret, en terapeut fokuseret og en relations fokuseret tilgang til terapeutens gennemgang af klientmateriale afhængig af, hvad der bedst tjener individuationsprocessen

- At supervisor kan mærke når fusionskomplekset er aktiveret og gøre indholdet af det ubevidste til objekt for den videre udforskning

Et eksempel på kunstterapeutisk supervision i gruppe

Det er en gruppe på 7 terapeuter, som alle (på nær en) er uddannede kunstterapeuter. Gruppen mødes en dag om måneden til supervision hos mig i 6 timer. De arbejder indenfor forskellige områder i det psykiatriske system med børn og voksne. Tre arbejder med private klienter. De fleste har mødt hinanden i gruppen tidligere, så der er en god kontakt i gruppen fra starten.

I andre sammenhænge hvor deltagerne i supervisionen ikke kender hinanden så godt, bruger jeg ofte afrikanske Djember til at skabe en tryghed i gruppen, og som en invitation til at alle kommer til stede igennem det fysiske rytmeudtryk, og det lydmæssige samspil der opstår. Det foregår typisk sådan, at jeg fastholder en grundrytme på trommen, og de andre kan vælge at spille den samme rytme, eller de kan gå ”på opdagelse” og finde deres egen, som de så videre kan søge at tilpasse grundrytmen. Dermed slutter vi i en symfoni af forskellige rytmer, som udover det psykologiske formål kan virke både harmonisk og kraftfuld.

Rammen omkring supervisionen

Vi arbejder ud fra en fælles referenceramme baseret på Jungiansk teori og metode og har individuationen som et fælles formål med supervisionen. Det betyder, at vores fokus i supervisionen nogen gange er på klienten, nogen gange på terapeuten, nogen gange på det interaktive felt, afhængig af hvor i processen, vi befinder os. Vi bruger et eller flere kreative medier til udforskning af det terapiforløb, som vi præsenteres for af supervisanden. Da alle har arbejdet med kreative udtryksformer i egne processer i mange forskellige sammenhænge, er der på forhånd en stor grad af tryghed til denne form for supervision. Vi undersøger i særlig grad overførings og modoverføringsoplevelser, men indtager ellers en åben holdning til de behov, der måtte opstå i situationen. Deltagerne har papir og farver klar, og jeg opfordrer dem til at åbne for en ”diffus” bevidsthed i deres måde at lytte til supervisandens fremstilling af klientforløbet og vente med at udtrykke noget på papiret, indtil supervisanden er færdig med at fortælle.

Forberedelsesfasen som Hinz har beskrevet som den indledende fase til en kreativ proces glider her over til den næste fase, inkubation.

I supervisionen bliver deltagerne således bedt om at forholde sig i en åben tilstand, hvor de er i kontakt med den somatisk ubevidste side af sig selv for igennem det interaktive felt at forbinde sig med det somatisk ubevidste felt hos supervisanden. Nathan Swartz-Salant skriver :” the somatic unconscious is experienced as pains, discomforts, tensions, constrictions, energy, arousal, and other feelings of embodiment (p.72 1998). I Hinz’s beskrivelse af incubationsfasen, betegnes denne som en tilstand med diffus bevidsthed (som et alternativ til en fokuseret bevidsthed), og hvor de udefrakommende indtryk ikke fortolkes ud fra mentale forestillinger, men sanses i kroppen.(Hinz 2009).

Klientpræsentation

Supervisanden vil gerne have fokus på, hvordan hun kommer videre med klienten. Skal hun lade sig føre af sted af klientens meget hurtige og snakkende adfærd eller holde fast i den forberedelse, som hun har lavet efter deres sidste møde sammen? Hun oplever, at det er svært at ”afbryde” klienten og føler, at hun ”bør” vente til hun er færdig med at fortælle, selvom hun igennem terapien oplever, at hun både mister forbindelsen til klienten og til sig selv.

Supervisanden præsenterer klienten som en kvinde i 40'erne, der fortæller at hun befinder sig i et vadested, og at hun har problemer i forhold til mænd. Hendes barndom var præget af voldsomme oplevelser, og en far der rejste fra hjemmet, da hun var 4 år gammel. Moderen boede sammen med flere forskellige mænd, og klienten fortæller bl.a. om en oplevelse, hvor hun som 11 årig blev tvunget til at se moderen have samleje med sin kæreste. Det er 4.gang klienten kommer og hver gang har hun lavet forskellige kreative udtryk på supervisandens direktiv, men supervisanden har hver gang haft svært ved at ”bryde ind”.

Kunstterapeutisk øvelse : Bagsidemetode

Efter ca. 15 minutters præsentation bliver alle bedt om at lave et billede med oliekridt på et A-3 stykke papir ud fra den sanseoplevelse, som de har i kroppen. *Som supervisor vælger jeg ikke at lave billeder, men i stedet at fokusere på den tilstand som jeg selv har i kroppen. Jeg har en forventning til at en sådan indadvendt fokusering hjælper mig til at bringe processen videre fra det somatisk ubevidste til det psykisk ubevidste i mig selv, så jeg dermed kan forberede mig på at samle deltagerens visioner. Desuden ønsker jeg ikke at mit kreative udtryk, skal være mere ”rigtigt” end de andres fordi jeg befinder mig i rollen som supervisor.*

Formålet med deltagerens udtryk er, at projicere det somatisk ubevidste ud i et billede, så det afgrænser sig fra kroppen og i stedet bliver visuelt tilgængeligt for videre undersøgelse.

Bagefter bliver de bedt om at lave en eller flere bagsider til det første billede (Skov 2009). En bagside laves ved at man lægger et nyt stykke papir ovenpå det første billede og tegner et omrids op af de linjer, der skimtes igennem papiret. Dernæst laves der en ”aktiv imagination” ud fra de linjer, som er overført på det næste stykke papir ved, at der associeres (projiceres) et symbol ind i linjerne, som ikke i udgangspunktet har nogen umiddelbar sammenhæng til det første stemningsbillede. De ender så med at have mindst to billeder hver, som de giver et navn til sidst.

Det første billede udtrykker den stemning, som deltagerne har i kroppen efter præsentationen. Det andet billede (bagsiden) udtrykker den ubevidste kompensatoriske reaktion til det første billede og anviser som sådan, det der mangler i en given situation, for at den er hel.

Deres titler til det første billede lyder:

- Uro, forvirring, smerte
- Træde vande, håbløshed
- Op/ned – usikkert
- Væmmelse – vrede
- Hulhed – dommer
- Diffus virvar, forvirret
- Virvar, følelser i alle retninger

Vi snakker om fællesaspektet i billederne og genkender i de fleste en form for modsætningsfuldhed, som når to kræfter går imod hinanden og skaber kaos.

Min funktion som supervisor er her at stille spørgsmål ind til billederne uden at jeg endnu på dette tidspunkt fortolker elementer eller symboler i billederne. Det er en proces hvor der sættes ord på den tilstand som før var en del af den kropslige tilstand. Mine spørgsmål er intuitive og jeg ved endnu ikke hvor vi er på vej hen. Mine spørgsmål relaterer sig til billederne og ikke til hvad de nu oplever i kroppen.

Supervisanden kan genkende de følelser, der beskrives i billederne som tilstande, hun oplever sammen med klienten i terapien, hvilket er et udtryk for, hvordan parallelprocesser arbejder i supervisionen. Deltagerne har opfanget det relationelle forhold mellem terapeuten og klienten og udtrykt disse oplevelser i billederne, som så supervisanden genkender. Supervisanden oplever også, at beskrivelserne passer til *klientens* beskrivelse af, hvordan hun føler sig fastlåst i livet. I forhold til Schwartz-Salants beskrivelse af de 4 oplevelsestyper i supervisionsfeltet svarer billederne her til fase 2 med oplevelser af modsætningsfuldhed og frustration, og til Hinz's begreb om inkubation. Indtil nu er der blevet sat ord på den tilstand som var mest tydelig og bevidst efter klientpræsentationen, og den er genkendt af supervisanden, men der er endnu ingen forløsning eller forståelse. Det ubevidste er aktiveret svarende til den kinæstetiske og affektive del af processen som beskrevet af Hinz (2009), men indsigten er ikke klar i bevidstheden endnu.

Titlerne på bagside billederne lyder:

- Ro og rent - afslapning
- Dråber af sol – indsigt - klarhed
- Synsforstyrrelse – klarsyn - behov for fokusering
- Indianer søger efter indsigt
- Øjet i masken
- Elsk mig - se mig
- Blomst – sommerfugl – veje

Også her snakker vi om en fællesnævner i billederne, og alle tilslutter sig et emne, der relaterer sig til noget med at se mere klart. Jeg spørger supervisanden, hvad hun oplever, når klienten taler for meget, hvis hun skulle reagere helt spontant fra kroppen. Hun siger, at så ville hun sige "STOP - SE – LYT".

Hun har altså en impuls i kroppen til at handle som bagsidebillederne "foreslår", men noget holder hende tilbage. Hendes egen jeg-selv akse i dette moment i terapien slår knuder og bringer hende på afveje i terapien i forhold til, hvad der kunne bringe individuationsprocessen videre for dem begge to, og så opstår der forvirring, fordi komplekset får overtaget i stedet for selvet. Mathers siger, "We have feelings about something or someone, but emotions have us" (2009 s.71) Men hvilke emotioner er det som "har" hende, og som forhindrer hende i at kunne "se" bagom forvirringen, som Schwartz-Salant mente var nødvendigt, hvis terapeuten skulle have mulighed for at distancere sig fra det fusionerede relationsfelt (Schwartz-Salant 2007). Bagsidebillederne forbinder sig med potentialet bag ved forvirringen, fordi de danner en modpol eller modsætning til den bevidste

tilstand. De repræsenterer det liv som er fraværende, og som klienten og supervisanden begge siger at de mangler.

Vi beslutter at undersøge, hvad det er, der afholder hende fra at kunne handle i overensstemmelse med, hvad hun føler.

Kunstterapeutisk øvelse: Kropslig improvisation til udforskning af modoverføringsmateriale

Jeg har igennem mange år udviklet en improvisatorisk bevægelses-øvelse som jeg bruger til at udforske relationen mellem klient og terapeut i supervisionsprocesser. Jeg bruger øvelsen til at undersøge to ting. For det første til at se hvordan kontaktfeltet udvikler sig imellem klient og terapeut med det formål at undersøge mulige modoverføringsreaktioner hos terapeuten. Det vil typisk spejle sig som en tiltagende kontaktløshed imellem dem udtrykt igennem deres bevægelser, og som et fravær af leg i kontakten. Hvis jeg sanser en kontaktløshed i feltet og får en følelse af håbløshed som udtryk for at alle muligheder for forandring synes at være udtømte, begynder jeg i min bevidsthed at "lede" efter det som mangler i bevægelsesmønsteret for at kontakten kan etableres. Når jeg "ved" hvad der mangler, stopper jeg improvisationen og "omkoder" terapeuten uden for døren, så klienten ikke kan høre hvad der bliver sagt. Det er en måde at undersøge hvad konsekvens det får, hvis terapeuten gør noget andet i samspillet med klienten. Jeg har oplevet utallige eksempler på at det har haft en positiv betydning for supervisanden, at hun/han får en kropslig oplevelse af at være i kontakt med klienten, og dermed på et symbolsk plan bryder modoverføringens negative spiral. Det kan være med til at give supervisanden en tro på at forholdet kan forandre sig, og en kropslig indikation med hensyn til hvordan det kan ændre sig. Efterfølgende verbaliserer vi processen og relaterer oplevelsen til terapeutens og klientens individuationsproces.

Jeg inviterer supervisanden til at vælge en anden i gruppen til at være klient, og sammen skal de bevæge sig på gulvet og improvisere ud fra deres roller som klient og terapeut.

De andre deltagere i gruppen har på dette tidspunkt i supervisionen en oplevelsesbaseret forståelse for klienten og vedkommendes relation til terapeuten, så der bruges ikke lang tid til at formidle klientrollen til den anden deltager.

Terapeuten og klienten improviseret af supervisanden og medspilleren må ikke bruge ord når de bevæger sig. Allerede få sekunder efter at de er startet på bevægelserne, bliver terapeuten passiv og står nærmest helt stille til sidst, i takt med at klientens hurtige og uforudsigelige bevægelsesmønster overtager situationen. Det føles som en no-way-out tilstand og efterlader i mig et indtryk af magtesløshed og total kontaktløshed imellem dem. Jo længere tid der går, jo længere kommer de væk fra hinanden. Imens de bevæger sig leder jeg efter en følelse af hvad der mangler for at kontakten kan etableres. Hvad er det terapeuten *ikke* gør, som kunne føre til at situationen bliver hel. Hvornår møder terapeuten første gang *ikke* klienten, som så reagerer på ikke at blive mødt. Jeg stopper improvisationen når jeg føler at jeg *ved* hvad der mangler i supervisandens bevægelsesmønster og hvilke bevægelser terapeuten har "glemt" i den indledende kontakt. Jeg tager supervisanden med udenfor døren og koder hende om, uden at "klienten" kan høre det. Jeg koder hende til at spejle klientens aktive bevægelser, så godt som hun kan og så se, hvad der sker. Hun

skal ikke lave nogen selvstændige eller anderledes bevægelser før end hun oplever at være i kontakt med klienten.

Denne tilstand kan sidestilles med Schwartz-Salant's begreb om bevidst at projicere det ubevidste (spejlings)potentiale ind i feltet og se hvad der sker af forandring, fremfor at analysere gentagelsesmønsteret hvor de ikke er i kontakt, med henblik på at forstå modoverføringsmekanismen. Det er samtidig en beskrivelse af verifikationsfasen i Hinz's model om den kreative proces, fordi der nu er en fokusering og indsigt i problemet.

Da de igen mødes til improvisationen og supervisanden udviser mere aktivitet i kontaktfeltet (ved at spejle), er det tydeligt, at hun får klientens opmærksomhed, og at bevægelsesmønsteret bliver mere legende. ”Klienten” siger bagefter, at hun følte sig mødt og set af terapeuten. Det overraskende moment for *supervisanden* opstår, da hun oplever at få *kontakt*. Hun havde en forventning (læs erfaring) om, at hun ved at forholde sig passivt og rummende kunne få kontakt, men det viste sig at være modsat. Da jeg spørger supervisanden, om hun har oplevet lignende situationer i sit liv, siger hun straks, at hendes mor var ligesom klienten meget snakkende, og at hun tidligt lærte at ”rumme mor”, og at mors behov var vigtigere end hendes egne. Overraskelsesmomentet i bevægelsesmønsteret formidler til hende, at hun ved at følge den impuls, hun har i kroppen, gør dem begge en tjeneste.

Supervisandens indledende dilemma med hensyn til om hun skulle følge sin egen plan for det terapeutiske forløb, eller lade klienten blive ved med at snakke, fik dermed en helt anden retning. Ingen af de to muligheder ville have bragt terapien videre, så længe hun ikke havde en følelsesmæssig kontakt med klienten. Kontakten blev forstyrret af en uforløst mor – datter relation i terapeutens egen personlighed, hvorefter modoverføringsreaktionen (rummende og lyttende og mors behov kommer altid i første række) frit kunne leve sig ud.

Mick Cooper har undersøgt hvad forskellen er på at bruge en direktiv contra ikke-direktiv metode i terapeutiske processer og kommer frem til, at en blanding synes at være den mest effektive form, set i forhold til forandringsprocesser (Cooper 2008). Hvis terapeuten vælger kun at bruge den ene metode frem for den anden (uanset hvilken der bliver foretrukket), er der flest klienter, der synes at terapien ikke hjælper dem. ” There is research to suggest that clients may *need* therapists to direct them towards deeper, and more productive, levels of processing; and that, without such directions, clients may stay at relatively superficial levels of therapeutic work” (Sachse, 2004 in Cooper 2008 s. 138). I ovennævnte eksempel er det ikke et spørgsmål om, hvorvidt terapeuten skal afbryde klienten og tage styring, eller lade klienten beholde styring, men mere *hvordan* terapeuten kan komme i samspil.

Fusionskomplekset i supervisionen

Det aktiverede fusionskompleks i denne supervision handler om *ikke* at blive *spejlet* og *set* som den man er, og den negative forvirring og konsekvens som en mangel på tidlig spejling kan få på individuationsprocessen. Terapeuten var ikke i stand til at spejle sin klient, fordi hun ikke selv er

blevet spejlet (når hun var aktiv). Og fordi jeg *ved* hvordan det føles ikke at blive spejlet fra min egen mors behov for selv at blive bekræftet, så var det muligt for mig at aflæse (projicere) potentialet ind i bevægelsesmønsteret.

Typisk er den ”gode” terapeut hos langt de fleste studerende i udgangspunkt, en som har styr på, hvad der foregår i den terapeutiske situation, mens det ud fra en alkymistisk referenceramme er en som har tillid til kaos. Pointen i den alkymistiske attitude er, at det bliver muligt at åbne bevidstheden for en anderledes form for oplevelser af det fusionerede felt, Nathan S. Salant siger, at ”the conscious experience of the field with its own sense of autonomy – an experience that is similar to a vision, or a powerful dream – is the primary transformative factor. One can be changed – often gradually, but at times quite suddenly – by such ‘field experiences’ ” (Salant 1998 s. 17). Han mener, at fokus på og virkningen af denne transformationsfaktor skal ses i sammenhæng med, at jegets udviklingsproces i vores videnskabsorienterede tid (stadigvæk) udvikler nogle forsvarsmekanismer, som skaber afstand til kroppen og til det ubevidste, og at det er dette paradoks eller modsætningsforhold, som forhindrer os i at kunne bruge det tredje rum optimalt indenfor psykoterapi. I vores kultur bliver kroppens kvaliteter ikke spejlet og bekræftet på lige fod med moralens værdier, hvilket også var Jungs begrundelse for at han ikke regnede Freuds super-ego for at have nogen værdi i forhold til individuationsprocessen. Han mente, at den bevidste moral gjorde det umuligt at lytte til selvets stemme, og at de to i bund og grund var hinandens modsætninger (Analytical Psychology, 1998). Generelt i supervisionsprocesser oplever jeg at det er moralske holdninger der skaber kontaktløsheden til klienten og kollektive forestillinger om hvordan man ”bør” være i rollen som terapeut / supervisor, og sårbarheden i forhold til de mere ”skøre”, visionære og kreative indfald fra selvet.

Set i dette perspektiv mener jeg, der kan ligge en faldgrube i brugen af de kreative processer, nemlig hvis metoderne introduceres som et underholdningsaspekt eller som et forsvar mod at forbinde sig psykisk med sine klienter, supervisander, og dermed også med sig selv. Derfor er det altid relevant for supervisor at gøre sig klart, hvilket formål han/hun har med at inddrage de kreative processer i supervisionen.

Hvis de kreative processer i supervision anvendes, som Schwarts-Salant peger på i ovennævnte citat, til at manifestere de visioner eller imaginationer, som kan udspringe fra ‘Massa Confusa’ i det interaktive felt, så kan de kreative udtryk efter min opfattelse med fordel bruges til at genskabe forbindelsen mellem de bevidste og de ubevidste processer i psyken og dermed til at fremme individuationsprocesserne.

Litteratur

The Journal of Analytical Psychology (vol. 43,no 2, 1998) The society of Analytical Psychology
Cooper, M. (2008) *Essential Research Findings*. London, Sage
Culbreth, J.R. and Brown L.L. (2010) *State of the art in Clinical Supervision*. New York, Routledge
Edinger, E.F. (1994) *The mystery of the Coniunctio*. Toronto, Inner City Books
Jacobsen, C.H., Mortensen, K.V.(2007) *Supervision af psykoterapi*. Kbh., Akademisk forlag

- Hinz, L.D. (2009) *Expressive Therapies Continuum*. New York, Routledge
- Kaufmann, Y. (2009) *The way of the image*. New York, Zahav Books
- Knox, J. (2003) *Archetype, attachment, analysis*. New York, Routledge
- Lahad, M. (2000) *Creative Supervision*. London, Kingsley
- Mathers, D. (2009) *Vision and Supervision*. East Sussex, Routledge
- McNiff, S. (1998) *Trust the process*. Boston Shambhala
- Raff, J. (2000) *Jung and the Alchemical Imagination*. Lake Worth. Nicolas-Hays
- Schwartz-Salant, N. (1998) *The mystery of human relationship*. New York, Routledge
- Schwartz-Salant, N. (2007) *The black Nightgown*. Wilmette, Chiron
- Sedgewick, D. (1994) *The wounded healer*. London, Routledge
- Sedgewick, D. (2001) *Introduction to Jungian Psychotherapy*. New York, Routledge
- Skov, V. (2009) *Kunstterapi*. Vejle, Marcus
- Sullivan, B.S. (2010) *The Mystery of Analytical Work*. New York, Routledge