

Kunstterapi

Og det gode liv

Tema: Kunstterapi og det gode liv

Tid

19. – 22. September 2019

Sted

Institut for Kunstterapi, Buen 15, 7321 Gadbjerg – DK

Kursus pris

Alle dage: 3.200,- kr.

Dagspris: 1000,-kr

Sidste dag: 600,-kr

Kost og logi

Alle dage: 2.200,- kr. (på dobbeltværelse)

Pr. dag 700,- (på dobbeltværelse)

Kun forplejning: 400,- kr. pr dag (sidste dag 250,-kr)

Man kan deltage det antal dage man ønsker.

Formålet med seminaret er, at skabe oplysning og inspiration om kunstterapiens metoder i forhold til det gode liv.

Den primære teoretiske ramme omkring seminaret er den Jungianske psykologi og den erfaring som Jung bidrog med omkring arbejdet med det ubevidste, som en forudsætning for oplevelsen af mening og helhed. Med udgangspunkt i den tidlige dannelse af personligheden, vil der være fokus på den efterfølgende tilknytning til et indre kerne Selv og på muligheden for at forandre og udvikle dette forhold igennem kunstterapeutiske metoder.

Udfordringen ligger for mange mennesker i at fastholde kontakten til sig selv, grundet de forventninger og krav der kommer udefra.

Undervisningen den første dag vil fokusere på det kropslige aspekt i kunstterapien og den livskvalitet vi kan opleve igennem den skabende proces fordi den regulerer kroppens spændingstilstand.

Anden dag på seminaret er delt i to dele, hvor formiddagen handler om hvordan personligheden kan udvikle sig ved brug af fantasi og leg, mens eftermiddagen handler om hvordan kunstterapi kan bruges til heling af forholdet til det ubevidste og til udvikling af selvverd.

Tredje dag på seminaret vil handle om hvordan vi kan udvikle os i en gruppe ved brug af kreative processer og dermed opleve en tilknytning til andre som beriger det gode liv.

Sidste halve dag vil fokusere på brugen af symboler og ritualer som selvstændige redskaber til udviklingsprocessen.

Udgangspunktet er at alle fire områder påvirker et menneskes livskvalitet, og at de kunstterapeutiske metoder kan målrettes de forskellige livsområder og dermed skabe bro til det gode liv.

Seminaret vil bestå af en vekslen mellem foredrag, workshops og forskellige aktiviteter om aftenen.

Seminaret er åbent for alle

Torsdag d. 19. september: Med kroppen i kunstterapi

Kl. 9.30 - 11.00 - Foredrag

Annie Sønnichsen: Den tidlige personlighedsudvikling

Først nogle generelle overvejelser og teorier om den tidlige personlighedsudvikling. Derefter en beskrivelse af de 2 tidligste udviklingstrin, der er fundamentet for hele personlighedsudviklingen.

Fra undfangelse til ca. 5 måneder efter fødslen. Her vil fokus være på tilknytning, empati og kernedannelse.

Fra ca. 3 måneder og indtil ca. 1½ år efter fødslen. Her vil de centrale emner være næring, omsorg og relation.

Til sidst gennemgang af både psykiske og kropslige forsvarsmekanismer for begge udviklingsperioder.

Kl. 11.15 - 13.00 - Workshops

A. Hellen Lassen: Krop og billeder

Kroppen gemmer ikke bare på fortrængte følelser og glemte sansninger, men også på billeder, bevidstheden ikke ved af. De popper op i nattens drømme som kommentarer til situationer og reaktionsmønstre i dagene før, men er også tilgængelige på et dybere og mere helhedsorienteret plan. Ved brug af simple åndedræts teknikker er det muligt at kontakte det lager af afgørende situationer fra fortiden, som kroppen stadig reagerer på og bruger mængder af energi på at undertrykke i vores dagligliv.

På workshoppen arbejder vi på forskellige måder med krop, farver og billeder, som udtrykkes i maleri og integreres via kropslig indlevelse.

B. Annie Sønnichsen og Vibeke Skov: Krop og billede-udtryk i de tidlige udviklingsfaser

Med baggrund i foredraget vil der blive instrueret i kropslige øvelser, der relaterer sig til udviklingsperioden fra 3 måneder til 1½ år. Hensigten med øvelserne er at mærke og måske genkende følelser knyttet til at modtage, give, blive afvist, få det forkerte osv. Dernæst vil der være oplæg til billedterapeutiske processer, samt efterfølgende introduktion til at knytte disse til den tidlige udviklingsperiode og i dybdepsykologisk forstand til det indre barn hos den voksne.

Eftermiddagens workshop fortsætter med kropslæsning af de to første udviklingstrin og bevægelser knyttet til de forskellige kropslige forsvarspositioner. Derefter vil vi igen

arbejde billedterapeutisk med baggrund i en dybdepsykologisk reference til det indre barn i den voksne.

C. Inez Knudsen: Kroppens vejviser til dynamisk kreativitet

Dans og bevægelse frigør endorfiner i kroppen og stimulerer lysten til indtryk og udtryk.

Vi vil sammen finde og genfinde hjernens spor til øget vitalitet og kreativitet.

Du vil få mulighed for at opleve din krop i forhold til de 5 elementer: jord, ild, luft, vand og metal.

Vi vil udforske forskellige følelsesmæssige aktiveringer fra stemninger i musikken og bevægelse og give det personligt udtryk i maleri og skulptur.

Kl. 13.00 – 15.00 - Frokost

Kl. 15.00 – 18.00 - Workshops

A. Hellen Lassen: Krop og billeder (fortsat)

B. Annie Sønnichsen og Vibeke Skov: Krop og billede-udtryk i de tidlige udviklingsfaser (fortsat)

C. Inez Knudsen: Kroppens vejviser til dynamisk kreativitet (fortsat)

Kl. 18.00 - Aftensmad

Fredag d. 20. september: Med psyken i kunstterapi

Kl. 9.30 - 11.00 - Foredrag

Ulla Asmark: Betydningen af dialog med barnets indre verden i personlighedsdannelsen

Børn 0-6 år giver spontant udtryk for deres indre verden gennem symboler og arketyper, når de tegner og fortæller. Erfaringen fra projektet *Giv ordet til børnene* viser, at det har stor betydning for børnenes udvikling, at de voksne viser interesse og lytter til det, de kan fortælle. Ud fra praksiseksempler skal vi se på, hvordan dialogen kan styrke jegfunktionerne og legen og bidrage til, at personlighedsdannelsen sker på en harmonisk måde.

Kl. 11.15 - 13.00 - Workshops

A. Ulla Asmark: Dialog og imagination

I workshoppen tager jeg tråden op fra foredraget med en konkret indføring i metoden *tekstliggørelse*, som giver mulighed for selv at gå ud og bruge metoden. Som led heri skal vi udforske den tætte sammenhæng mellem ord og billeder i et voksenperspektiv. Vi skal arbejde sammen om at tegne og fortælle og omsætte fortællingen til tekst for at få en oplevelse af, at det skaber en syntese og kan åbne nye døre til vores indre verden.

B. Sissel Bøhn og Vibeke Skov: Billeder i bevægelse

Med udgangspunkt i psykodramatiske øvelser aktiveres krop og psyke med henblik på videre udtryk i maleri. Vi vil dernæst undersøge forskellige metoder til udforskning af billeder. Dels en psykodramatisk tilgang og dels en Jungiansk. Central i denne brug af billeder vil være forholdet mellem det personlige og det arketyperiske og hvordan de to områder i psyken sammen kan bidrage til udviklingsprocesser.

C. Anne Hedeman: Jeg-dannelse, selvbevidsthed og indre styrke

Der vil være et kort oplæg, med eksempler fra praksis efterfulgt af små øvelser. Vi skal arbejde kreativt med dyresymboler og naturmaterialer med fokus på jegets dannelse, selvbevidsthed og indre styrke.

Ved hjælp af den Jungianske metode "Aktiv imagination" får du mulighed for at opleve, hvordan din egen forestillingsevne kan være en indgang til ressourcer i det ubevidste.

Kl. 13.00 – 15.00 - Frokost

Kl. 15.00 - 18.00 - Workshops

A. Karin von Daler: Traumer og kunstterapi

Traumeterapiområdet vokser med ny viden og metoder. Hvordan passer kunstterapi ind i denne udvikling? Kan vi møde traumer på en tidssvarende måde, der bevarer kunstterapiens imagination, kreativitet, leg og symbolske sprog?

Deltagerne får en smagsprøve på et kunstterapeutisk traumebehandlingsprogram, som berører krop, sind og sjæl og trækker på neurobiologi, mindfulness, internal family systems og moderne jungiansk tænkning og den antagelse, at der er noget særligt, kunstterapi har at tilbyde i traumebehandling. Vi vil også lave nogle enkle kunstterapeutiske øvelser fra programmet.

B. Sissel Bøhn og Vibeke Skov: Workshop fortsat

C. Lotte D. Pedersen: Det indre par i kunstterapi

Forholdet mellem to individer bør, for ikke at stagnere, både næres, inspireres og til tider skubbes til. Ligesom det ydre parforhold kræver også det indre parforhold pleje og måske et systemcheck.

På denne workshop vil vi undersøge det indre parforholds tilstand. Afspejler forholdet mellem de maskuline og feminine sider i psyken ydre eksistentielle forhold og har det nogle konsekvenser for oplevelsen af det gode liv? Vi vil belyse hvordan kunstterapiens metoder kan igangsætte en udviklingsproces.

Kl. 18.00 - 20.00 - Aftensmad

Kl. 20.00 - Inger Lodberg

”Nææh! Jeg havde det næsten, som om jeg var barn igen.” Det er ofte den første, glade respons, jeg får som fortæller. Det er så sjældent, vi sidder sammen i ro og mag og får fortalt en historie. Denne aften vil jeg fortælle myter og gamle eventyr eller wondertales, som er det smukke, engelske ord for netop disse historier. Fortællingerne har både rødder og vinger, saft og kraft.

Lørdag d. 21. september: Med gruppen i kunstterapi

Kl. 9.30 - 11.00 – Foredrag

Preben Grønkær: Jungs typologi og den kreative proces

Oplægget handler om, hvordan typologien kan fremme forståelsen af de udfordringer, som forskellige mennesketyper er konfronteret med i den kreative proces.

Vi skal se på, hvordan det faktum, at man normalt foretrækker at bruge visse typologiske funktioner frem for andre, påvirker ens kreativitet. Med en bestemt typeprofil vil nogle faser i processen falde let, mens man må tage sig mere sammen til at håndtere andre. Kreativiteten i en gruppe eller organisation påvirkes også af de forskellige typers bidrag til processen.

Kl. 11.15 – 13.00 - Workshops

A. Inge N. Pedersen og Vibeke Skov: Lyd og billede i gruppeprocesser

Med udgangspunkt i brug af krop og stemme udforskes samspillet med andre i en gruppe med det formål at aktivere oplevelser af social identitet gennem oplevelser af intersubjektivitet. Hvordan kan vi bruge kreative redskaber til at udforske og udvikle nye muligheder for kontakt i det sociale samspil. Vi vil veksle mellem brug af musikterapeutiske og billedterapeutiske metoder.

B. Louise Duus: Gruppeproces og familierelationer

På denne workshop vil vi med instrumenter, bevægelse og maleri undersøge gruppens dynamik samt hvordan vores opvækst har præget den måde, hvorpå vi indgår i sociale relationer.

C. Pia Marianne Pedersen: Kunstterapi på arbejdspladsen

Brug af billedkort til udviklingsprocesser og svære dialoger. Billeddialogen er en metode som understøtter grupper i at undersøge og tale om forskellige emner eller problemstillinger ved "at sætte billedet i midten" samt lade dialogen følge en bestemt proces. Billederne fungerer som projektionsskærm for vores ubevidste/underliggende tanker og følelser, og i Billeddialogen udfoldes disse og gøres tilgængelige for bevidst refleksion.

På workshoppen får deltagerne mulighed for at prøve hvordan Billeddialogen fungerer i praksis; og vi vil tale om, hvordan metoden kan anvendes til forskellige formål.

Kl. 13.00 - 15. - Frokost

Kl. 15.00 - 18.00

Workshops

A. Inge N. Pedersen og Vibeke Skov: Lyd og billede i gruppeprocesser (fortsat)

B. Louise Duus: Gruppeproces og familierelationer (fortsat)

C. Thea Illum: At udvikle sig i en gruppe

At være en del af en gruppe kan bl.a. fremme, understøtte og styrke:

- frigørelse af menneskers ressourcer
- evnen til at finde frem til egne problemløsninger
- mobilisering af menneskers evne til at hjælpe sig selv - samtidig med, at de hjælper andre

På workshoppen vil vi gennem kreative aktiviteter udforske nogle af disse gruppedynamikker.

Kl. 18.00 – 20.00 - Aftensmad

Kl. 20.00 – 22.00 - Det man bevæger flytter sig - At frigøre kroppen

De 5Rytmer er en dynamisk bevægelsespraksis der inviterer til at frigøre danseren og den vilde utæmmede kreativitet vi alle har i os. Waves er grundformen og studiet af de 5 rytmer - Flowing, Staccato, Kaos, Lyrisk & Stilhed. Selvom de 5 rytmer ikke er terapi kan det være både forløsende og katharsisk og indeholder elementer fra shamanisme, østlig filosofi og er ligeledes inspireret af transpersonel psykologi. De 5Rytmer er bevægelsesmeditation og ekstatiske dans, undervises kun af lærere der har gennemgået 5Rhythms® Teachers Training i USA.

Søndag d. 22. September: Selvet i kunstterapi

Kl. 9.30 - 11.00 – Foredrag

Aksel Haaning: Imagination og kreativitet

Imagination, forestillingsevne, billeddannelse, ideskabelse, tilblivelse m.fl., forekommer at være moderne og aktuelle begreber. Det er de også. De har imidlertid også en lang historie, og ser man lidt nærmere på den, baner man også vejen for at forstå ordenes betydning nærmere, også i moderne kontekst.

I Jungs analytiske psykologi spiller imagination og kreativitet en vigtig rolle, og i Jungs historiske studier er de helt centrale. Det skal vi se nærmere på samtidig med, at vi undersøger, hvad imagination og kreativitet kan betyde for den enkeltes udvikling. Eksempler fra kunst, litteratur og filosofi.

Kl. 11.15 - 13.00 - Fælles workshop

Lau Laursen: Symboler, ritualer og det skabende fællesskab

Sammen udforsker vi øjeblikkets ritual i skabende udtryk gennem symbol, rytme, sang og dans.

Kl. 13.00 – 14.00 - Frokost og afrejse

Undervisere på seminaret

Vibeke Skoy: Ph.D. Klinisk psykolog, forfatter og glaskunstner. Har grundlagt Kunstterapeut uddannelsen i Danmark og arbejdet som leder og underviser på uddannelsen igennem 32 år. Har udgivet 6 bøger om kunstterapi.

Hellen Lassen: Kunsthistoriker, udøvende billedkunstner

Sissel Kristianne Helberg Bøhn: Psykodramaregissør/ terapeut, med efteruddannelse i kropsterapi. Lærer i psykodrama ved IKT, og har egen praksis med kurser, undervisning og supervision. Godkendt psykoterapeut af European Association for Psychotherapy.

Lau Laursen: Lau Laursen - underviser, komponist og musiker. Har bl.a. undervist på kunstterapeutuddannelsen i drømme, symboler og arketyper siden 1993, og har i den sammenhæng udviklet 7-symbolmetoden - en særlig tegneøvelse anvendt i terapi, selvudvikling og coaching. Siden 1986 udgivet 10+ album med egen musik til kreativ og meditativ fordybelse.

Karin von Daler: Psykolog, kunstterapeut og kunstner, uddannet i Expressive Arts Therapy på California Institute of Integral Studies. Hun har over 25 års international erfaring som underviser, terapeut og supervisor. Karin har udviklet metoderne *Creative Mindfulness* og *Kunsten at hele sig selv*, som hun skriver om og underviser i.

Inger Lodberg: Storyteller fra International School of Storytelling, Emerson College, Sussex, UK. Myter – Fortællinger – Rituel Dans, Vestj. Højskole v/Brita Haugen
Lærerudd. m/dansk, religion 1992

Annie Sønnichsen: Uddannet socialrådgiver og Bodydynamic analytiker.
Meditationstræning hos Jes Bertelsen, Hanne Kizach og senest Lene Højholt.
Psykoteraeutisk erfaring fra børnepsykiatrisk ambulatorium og fra 20 års selvstændig praksis.
Undervist på forskellige uddannelser i både privat og offentlig regi bl.a. Den sociale Højskole, Bodydynamic Institute og Institut for Kunstterapi samt supervision specielt i børn, unge og familiesager og i psykiatrien.

Louise Duus: Diplom Kunstterapeut og Cand.Mag i musikterapi
Arbejder med mennesker, der er psykisk sårbare og stofmisbrugere.

Thea Illum: Diplom Kunstterapeut, MPF
Individuel terapi og gruppeterapi i egen praksis
Kunstterapi med grupper i TUBA

Ulla Asmark: Selvlært billedkunstner og uddannet som pædagog, kropsdynamisk psykoterapeut (Bodydynamic), cand.mag. i dansk og norrønt sprog og litteratur og mindfulness instruktør.
Undervisning og vejledning i dybdepsykologi, selvudvikling og meditation af Jes Bertelsen 1988-2008
Fra 1985 undervist i selvudvikling, drømme og symbolforståelse.

Undervist i billedkunst i socialpsykiatrien i en årrække, samt på Folkeuniversitetet i nordisk mytologi og sagalitteratur. Selvstændig psykoterapeut siden 1999.

Preben Grønkjær: Magister i idéhistorie, organisationskonsulent og forfatter til flere bøger om Jungs psykologi herunder typologien. Se mere på Prebens hjemmeside www.typologi-plus.dk, hvor der bl.a. ligger en del gratis materiale om typologi.

Aksel Haaning: Lektor i filosofi- og videnskabshistorie v. Roskilde Universitet. Forfatter til en række bøger om middelalderens og renæssancens syn på natur og spiritualitet. Har for nylig udgivet bogen: *Jung. En stemme fra dybet*, Akademisk Forlag og *Naturens lys*, L&R 2017 (e-bog og papirbog).

<https://www.facebook.com/aksel.haaning59/>

Pia Marianne Pedersen: In flow to grow. Cand.merc og Diplom Kunstterapeut med mange års erfaring med bl.a. coaching, teamudvikling, leder- og medarbejderudvikling – dels som HR chef hos ROCKWOOL og LEGO og siden 2006 som selvstændig konsulent.

Lotte D. Pedersen: Kunstner og Diplom Kunstterapeut. Arbejder i eget værksted og galleri, med klinik til kunstterapi, derudover som kunstterapeut i misbrugsbehandling.

Inez Knudsen: Aut. psykolog, kunstterapeut, shamansk healer

Anne Hedeman: Diplom kunstterapeut/ familiekonsulent.

Inge Nygaard Pedersen: Ph.D. Lektor på musikterapiuddannelsen på Aalborg Universitet og leder af musikterapi-klinikken på Aalborg Universitetshospital, Psykiatrien. Hun har mange års klinisk erfaring med musikterapi i psykiatrien og med selvudvikling gennem musikterapi og er godkendt supervisor.

Jan Redsted: Uddannet 5Rhythms® Teachers hos grundlæggeren Gabrielle Roth i New York og Californien USA i 2005. Baggrund i kommunikation og mange år som psykoterapeut i det offentlige med især sex- og voldskriminelle. Han underviser i de 5Rytmer både i ind- og udland. Udover åbne aftner bl.a. også workshops i De 5Rytmer for kræftpatienter, hospitalspersonale og forskere. Enhed for sundhedstjeneste forskning i Syddanmark har de seneste år inviteret Annette og Jan til forskningsprojekter som videnskabelige undersøgelser af effekten og erfaringen af 5Rytmer.

Det er muligt at deltage enkelte dage på seminaret

Tilmelding kan ske på <https://kunstterapi.dk/seminar-2019/>