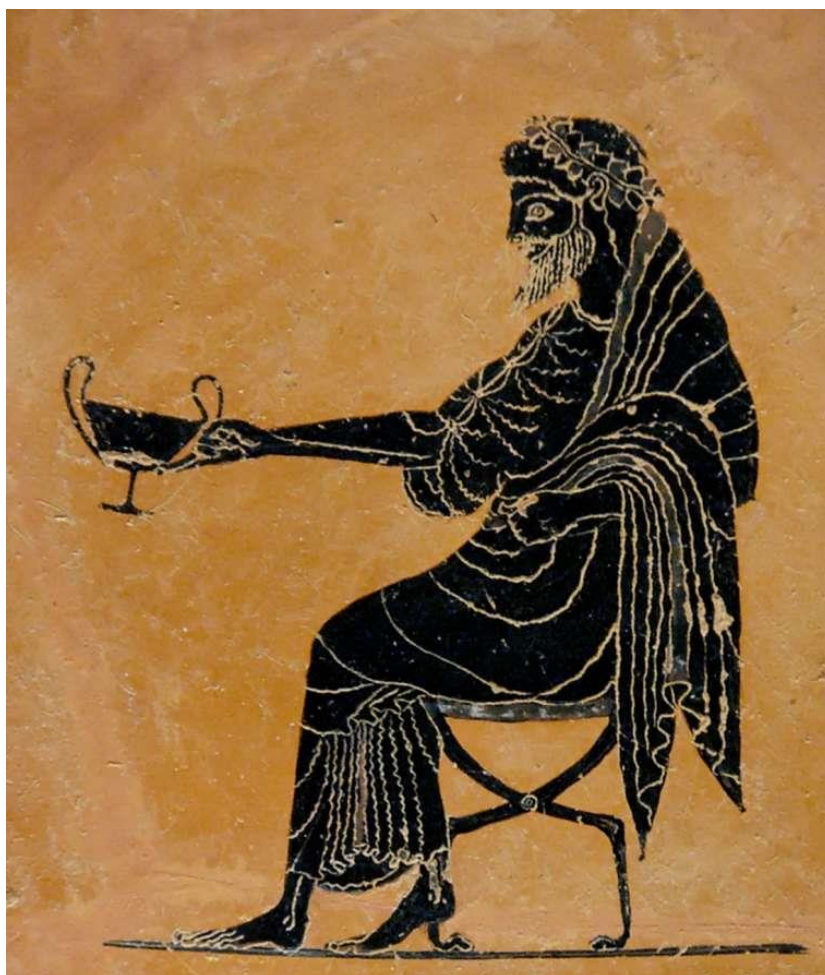


Kunstterapi i misbrugsbehandling

*En undersøgelse af faktorer der kan føre til misbrug.
Misbrugsproblematik ud fra Jungs analytisk psykologiske
synsvinkel.*

Integrativ Kunstterapi i misbrugsbehandling.



Speciale i kunstterapi

Lotte Pedersen

December 2016

Institut for Kunstterapi – Danmark

Indhold

Indhold	1
Indledning	2
Problemformulering	3
Målgruppe	3
Opbygning	3
Noget om Springbrættet	3
Kunstterapi	4
Integrativ Kunstterapi	6
Kunstterapeutisk metode	7
Struktur i mødet med klient	7
Faktorer der kan føre til misbrug?	9
Reaktion på traume	10
Hukommelse	11
Selv-beskyttelses system	11
Rune's selv-beskyttelses system	14
Jung om misbrug	14
Eksempel på misbrugets loop	15
Udvikling af misbruget i psyken	16
Symbol på misbrugeren	19
Egocide	20
Eksempel på egocide processen i det ubevidste	21
Det forviste barn	23
En stærk dommer	36
Opsamling på kunstterapi i misbrugsbehandling	46
Perspektivering og konklusion	49
Litteraturliste	50
Illustrationer	50
Bilag 1	51
Spørgeskema til eleverne på Springbrættet	51
Foreløbigt resultat: (15 besvarelser)	51

Indledning

I dette speciale har jeg valgt, at skrive om kunstterapi med mennesker, der har haft et stofmisbrug. Siden jeg startede på kunstterapi uddannelsen i 2011, har jeg været tilknyttet DSI Springbrættet. Først som føl (frivillig), så som afløser i kunstterapien ved Lene Vilslev og i skrivende stund ansat som kunstterapeut. DSI Springbrættet er en institution for unge der, har haft et stofmisbrug. Derfor er det på dette område, jeg både har fået mest erfaring, og samtidig her min største interesse ligger. Arbejdet på DSI Springbrættet med de unge mennesker, har ikke kun givet mig en del erfaring men har også personligt bidraget til min egen udvikling som terapeut. Det er samtidig et meningsfyldt arbejde, hvor man oplever både at give og få igen tifold

Til dette hører naturligt at antyde noget om, hvad et misbrug er. Jeg kunne postulere, at vi alle er afhængige på et eller andet plan; afhængige af mad, cola, tv-serier, arbejde, motion, sex, sukker, smartphones, pc-spil, ekstrem sport og meget mere. Men som David Schoen definerer, skal et misbrug være en dødsdom, for at man kan kalde det en egentlig afhængighed (addiction).

Der er i høj grad forskel på, hvad man er afhængig af. Selvom det kan være utrolig selvdestruktivt at være afhængig af tv-serier og, at adfærden i de forskellige misbrug kan sidestilles, er der en forskel i dødeligheden. Det er dødsensfarligt at være stofmisbruger eller alkoholiker. Sundhedsstyrelsen vurderer, at der er 27.000 stofmisbrugere i Danmark, heraf dør ca. 275 om året. Ulovligheden i forbindelse med stofmisbrug er også en væsentlig forskel fra andre misbrug. Tager du stoffer, er du pr. definition også kriminel. De fleste stoffer er ulovlige. Og er man stofmisbruger bliver man heraf en del af en subkultur, en kriminel subkultur. Jagten efter det næste fix, kan få nogle ud i forskellige andre ulovlige aktiviteter. Ikke mindst er stigmatiseringen i forbindelse med stofmisbrug stor.

Jeg ønsker her at anskueliggøre, hvorfor nogle mennesker bliver så afhængige af stoffer, at de næsten ødelægger deres liv. For en stor part ender det desværre også tragisk. Idet jeg vil være ydmyg omkring, at jeg ikke fuldstændig kan overskueliggøre årsagerne til stofmisbrug. Vejene og teorierne hertil er mange, og ingen teori vil passe fuldstændig. Men det er vigtigt at kende til nogen af trådene, der fører til afhængighed.

For mig er det vigtigste medmenneskelighed, empati og forståelse. Jeg har i løbet af min tid på DSI Springbrættet set, at opvækstvilkår, traumatiske oplevelser og miljø virker som afgørende faktorer. Jeg har oplevet stofferne som selvmedicinering for at dulme indre smerter og til at kunne holde ud at være i verden. Jeg mener, det er vigtigt at forstå, hvorfor et misbrug måske opstår for at kunne hjælpe. Til dette har jeg fundet stor genklang og nyttig viden i Johann Haris bog, *Chasing the Scream*. Johann Hari satte sig for at undersøge lige netop hvorfor, nogle af hans kære blev så afhængige af stoffer, at det blev stofferne, der overtog styringen i deres liv.

Jeg vil se på, hvad Jung egentlig sagde om misbrug. Han sagde ikke så meget, men det han sagde, har den dag i dag stor værdi og har inspireret til hele ånden bag AA.

For at få et overblik over udviklingen af misbrug ud fra Jungs opfattelse af psyken, vil jeg se på David E. Schoen's teori om lige netop dette emne.

En vigtig del vil bestå af cases fra DSI Springbrættet. Jeg har til mit speciale, fået en aftale om, at jeg må lave et individuelt forløb med to af eleverne på Springbrættet, og jeg har valgt at bruge et af disse forløb i mit speciale. Ligesom jeg også vil inddrage cases fra gruppe kunstterapien. Mit udgangspunkt er Vibeke Skov's integrative model, hertil vil jeg beskæftige mig med Theodor Abt's metode og David Rosens egocide model og Donald Kalsched's teori om selvbeskyttelse.

Min tilgang til mit arbejde og til dette speciale er den analytiske psykologi ved C. G. Jung. Jeg vil derfor bruge termer og henvisninger til analytisk psykologi i dette speciale i den overbevisning, at læseren har kendskab til denne tilgang. Eksempelvis, jeg'et, selvet, persona, skyggen, det modsatkønnede, det personligt ubevidste, det kollektivt ubevidste, arketyper, aktiv imagination etc. Fra objektrelationsteorien vil jeg bruge begreb som projektioner og introjekter m.m. ud fra at læserne også er bekendt med dette.

Jeg vil gennem specialet bruge alias af mine klienter. Jeg har modtaget alles samtykke til at brug af deres billedmateriale og beskrivelser ud fra, at jeg har lovet at anonymisere dette.

Problemformulering

Jeg vil gøre rede for hvilke faktorer, der kan medvirke til, at man bliver stofmisbruger. I den forbindelse vil jeg gøre rede for, hvilken betydning traumatiske oplevelser i barndommen kan have. Derudover vil jeg anskue misbrugsproblematikken ud fra Jungs analytisk psykologiske synsvinkel.

Ud fra cases vil jeg vise, hvordan kunstterapien kan medvirke til at hjælpe mennesker med misbrug til at få en dybere indsigt i deres misbrugsadfærd og de faktorer, som har ført til misbruget. Til slut vil jeg specificere kunstterapien i misbrugsbehandling sammenholdt med overstående undersøgelse.

Målgruppe

Jeg tænker, min målgruppe er ligesindede og interesserede især medstuderende på institut for kunstterapi, som har interesse i kunstterapi i misbrugsbehandling.

Opbygning

- Specialet starter med en indledende del; herunder problemformulering, målgruppe samt lidt om Institutionen Springbrættet.
- Herefter en teoretisk del om kunstterapi og Integrativ Kunstterapi. Faktorer der kan føre til misbrug, hertil lidt om reaktion på traume. En belysning af Kalsched's teori om selv-beskyttelse. Noget om hvad Jung sagde om misbrug og gennemgang af Schoen's teori om udviklingen af misbruget i psyken. Til sidst i denne del teori om forandringsproces (egocide). Undervejs illustreres teorier af eksempler fra kunstterapi.
- I denne del af specialet følges to elever fra kunstterapien på SB. Den første har jeg i en kortere periode haft i individuel kunstterapi. Den næste, Rune, har jeg fulgt gennem gruppe kunstterapien over et længere forløb. Forløbene belyses undervejs af teori og egne refleksioner.
- Sidste del indeholder en opsamling, hvor jeg vil sammenholde teori og praksis og tilgangen til kunstterapi i misbrugsbehandling. Herefter perspektivering og konklusion.

Noget om Springbrættet

Springbrættet er en behandlingsinstitution for stofmisbrugere, fortrinsvis i alderen 17 – 25 år. Institutionen har eksisteret siden 1999 og blev oprettet af Michael Holden, som siden blev til den selvejende institution Springbrættet (DSI Springbrættet). Siden Michael Holdens pludselige død i 2013 har hans kone Susanne Holden fungeret som forstander.

Institutionen består af afdelingen Slusen, som tilbyder kortere og længere afgiftningsforløb, afdelingen Springbrættet som tilbyder længere tids behandling og en afdeling, der står for udslusning. Udslningsafdelingen består af to huse, hvor eleverne bor og får hjælp til etablering af deres nye stoffrie tilværelse, bl.a. til uddannelse, arbejde, økonomi og socialt netværk samt et efterværns program.

Afdelingen Springbrættet, hvor jeg er tilknyttet som kunstterapeut, tilbyder et behandlings forløb af mellem typisk 3 til 12 måneders varighed. Varigheden af behandlingen afhænger mest af den enkelte elevs bopælskommunes bevilling. Stedet har et eksistentielistisk og humanistisk idegrundlag og ligger vægt på gruppedynamik, adfærdspædagogik og psykosocial og indsigtsorienteret behandling. Eleverne modtager gruppeterapi, individuel terapi, tilbagefaldsterapi og kunstterapi. Der anvendes hovedsageligt krop og gestalt terapi udover kunstterapien.

På DSI Springbrættet kaldes de unge mennesker for elever, mens de er tilknyttet, så det vil jeg også kalde de unge mennesker for her, ligesom jeg vil forkorte Springbrættet til SB fra nu af.

Kunstterapien består af gruppeterapi. Grupperne består for det meste af mellem 5 og 9 elever. Der er to grupper i huset. Således har hver gruppe kunstterapi hvert 14. dag. De har kunstterapi i ca. 3,5 time pr. gang. Vi starter om morgenen kl. 10 og holder en frokostpause kl. 12-13, derefter fortsættes der til kl. 14.30.

Kunstterapi

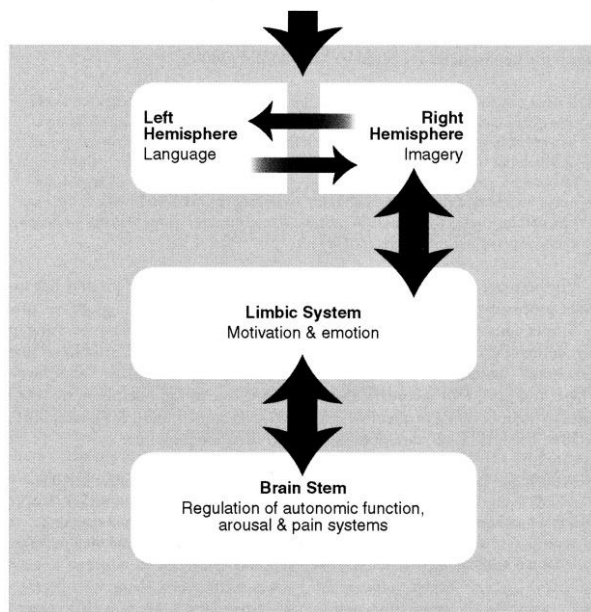
Kunst som terapi blev udviklet og defineret sideløbende i USA og Europa i 1940'erne. Der har gennem tiden været en diskussion og en opsplitning mellem *kunst i terapi* og *kunst som terapi*, ligesom der har været en opdeling mellem forskellige tilgange: analytisk, kognitiv, humanistisk m.m. og også afhængig af psykologisk og filosofisk fundament. Vibeke Skovs *integrative model* foreslår at bruge en bredere vifte af tilgange. Ud fra holdningen at alle tilgange har noget at byde på i forhold til forandringsprocesser, handler det mere om timing af, hvornår man bruger de forskellige værktøjer. Min uddannelse i kunstterapi fra Institut for Kunstterapi, bygger på Vibeke Skovs integrative model, med C. G. Jungs analytiske psykologi som fundament. Modellen definerede Skov i 2013 gennem hendes Ph.d. vedr. kunstterapi og depression. Modellen bygger på 4 livsdomæner: det biologiske, psykologiske, sociale og spirituelle domæne. Mere om dette senere. (Skov 2015)

Der har været en tendens til at skelne mellem *kunst som terapi*, hvor det er den skabende proces alene, der er terapien og *kunst i terapi*, hvor vægten er på den psykologiske samtale i forbindelse med det kreative udtryk. Skov mener ikke, den ene er bedre end den anden, men at det afhænger af terapeutens personlige stil. Hun foreslår, at det handler mere om timing af, hvornår de forskellige tilgange benyttes. Jeg mener, at jeg bruger begge. Det er et spørgsmål om intuition i den givne sammenhæng, såvel som afvejning af min klients behov nu og her, hvilken tilgang jeg vægter. (Skov, 2015)

Et begreb i kunstterapien er brugen af det potentielle rum, i henhold til Winnicott. Skov sammenligner det potentielle rum med Jungs transcendent funktion, hvor polariteter forandres. Det er i dette, rum jeg ser at brugen af det imaginære sprog og integrations processen sker og dermed forandring i bevidstheden. (Skov, 2015)

Efter bruddet med Freud udviklede Jung metoden aktiv imagination. Efter min forståelse forbinder metoden det bevidste med det ubevidste. I kunstterapi bruges det imaginære sprog til at skabe forbindelse mellem de to hjernehalvdele. Det imaginære sprog bruges til at udforske symboler i billederne, hvorved der skabes mulighed for ny forståelse og forandring. (Skov, 2015). Jeg bruger oftest det imaginære sprog i starten af samtalen om min klients kreative udtryk. Jeg bliver i dette imaginære univers, indtil dette giver genklang ind i klientens personlige historie. Nogen gange kommer genklangen naturligt af sig selv, andre gange skal der udforskes i længere tid. Når genklangen ind i den personlige historie dukker op, og dette bevidstgøres i samtalen, skabes der et nyt spor mellem de to hjernehalvdele. Jeg mener dog, det til dels afhænger af klientens parathed til at overgive sig til den imaginære proces og dermed til det ubevidste. Til dels også af hvilken type klienten er. Nogle har lettest ved at bruge højre hjernehalvdel og dermed det imaginære sprog. Andre har lettere ved at bruge venstre hjernehalvdel og dermed rationel tænkning. Udfordringen er uanset at linke de to hjernehalvdele, ud fra forståelsen af at dårlig livskvalitet udspringer af manglende forbindelse mellem de to. Jeg oplever oftest, at det er lettest for eleverne på SB (som det er for de fleste mennesker i dag) at bruge det rationelle sprog. Og det virker provokerende på nogen af dem, når jeg introducerer det imaginære sprog. Bevidst forbinder de det imaginære sprog med noget barnligt, noget pjat og dermed ikke seriøst og anvendeligt. Ubevidst tror jeg det handler mere om angst for overgivelse til det ubevidste. Neurovidenskaben har beskrevet imagination som en vigtig funktion i hjernen i forbindelse til kroppen. (Skov, 2015)

FIGURE 4.1. Implicit processing of right brain and subsequent connections into left brain explicit system. Note the vertical axis of right brain on the right side of the figure.



(Shore, 2012)

Impulser, som går fra hjernestammen (affekter) og gennem det limbiske system, er nødt til at gå gennem højre hjernehalvdel for at kunne integreres i bevidstheden (venstre hjernehalvdel). Denne integration foregår ved hjælp af sprog og venstre hjernehalvdels aktiviteter. Dette støtter op omkring nødvendigheden af dialog i terapien for at skabe forandring i bevidstheden (kunst i terapi). (Skov, 2015)

I brugen af den aktive imagination beskriver Skov, at jeg'et skal holdes separat fra det ubevidste for at kunne fungere og for ikke at blive oversvømmet. Processen er i sig selv jeg-støttende, men især i starten kan terapeutens støtte være vigtig. (Skov, 2015). Jeg tænker, at mange af mine elever har brug for jeg-støttende terapi. Og min støtte her kan være afgørende for en god og tryk indføring i kunstterapi og dermed det ubevidste. Jeg oplever oftest, at eleverne bliver mere og mere selvkørende i at bruge aktiv imagination. Jeg kan tolke heraf, at denne jeg-støttende proces virker, og dermed tillid til det ubevidste. Jeg har erfaret, at min egen tillid til processen er afgørende og afsmittende på eleverne.

Neurovidenskaben har påvist at affekt regulerings terapi har bedre effekt end kognitiv adfærdsterapi på langt sigt. I sær vægtes brugen af højre hjernehalvdel og genskabelse af ubevidste affekter som væsentlig i forandringsprocesser. At bruge kunst i terapi passer godt til denne ny overbevisning, da det kreative giver nem adgang til følelser og minder bag emotionerne, som del af en forandrings proces. (Skov, 2015)

Skov henviser også til Schore, som påpeger terapeutens egen evne til at reagere fra sit eget ubevidste (højre hjernehalvdel), som den mest helende tilgang i terapi for at støtte forandring i klienten. (Skov, 2015). Dette bekræfter væsentligheden i, at jeg holder min egen psyke sund. At jeg fortsætter mit eget kreative virke og bruger de samme redskaber, som jeg lærer mine elever. Enkelt sagt forbindelsen mellem mit jeg og mit selv. Jeg personligt holder dette i live ved at bruge mine egne tegninger i forhold til mit personlige liv og i supervision. Ligesom Jung gjorde det med sine egne billeder m.m.

Det er også værd at pointere Schore's vægt på modoverføring og overførings feltet, som væsentlige. Skov henviser i hendes bog her til at blive container for en del af klientens overføring. Modsat andre terapiformer hvor overføringen er på terapeuten, ligger det meste af overføringen i kunstterapi på det kreative udtryk. Dermed bliver jeg som terapeut fri sat til, at stå ved siden af min klient og undersøge, hvad der foregår i eks. billedet. Relationen kan beskrives som i en trekant, mellem klienten og værket og mellem klienten og terapeuten. (Skov, 2015)

Integrativ Kunstterapi

Skov's integrative model henholder sig til fire domæner af livet: den biologiske, psykologiske, sociale og den spirituelle. Set ud fra et udviklings perspektiv starter vi med det biologiske domæne i spædbarnets fysiske udvikling. Dette reguleres af den gode nok mor (forælder). Efterhånden starter jeg-udviklingen psykologisk. Jeg'ets udvikling formes gennem relationerne i familien. Herefter følger naturligt det unge menneskes søgning ud i det sociale og til mere selvstændighed. Persona'en udvikles. Til sidst, men ikke mindst, begynder det hele, at give mening (når alt er gået godt i de foregående domæner) ud fra et spirituelt perspektiv. Meningen med livet. Man kan se domænerne som en livscyklus. (Skov, 2015)

Integrativ kunstterapi model		
Domæne	Kunst terapi aktivitet	Funktion af kunst terapi
Biologisk Kompensation	Kreativ udtrykkende aktivitet	Selvregulerende
Psykologisk Forandring	Kunstterapi proces, dialog	Integration
Sociale Identitet	Kreativ gruppe aktivitet	At høre til
Spirituel Mening	Aktiv imagination gennem symboler	Individuation

(Skov, 2015)

Man kan bruge modellen til først at afklare, hvor klienten har udfordringer. I hvilket domæne af livet. Både historisk set, hvor i livet stammer deres udfordringer fra, samt nu og her. Og dermed kan man tilpasse tilgangen i terapien.

Fordelen modsat andre terapiformer er, at der kan fokuseres på alle domæner i kunstterapi. Ofte er det min oplevelse, at alle domæner berøres i en enkelt terapi session, men at man overordnet set har et fokus på et af domænerne ud fra klientens behov. Da kunstterapien foregår i grupper på SB, hvor der løbende kommer nye og gamle elever går, så er det min opgave at tilpasse min tilgang overfor den enkelte. At jeg med nogle nye elever starter blidt, oplærende og jeg-støttende for med tiden at udvikle tilgangen. F.eks. ved at lade dem blive i den biologiske fase og langsomt introducere til de følgende.

Eleverne jeg møder på SB har som udgangs punkt udfordringer i det første domæne. Der er fysiske udfordringer efter længere tids stofmisbrug. Helt grundlæggende er der ofte brug for at have fokus på mad, søvn og motion. Der er uro i kroppen efter afgiftning, og der har i de fleste misbrug ikke været plads til at fokuserer på grundlæggende ting som regulerer kroppen. Det har ofte handlet mere om det næste fix. Når disse ting falder på plads og struktureres, bl.a. ved hjælp af at bo i et hus som SB, hvor disse ting vægtes og i kunstterapien, hvor der arbejdes kreativt, bliver det mere overskud til at gå ind i det mere psykologiske domæne. At male et billede virker selvregulerende på krop og psyke, men har man ikke den efterfølgende dialog, opnås ingen bevidsthed og dermed ikke en varig forandring.

- Det biologiske domæne i kunstterapi på SB består i kropslig fokusering, bevægelse, tegning, maling, ler arbejde m.m. Dette arbejde er i sig selv jeg-støttende.
- I det psykologiske domæne arbejdes fortsat jeg-støttende, med relationer (introjekter), opbygning af nye indre forældre, projektioner (skyggen) og traume historie. Der arbejdes også med det indre parforhold.

- I det sociale domæne arbejdes med relationerne (bl.a. projektioner) i gruppen, både i form af dialogerne og i kreative gruppeøvelser.
- I det spirituelle domæne arbejdes der med symboler, aktiv imagination, drømme, fantasi rejser.

Overordnet set berøres alle domæner på SB. *Det biologiske* som ovenfor nævnt i huset med vægt på struktur på hverdagen; bl.a. søvn, kost og motion, i *det psykologiske* i de forskellige terapitilbud, *det sociale* i form af at tilhøre den store gruppe, som SB er og i gruppeterapi og *det spirituelle* i at der arbejdes hen imod at finde en mening med et stoffrit liv. Men i kunstterapi er det altså muligt at berøre alle domæne under et.

Kunstterapeutisk metode

Både i min praksis med klienter, i min tilgang til min egen supervision og bl.a. også i arbejdet med dette speciale er det blevet naturligt for mig at bruge Theodor Abt's metode, som bygger på C. G. Jung

Jung beskriver, hvordan han, når han var følelsesmæssigt oprørt, igangsatte en dialog med hans anima (højre hjernehalvdel og kroppen). Herefter kom billedet (Jung bl.a. malede og huggede i sten), derefter en lettelse (selvregulering), dernæst en nysgerrighed til at forstå mere. *"I would speak to the anima about the images she communicated to me, for I had to try to understand them as best as I could, just like a dream"*. Til sidst kommer den vigtige fase med at forstå det hele. Jung mente, man alt for ofte stoppede før denne vigtige del, uden at opnå den positive del fra det ubevidste. (Abt, 2005)

Processen, han beskriver, verificeres i dag af hjernevidenskaben, som ses i modellen ovenfor (side 5) i henhold til Schore. Og det understreger igen værdien af dialogen i kunstterapi (psykologiske domæne) i forhold til forandringsprocessen. Jung var forud for sin tid.

Abt's metode til at skabe forståelse bygger på Jungs typologi. Man kan se metoden som en måde, at drage nytte af alle fire potentialer i den menneskelige personlighed. Sansning, følelse, tænkning og intuition. Målet er at udvide symbolet/billedets mening: amplifikation fremfor at reducere det til noget entydigt. I forståelsen af at enhver arketype/symbol besidder både en positiv og negativ pol, nat og dag. Opmærksomheden på dette forebygger også at man kan være forudindtaget.

Struktur i mødet med klient

I mit baghoved bruger jeg metoden, som en rækkefølge, til at gennemgå seancen med klientens billede med. Det forekommer mig, at rækkefølgen er naturlig. Jeg har en fornemmelse af at Abt's metode mere er en beskrivelse af, hvordan et forløb naturligt vil forløbe i en kunstterapeutisk tilgang, end det er en opfunden metode, som man kan bruge.

Efter at min klient eksempelvis har malet et billede (den biologiske proces), starter jeg en dialog op med klienten. Dialogen kan inddeles således i forhold til Abt's metode, dog med tilføjelse af Jungs aktive imagination, i henhold til Skov.

Sansning: Jeg starter altid med at spørge ind til det, man kan se, farver former m.m. Denne del er en beskrivende, sansende del. Jeg ligger vægt på at få alle dele beskrevet, så man ikke overser noget, der måske i første omgang synes uvigtigt.

Følelse: Jeg prøver at sætte gang i imaginationen her. I dette tilfælde prøver jeg at få en historiefortælling i gang om det vi står overfor i billedet. Hvis der f.eks. er en person i billedet, kan jeg spørge: Hvem er han? Hvad skal han? Hvor kommer han fra? Har han familie m.v. Når der dukker en følelse op hos klienten, f.eks. denne bliver berørt af en sammenhæng mellem det, vi snakker om og noget personligt, forfølger jeg dette og vi snakker, om hvad dette gør ved klienten m.v.

Tænkning: Her forsøges at perspektivere det der sker følelsesmæssigt. Både som en psykologisk fortolkning og en oversættelse til klientens liv her og nu.

Intuition: Her kunne det være, at der er et fingerpeg, en retning, et råd fra selvet til klienten fra det kreative udtryk.

Eksempel fra session med klient

En af de første gange jeg mødes med denne klient, beder jeg ham lave et kropsmaleri. Inden han starter med at male, laver jeg en ground'ende øvelse med kropslig fokusering.



Sansning:

Jeg beder Torben beskrive sit kropsmaleri. Han beskriver en person med et intenst blik, der ser lidt ud til den ene side. Han smiler. Han står med skuldrene trukket let op og armene ud til siden. Han har en blå bluse på med et hjerte på. Hans ben er helt sorte. Armene er gule.

Følelse:

Han beskriver videre, at det ser ud som om smilet ikke passer til kropsholdningen. Kroppen ser ud som om, den er på vej, men skuldrene er trukket op, så det ser anspændt ud.

Altså en person der er på vej til noget, smiler, men er anspændt. Jeg spørger ham om smilet kommer fra maven af? Nej det gør det ikke.

Jeg spørger, om det er sådan et hjerte, der sidder uden på blusen? Ja, det er det. Jeg spørger om det fordi, at han er meget sårbar. Her kan jeg se på Torben, at han bliver berørt. Er du sådan en der har hjertet siddende udenpå blusen, altså en der er meget sårbar, spørger jeg.

Her har jeg altså fanget noget følelsesladet. Vi snakker derfor om det med, at have hjertet udenpå blusen, at være meget sårbar. Hvad det betyder. Hvornår er det meget slemt og hvad kan gøre det lettere m.m.

Tænkning:

Nu siger Torben, at det giver mening, og jeg beder ham fortælle, hvad det er, han forstår.

Han fortæller, at han er på vej til en ny tilværelse, og han er noget anspændt og i løbet af sin tid på SB, hvor han ikke længere har stofferne, er kommet i kontakt med hans sårbare side. Det er noget nyt, fortæller han.

Mens han malede lagde jeg mærke til, at han spurgte mig, om det var okay, at han malede kropsdelene opdelte. Jeg spørger ham til den opdelt-hed. "Jeg kan ikke mærke min krop og mine følelser", siger han.

Vi snakker om den sorte farve, den betyder noget mørkt og ukendt, siger han. For Torben giver det mening, idet et clean liv er fuldstændig ukendt for ham. Han kan slet ikke forestille sig, hvordan det vil blive efter 12 år med misbrug. I hans misbrug var han ikke interesseret i andre mennesker.

Intuition:

Vi taler lidt om, hvad personen på maleriet har brug for, så han ikke behøver være så anspændt, når han skal ud og møde alt det nye. Torben taler om fællesskabet på SB, han opsøger det meget, nu hvor han ved at han snart skal videre. Vi taler om, at det er fra fællesskabet og de nære venskaber, han skal få støtten til at gå ud i sin nye tilværelse. Jeg tænker, at Torben her giver slip på et gammelt forsvar og lukker andre mennesker ind, og heri ligger muligheden for en transformationsproces. Torben erkender, at det er vigtigt at finde en balance mellem at gå ud i fællesskabet og at trække sig for at være alene. Torben har brug for alene-tid og har gennem sit ophold på SB lært sig at være god ved sig selv i hans eget selskab (selvomsorg). Han har altså etableret en ny indre god mor.

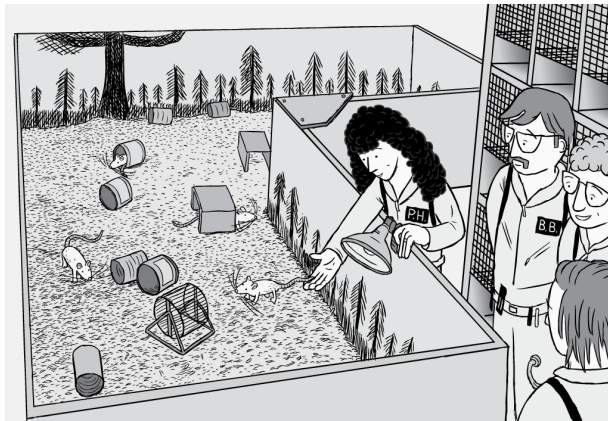
Faktorer der kan føre til misbrug?

Johann Hari er en britisk journalist, hvis bog *Chasing the Scream* udkom i 2015. I bogen undersøger han den 100 år lange krig mod narko og dens indvirkning.

Johann Hari havde misbrug tæt inde på livet i sin barndom. Det gik op for ham, at der var meget han ikke forstod. Han satte sig for at undersøge det hele nærmere, hvilket fik ham ud på en lang rejse. Rent historisk tilbage til forbudstiden i USA for ca. 100 år siden, hvor narkotika blev erklæret ulovlig i USA og UK. Hvor det at være stofmisbruger blev kriminaliseret, medfølgende stigmatisering som et undermenneske, der skulle straffes. I den tro at afstraffelse ville virke afskrækkende og få folk til at lade stofferne være. Når man ser på hvor mange stofmisbrugere, der er i verden, og på hvor meget stof relateret kriminalitet der findes, kan man sige, at hensigten med forbuddet har fejlet. Hensigten med forbuddet har været begrundet i, at man mener, at det er stoffernes *kemi*, der skaber afhængighed. (Hari, 2015)

Johann Hari's rejser bringer ham til Bruce Alexander, der i 1970'erne samlede et hold videnskabsmænd til at lave nogle undersøgelser med rotter. Det oprindelige videnskabelige bevis på *kemisk* afhængighed stammer fra forsøg med rotter gennem 50'erne og 60'erne. Man satte rotter i bure, hvor de via et dræn kunne selvinjicere sig med stoffer ved at udløse en pedal. Rotterne blev mere og mere fixeret på, at udløse pedalen og foretrak denne pedal

fremfor mad og drikke og døde derfor. Man tolkede heraf, at hvis stoffer ville være let tilgængelige på samme måde som for rotterne i forsøget, ville dette føre til masse-misbrug og elendighed. (Hari, 2015)



I 1977 lavede Bruce Alexander sine egne forsøg med rotter, hvor han udvidede metoden. Han overvejede, om ikke de hidtidige forsøg med rotterne havde været noget nær tortur for et socialt dyr som rotten. Han byggede derfor et stort bur af træ med miljø som i naturen, med masser af adspredelse og ikke mindst andre rotter at leve sammen med. Han kaldte dette bur for Rotte Parken. Sideløbende havde han lavet de traditionelle

bure fra de gamle forsøg med en rotte i hver, hvor rotterne selv kunne vælge mellem en drikkedunk uden stoffer og en med stoffer. Samme valgmulighed af drikkedunke havde rotterne i Rotte Parken. Forsøgene blev gennemført med forskellige scenarier. Resultatet, viste at de isolerede rotter altid valgte stofferne og fortsatte med dette. Rotterne i Rotte Parken fravalgte stofferne og foretrak deres sociale naturlige rotte-tilværelse. Rotter, som først blev gjort afhængige, fravalgte også siden stofferne og tålte frivilligt abstinens symptomer, når bare de havde adgang til det gode liv i Rotte Parken. Noget andet de erfarede var, at de var nødt til at lokke rotterne til at begynde på stofferne, det var nødvendigt at søde med sukker for at få dem til at tage det. Og isolationen var væsentlig for overhovedet at gøre rotterne interesserede i stofferne. En af konklusionerne var, at det ikke var den kemiske afhængighed, der var den væsentligste faktor for misbrug. Rotternes indtag af stoffer afhang mere af fysiske, mentale og sociale faktorer. Man kan se det for sit indre blik, synet af den ensomme rotte der dulmer ensomheden med stoffer. (Hari, 2015)

Johann Hari anfører Vietnam krigen som menneskeforsøget, der bekræfter forsøget med Rotte Parken. I sydøst asien var heroin ligeså almindeligt som tyggegummi blandt de amerikanske soldater. Ifølge studier blev ca. 20 % af soldaterne afhængige af heroin i Vietnam. Man frygtede det værste, når de kom hjem. Ifølge teorien om at heroin kaprer din hjerne, mente man at gaderne ville blive oversvømmet af elendighed med alle disse misbrugere. (Hari, 2015)

Men der skete noget uventet. Soldaterne kom hjem, og ifølge studierne fra *Archives of General Psychiatry* holdt 95 % af dem simpelthen op med at bruge stoffer inden for et år. Både dem som modtog behandling og afvænnning, og

dem som ikke gjorde. Der var ingen forskel. Et lille antal fortsatte med at bruge stoffer, de havde ifølge studierne enten haft ustabile opvækstvilkår eller/og var allerede afhængige, inden de tog til Vietnam. (Hari, 2015)

Bruce Alexander udviklede en teori, at det er de sociale omstændigheder og ikke kemien i stoffet, der afgør om man bliver afhængig. (Hari, 2015)

Dette viser sig også i hospitalsindlæggelser, hvor det kan være nødvendigt med morfin til smertelindring. Dette udarter sig jo også sjældent til afhængighed og misbrug. De, som bliver misbrugere i dette regi, har sikkert en sårbarhed til et misbrug i det hele taget. De fleste mennesker kan tage morfinen som smertelindring og sagtens holde op igen, når der ikke længere er smerter der skal lindres.

En af Johann Hari's overvejende konklusioner i hans bog *Chasing the Scream* er, at hovedårsagen til udvikling af misbrug er traumatiske barndomsoplevelser.

Fakta er, at mange mennesker bliver afhængige af stoffer. Men hvem er det så, der bliver afhængige, hvis ikke det er det kemiske i stoffet alene, der afgør at et misbrug starter? I Vancouver, Canada møder Johann Hari lægen Gabor Maté. Gabor Maté har bl.a. skrevet bogen *In the Realm of the Hungry Ghosts*, hvor han bl.a. beskriver at 'tidlig modgang' eksempelvis stress, dårlig behandling og især børnemishandling giver en forøget modtagelighed for misbrug. Lægen Gabor flyttede i 1998 i til Downtown Eastside i Vancouver, hvor der var en af de højeste dødelighedsrater i verden. Og den høje dødelighed skyldtes overdoser eller hepatitis C. Her boede folk på gaden. Gabor begyndte at lytte til folks historier. Og det blev til mange forskellige historier, men han opdagede, at alle havde samme forløb. Eksempelvis Carl der vokser op med, at blive sendt fra plejefamilie til plejefamilie. Hos en af familierne bliver han bundet til en stol i et mørkt rum som reaktion på hans hyperaktivitet. Hvis han bandede, blev der hældt opvaskemiddel i hans mund. Han lærte at undertrykke sin vrede, da han ellers blev straffet. Gabor begyndte at se en sammenhæng. Misbrugerne har hele livet fået en følelse af skyld og skam fra omverdenen, og stofferne fjernede denne følelse. Han refererer til et studie lavet af videnskabsmænd i USA, *Adverse Childhood Experiences Study*. En omfattende detaljeret undersøgelse af langtidseffekten af tidlige barndomstraumer. De opdagede, at for hver traumatisk begivenhed i et barns liv blev sandsynligheden for at blive misbruger senere i livet forøget 2-3 gange. De mener, at børnemishandling gør det ligeså sandsynligt at udvikle misbrug, som det er, at overvægt forårsager hjerteproblemer. (Hari, 2015)

En anden, Gabor henviser til, er videnskabsmanden Dr. Vincent Felitti's undersøgelse af effekten af børnetraumer på 17.000 børn. (Undersøgelser lavet for forsikringselskabet Kaiser Permanente). Dr. Felitti konkluderede, at 'den grundlæggende årsag til misbrug er afhængig af tidlige oplevelser og er ikke stof afhængig'. (Hari, 2015)

Reaktion på traume

Jeg kan tilknytte mig, at mange af de unge mennesker på SB har oplevet et eller adskillige traumer i løbet af deres barndom. Hertil er det væsentligt at vide lidt om, hvordan vi mennesker reagerer på traumer.

Der er 3 muligheder for reaktioner i selve chokfasen, altså hvor traumet sker. Man kan kæmpe, flygte eller fryse. Nogen gange er den eneste mulighed dog den sidste og også den mest hensigtsmæssige. Selvom det kan opfattes som overgivelse og bagefter mindes med skam, er det at fryse i situationen en instinktiv overlevelses mekanisme. En mekanisme der kan hjælpe én i situationen. Som når et dyr angribes og *spiller død*, så mister angriberen måske lysten til at angribe. Når man fryser, dissocierer man. Man går så at sige ud af kroppen og mærker derved ikke smerte og de følelser, der raser i kroppen. Der er ingen neurobiologisk forklaring på dissociation, men måske er den hjernens måde at flygte på, når kroppen ikke har mulighed for det. Når man dissocierer splittes tanker, følelser, minder, sanser og mening fra hinanden. Bagefter i reaktionsfasen mindes det ofte med skyld og skam, hvis man har benyttet denne ubevægeligheds reaktion i chokfasen. Selv om det måske var eneste mulighed. Vi mennesker har ofte svært ved at forlige os med det hensigtsmæssige og rent instinktive, der er i denne reaktion. Og personer, der har kunnet kæmpe eller flygte, klarer sig ofte bedre efter et traume. (Rothschild, 2000)

Jeg tænker, at børn ofte ikke har andre muligheder end at dissociere. Selv om reaktionen er ren instinktiv, er der tilsyneladende altid skamfølelse bagefter. I situationen er dissociationen altså hensigtsmæssig, det gælder

overlevelse, men nogen gange bliver forsvarsmekanismen hængende, og jeg tænker også, at skam følelsen bliver hængende.

Senere symptomer efter et traume er bl.a. fobier, angst, spiseforstyrrelser, psykosomatiske sygdomme, stofmisbrug, depression, selvskaide, amnesi, kronisk træthed, migræne, astma, kroniske smerter, manglende overblik og evne til at se mening med livet. Og kan man ikke huske traumet er der ingen åbenlys forbindelse mellem symptom og hændelse. (Rothschild, 2000)

Et normalt fungerende autonomt nervesystem (ANS) har balance mellem de to dele, den sympatiske del (SNS) og den parasympatiske del (PNS). SNS er den del, hvor positiv såvel som negative stresstilstande aktiveres, hvilket bl.a. giver hurtigt åndedræt og puls, huden bliver bleg og svedig. Den parasympatiske del aktiverer det modsatte bl.a. langsommere åndedræt, puls, rødmen i huden, pupillerne trækkes sammen, og huden føles tør. Dette sker ved aktivitets tilstande som hvile og afslapning, seksuel ophidselse, glæde, vrede, sorg, tristhed m.m. (Rothschild, 2000)

Under ekstreme påvirkninger af stress, traumer og trusler sættes HPA-aksen i det limbiske system i hjernen i gang. Her frigøres hormoner, der giver besked til kroppen om at gøre sig klar til at forsvare sig. Den sympatiske del (SNS) i det autonome nervesystem (ANS) aktiveres og sættes i alarmberedskab. Man gør klar til at kæmpe eller flygte. Adrenalin og noradrenalin frigøres, og man bliver bleg, og åndedrættet og pulsen stiger. Når det ikke er muligt, at kæmpe eller flygte, forøges det parasympatiske system (PNS) samtidig, og man fryser/stivner/dissocierer. Der er ingen forklaring på hvad det er, der får kroppen til at dissociere i stedet for at kæmpe eller flygte. (Rothschild, 2000)

Hukommelse

Den implicitte hukommelse, det vil sige, oplevelsernes emotionelle og sensoriske indhold går gennem amygdala, inden det lagres i højre side af cortex. Den eksplicitte hukommelse faciliteres af hippocampus. Implicit hukommelse kan enkelt forklares ved, at det er den, vi bruger når vi skal huske hvordan man fx cykler. Den eksplicitte hukommelse består af begreber, kendsgerninger og forestillinger. I den indgår bl.a. vores livshistorie, det vi normalt kalder erindringer (autobiografiske minder).

Når vi er stressede, kan der frigøres hormoner, der undertrykker aktiviteten i hippocampus, men funktionen i amygdala er upåvirket. Det kan forklare hvorfor mennesker med PTSD (ca. 20 % af traumeramte) husker traumer som voldsomt emotionelt og sensorisk, men mangler indhold i rum og tid. Hippocampus færdigudvikles først efter fødslen, den udvikles gennem trygge relationer (primært til mor og far). Personer, der ikke har haft gavn af en sund tilknytning tidligt i livet, kan have svært ved at regulere stress og skabe mening af traumatiske oplevelser. Måske har de, som udvikler PTSD, ikke en fuldt udviklet hippocampus (grundet mangel på tidlig tilknytning) eller hippocampus er undertrykt pga. gentagne traumatiske begivenheder. (Rothschild, 2000)

Selv-beskyttelses system

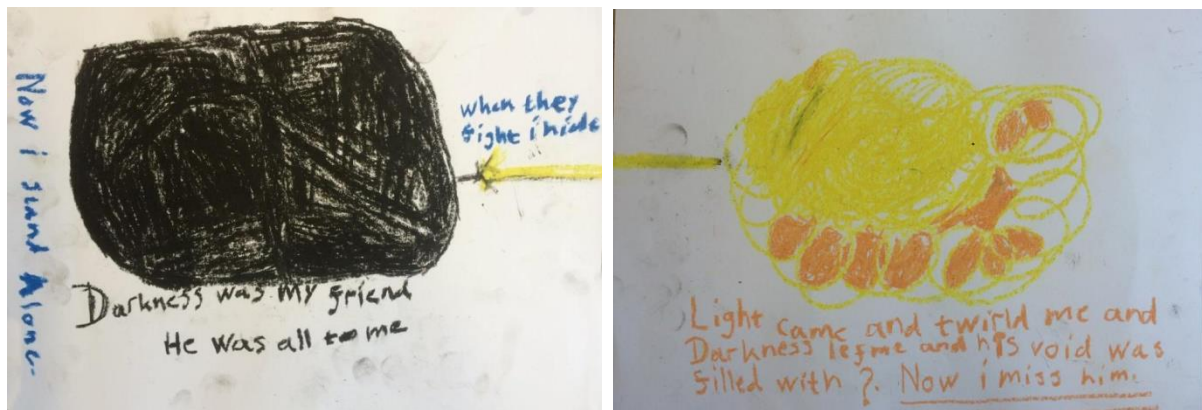
Donald Kalsched introducerede i 90'erne en teori om et selv-beskyttelses system i forbindelse med traumer, i særdeleshed børnetraumer. Kalsched arbejder ud fra Jungs opfattelse af selvet. Han refererer til, at Jung allerede tidligt erfarede, at når et traume rammer mennesket sker der en dissociation der laver en åbning indtil en mytisk og magisk verden. At der ikke bare foregår en splitting af bevidstheden, men at der i det ubevidste ligger en arketypisk verden og venter på at beskytte sjælen/psyken. Det var denne, ikke normale virkelighed som Jung blev så fascineret af. Han blev overbevist om, at der i arketyperne ligger en ressource for bevarelse af sjælen. Kalsched mener, at andre psykoanalytikere bl.a. Winnicott mangler at anerkende det kollektivt ubevidstes andel i, at redde traume overlevendes sjæl/psyke fra udslettelse. (Kalsched, 2013).

Kalsched mener, at en traume-overlevendes historie er en arketypisk historie før den kan blive en personlig historie. At den arketypiske historie sådan set bærer på den traume-overlevendes smerte. Det kan oversættes til, at fortrængte traumer ofte huskes kropsligt, men netop ikke eksplicit. Når noget bliver for svært at bære, fortrænges det af hukommelsen. Men traumet ligger altså i den implicitte hukommelse. I psykosomatiske erindringer. Man kan sige, at det imaginære sprog, som vi bl.a. bruger i kunstterapien, fortæller den implicitte, den

arketypiske traume-historie. Efterhånden i terapien, ved hjælp af dette imaginære sprog, oversættes historien til en mere personlig historie. Og en integrationsproces kan foregå. (Kalsched, 2013)

Kalsched bruger i hans bog udtrykket to verdener refererende til selvets verden og jeg' ets verden. Rummet mellem disse to verdener er jeg-selv -aksen. I kunstterapien arbejder vi netop i dette felt mellem jeg'et og selv'et, i den overbevisning at en styrkelse eller en genetablering af jeg-selv-aksen er vejen til et bedre liv. Han skriver, at i ethvert selv-anden relations øjeblik i psykoterapi foregår der også en begivenhed på det indre plan. Her mener han ikke kun en begivenhed, der baner nye forbindelser på at forme hjernen på ny, som hjernevidenskaben peger på. Men han mener en begivenhed der former sjælen på jeg-selv aksen. Vores drømme fortæller os, at dette er rigtigt. Drømmene fortæller os, hvad der foregår i rummet mellem selvet og jeget. (Kalsched, 2013)

I gruppeterapien på SB havde jeg en ung mand Jacob med. Vi gennemgik sammen hans to tegninger i gruppen. I tegningen udtrykker Jacob sig tvivlende overfor, hvor han befinder sig i hans igangværende forandringsproces fra misbruger til clean, men hans drøm fortæller noget andet.



Jacob fortæller, at det sorte på venstre tegning er det gamle velkendte og samtidig trygge misbrugsliv. Det gule er det nye liv, som han ikke rigtig ved, hvad er endnu, der en længsel mod det velkendte sorte. Mellem de to sider er der en kamp. Når kampen foregår gemmer han sig, siger han, og han står alene. Vi snakker lidt om, at det tyder på mangel på handlekraft (det mandlige). Men nu fortæller han en drøm, han har haft gentagne gange, hvor han plejer at vågne med bankende hjerte. Han er af en anden terapeut blevet opfordret til at prøve at blive i drømmen (ikke vågne), ved aktivt f.eks. at undersøge mørket. I drømmen er han bange for mørket og vil tænde lyset, men det virker ikke. I stedet for at vågne her som han plejer (eller at gemme sig som i tegningen) overgiver han sig bevidst til drømmen. I drømmen går han nu mellem frosne statuer, hvor der en mand, der fører protokol over de frosne statuer, og som undrer sig over at Jacob jo ikke er frossen. Så i drømmen handler han altså (går ind i mørket) og får at vide, at han lever og ikke er frossen. Drømmen viser Jacobs overgivelse til det ubevidste. I det ubevidste gemmer Jacob sig ikke, som han forklarer i sin tegning, han handler i stedet ved at overgive sig til drømmen/det ubevidste. Han får ovenikøbet at vide fra hans selv (manden med protokollen), at han er levende og ikke frossen som de andre statuer.

I gruppeterapien på SB bruger vi ind imellem en fantasirejse, jeg vil mene, at vi i dette felt forsøger at aktiverer netop dette rum mellem jeg'et og selvet. Deltagerne er via min guidning gennem rejsen aktive med deres halvvågne *jeg* og via imaginationen etableres der billeder fra selvet, ofte af arketypisk karakter.

Kalsched skriver, "at tidlige traumatiske oplevelser ofte er mere end man kan bære i bevidstheden. Sådan har det altid været. I sær når traumatiske oplevelser sker tidligt i livet, hvor psyken eller/og hjernen ikke er udviklet til at fordøje det, der sker. Et ungt barn der oplever misbrug, vold eller voldsom forsømmelse af en voksen, bliver overvældet af ubærlige affekter, som er umulige at fordøje, for slet ikke at snakke om at forstå dem. Et chok til den psykosomatiske helhed af personligheden truer med at ødelægge barnets kerne – truer med at udslette den vitale

gnist af personen, som er så afgørende for oplevelsen af at føle sig i live og for senere at have oplevelse af at føle sig 'rigtig'. Denne udslettelse af barnets psyke ville være katastrofal". (Kalsched, 2013)

Han fortsætter med at beskrive, at denne udslettelse heldigvis næsten aldrig sker. Der foregår derimod en dissociation, som er livsreddende. De ubærlige affekter distribueres ud i forskellige dele af psyke og soma. Delene er ikke længere forbundne, så personen ikke behøver lide under et ubærligt traume. Delene er kun forbundne implicit i en arketypisk historie. Dette har overlevelses værdi, idet delene bevarer barnets uskyld ved at splitte det fra resten af personligheden. Herved undgås udslettelse af selvet. De fraspaltede dele af barnet opbevares i det ubevidste og dukker evt. senere op i drømme og i kreative udtryk. Det, som sker som en overlevelses mekanisme, er dét, der senere afskærer personligheden fra at leve et sprudlende og spontant liv. Så omkostningen på sigt er stor. (Kalsched, 2013)

Et eksempel på arketypisk billede af et traume, der ikke huskes, er denne. Denne unge mand fortæller, at han ikke husker, hvad der skete i sin barndom. Han ved, at der skete noget, da han var mellem 7 og 9 år, det har hans mor fortalt ham. En af hans første tegninger i kunstterapien på SB ser sådan ud. Han tegner flere i samme stil.



Det udspændte barn i midten med djæveln bag. I skrivende stund kender jeg ikke den personlige historie, der ligger bag denne arketypiske historie. Men tegningen sætter mig i stand til at sætte mig ind den smerte, eleven må bære på. Jeg mærker min medfølelse med barnet i ham, der er udspændt og ved at blive flået af en djævel.

Det selv-beskyttelses system, som Kalsched beskriver, redder altså barnet, men på sigt har det følger. Kalsched siger, det er ironisk at dissociationen, som tjener som et forsvar og beskyttelse af selvets kerne, samtidig bidrager til et tab eller delvis tab af den samme på sigt. (Kalsched, 2013)

Objekt relations teorien underbygger teorien om en sådan opsplitning af psyken i forbindelse med traumer. Sandor Ferenczi (1933) beskrev det som et split mellem regression af selvet på den ene side og et progressiv selv (f.eks. et selv der vokser hurtigt op og beskytter det regressive selv) på den anden side. Winnicott (1960) skelnede mellem et sandt selv og et falsk selv, hvor det sande selv lå i kroppen og det falske i sindet (hovedet). Jeg'et bliver identificeret med sindet, og selvet ligger efterladt i kroppen, ofte forårsagende psykosomatiske lidelser. Guntrip (1969) beskriver hvordan uskyldige børn, der vokser op i omsorgssvigt og vold, begynder at hade sig selv og i stedet identificerer sig med de dårlige forældre, indtil der foregår et split, og selvets tabte hjerte forsvinder i det ubevidste. (Kalsched, 2013)

Rune's selv-beskyttelses system



Denne tegning af Rune kan være et godt eksempel på, hvordan Kalsched's selv-beskyttelses system på sigt har konsekvenser for traume overlevende. Rune er en ung mand med en traume fyldt barndom. Han er ofte depressiv og hans tegninger selvdestruktive. Tegningen viser meget tydeligt, hvordan det er at være Rune. Han beskriver, at det øverste er en frustreret hjerne med kroppen hængende ned i en galge. Ud fra hjernen går en arm, der stikker i hovedet på kroppen (selvdestruktivt afstraffelse). Under kroppen truer en kødædende plante. Måske kan frykten for, at få kontakt til følelserne for Rune sidestilles med at blive opslugt af en kødædende plante. I øjet er der noget positivt, siger han, måske en indsigt. Der er også et hjerte ved Rune's signatur, der kan tyde på selvomsorg midt i denne kamp mellem de to sider, tanke og følelse. Til venstre ses strukturer, som Rune beskriver som sort maskulin struktur, der overskygger det feminine. Dette kan være symbol for den samme indre kamp. Jeg tænker billedet som et godt billede på udviklingen af et selv-beskyttelses system, der på sigt er blevet selvdestruktivt. Kroppen, hvori den implicite hukommelse ligger gemt, hvor alle følelserne er blevet undertrykt i barndommen. I første omgang

har systemet virket som en beskyttelse af selvet, men det har på sigt udviklet sig til et selvdestruktivt mønster for Rune. I barndommen har han for at overleve for alt i verden ikke måttet mærke følelserne, og har dermed etableret en meget stærk dommer stemme, der holder ham i det selvdestruktive.

Jung om misbrug

Dette fører mig videre til, hvad det er der sker psykologisk, når vi mennesker bliver misbrugere. Og hvad sagde Jung egentlig om misbrug. Han sagde eller skrev ikke meget om misbrug, men han havde indirekte indflydelse på grundlæggelsen af AA (Anonyme Alkoholikere). Dette får han selv først viden om kort før hans død. (Addenbrooke, 2015)

Jung havde i begyndelsen af 1930'erne en klient ved navn Rowland H., som han støttede i at stoppe med at drikke. Efter nogen tid kom klienten tilbage, han var begyndt at drikke igen og ville have Jungs hjælp. Jung reagerede meget kontant og sagde til ham, at han ikke kunne hjælpe ham. Det eneste der kunne hjælpe ham var at udsætte sig selv for oplevelsen af en ægte omvendelse. (*"...telling him bluntly that nothing less than exposing himself to the experience of a genuine conversion could be effective – and that even that might fail"*). (Jung, 1961)

Roland H. var chokeret, men det viste sig senere at være den rigtige reaktion fra Jungs side, da det motiverede Roland H. til at gå ind i Oxford gruppen i USA, som hjalp alkoholikere på dette tidspunkt. Han oplevede en religiøs omvendelse som tørlagde ham, dette var en del af en kædereaktion, der sidenhen var med til stiftelsen af AA. (Addenbrooke, 2015)

En af stifterne William Wilson skriver til Jung, kort før Jungs død i 1961, og takker ham og gør ham opmærksom på sammenhængen. I Jungs brev tilbage kan læses noget om Jungs opfattelse af misbrug. Han skrev, at han i 1931 ikke kunne uddybe sin holdning overfor Rowland H., da han på dette tidspunkt følte sig misforstået af det etablerede videnskabelige samfund. Han huskede Rowland H. og havde ofte tænkt på, hvad der var blevet af ham. Han skriver, at tørsten efter alkohol kan sidestilles med en spirituel trang efter menneskelig helhed, udtrykt i middelalderlig term *"foreningen med gud"*. (Jung, 1961). Han følte, at han dengang ville være blevet misforstået, hvis han havde sagt dette til Rowland H. Han uddyber, at den eneste måde at opleve den helhed er ved, at det sker

for personen selv. Og dette kan kun opnås ved at følge en vej, der vil give én en højere forståelse. En sådan forståelse kan enten opnås ved personlig og ærlig kontakt med nære venner eller ved højere uddannelse af sindet uden rationalets afgrænsninger. (Wilson, 1961. Jung, 1961)

Jung skriver videre, at han er overbevist om, at det onde princip i vores verden vil forlede en ikke realiseret spirituel trang mod afgrunden, hvis denne trang ikke blive opvejet af enten religion eller de beskyttende vægge i det menneskelige samfund. En almindelig mand, der enten ikke er beskyttet af en højere magt eller er isoleret i samfundet, kan ikke modstå det ondes magt, også kaldet djævelen. (Jung, 1961).

Til sidst i brevet henviser Jung til, at alkohol på latin er spiritus, og dette er det samme ord som den højeste religiøse oplevelse, ergo er formelen "*spiritus contra spiritum*". (Jung, 1961).

Et godt eksempel på dette finder jeg i Michael Holden's bog *Fix og færdig*. Han beskriver hans vej ind i misbrug og i sær hans vej ud vha. en tilhørs-følelse til kirken og til troen. (Jørgensen, 1988)

Jung mente altså, at vi mennesker har en iboende søgen mod helhed (mod selvet). Et menneske, som ifølge hans brev ikke er beskyttet af enten en højere magt (religion/selvet) eller af tilhørsfølelse til samfundet (relationer), vil være særlig udsat for at lade sig friste af det onde princip. Han mente altså, at heling består i enten det at overgive sig til en højere magt (gud, selvet) eller at tilhøre et meningsfuldt fællesskab. Det sidste kan sammenholdes med Johann Hari's dokumentationer i sin bog, at heling af misbrug ofte ligger i det at tilhøre et meningsfyldt fællesskab, lige som rotterne i Rote Parken og Vietnam veteranerne, der genoptager deres meningsfyldte liv igen efter krigen.

Man kan sige, at Jung var forud for sin tid med hensyn til forståelse af misbrug. AA og senere NA (omkring 1953) har haft betydelig succes. Man ved ikke præcis, hvor mange medlemmer af 'fællesskabet', som de kalder det, der er, da medlemmerne er anonyme. Men der er møder over hele verden. (Addenbrooke, 2015)

Mary Addenbrooke skriver i sin artikel *Jung and the Labyrinth of Addiction*, at han forstod stoffernes psykologiske funktion anderledes end andre psykoanalytiske tænkere. Han så det ikke kun som et stof, der dulmer, stimulerer og slører bevidstheden. Men som noget der ændrer det, der sker på det indre plan. De kemiske substanser nedbryder de indre vægge, og delene smelter sammen til en oplevelse af helhed. Har man først oplevet denne helhed, vil man opsøge det gang på gang. Men den helhedsfølelse, er ikke ægte og forsvinder igen så snart beruselsen er ovre, eller stoffet mister sin virkning. Og en ny søgen efter at gentage oplevelsen begynder. Denne helhedsfølelse, som der hungres efter i enhver misbruger, kan altså sidestilles med en søgen efter selvet. I misbruget opnås måske en falsk følelse af kontakt til selvet, og man vil fortsætte med at søge efter denne oplevelse. (Addenbrooke, 2015). Jeg tænker derfor, at kunstterapi, som arbejder med at reetablere kontakten til selvet (jeg-selv aksen), her opfylder Jungs svar på, hvad der kan opveje misbrugets midlertidige falske selvoplevelser. Det som i AA kaldes en højere magt. Jeg tænker, at Jung var klog og vidste, at dette sammen med det jordnære ligesom det, at tilhøre en familie eller en 'sund' gruppe ville kunne skabe den balance, der må til for at genskabe et helt menneske. Der skal være ligevægt mellem jord og himmel.

Eksempel på misbrugets loop

En ung mand i kunstterapien laver nedenstående tegneserie. Det er tidligt i hans behandling, han er lige ankommet til SB og har gennemgået de først ugers afgiftning. Jeg synes, den følgende tegneserie illustrerer Mary Addenbrooke's fortolkning af Jungs opfattelse af stoffer og alkohols psykologiske effekt som en falsk fornemmelse af helhed.

Tegneserieøvelse:

Papiret inddeles først i 6 rum. 3 foroven og 3 forneden. Under vejledning laver gruppen en slags tegneserie, hvor jeg løbende giver dem instruktioner om, hvad de skal tegne i hvert rum. Jeg giver kun en instruktion ad gangen.

Øverst fra højre:

1. tegn person, dyr eller ting

2. tegn hvor personen, dyret, tingen, hører til/bor/er
3. tegn funktionen/opgaven den har

Nederst fra højre:

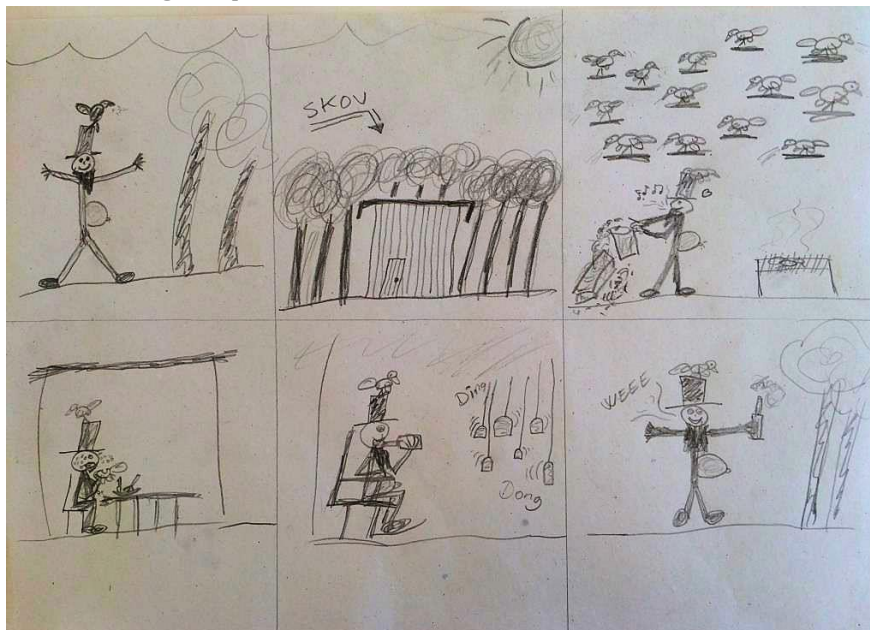
1. tegn udfordringen, problemet den har i sin opgave/funktion
2. tegn hjælperen
3. tegn resultatet

Jeg giver gruppen ca. 5 min til at tegne hvert rum, de må ikke tale sammen undervejs.

Mens de tegner, har eleverne derfor ingen ide om, hvad deres tegning går ud på, det forsøger vi bagefter at undersøge via samtalen. Man kan sige, at øvelsen er en god igangsætter til at bruge imaginationsevnen og ilagt denne øvelse, ligger en cyklus, hvor først et aspekt af personligheden symboliseres (evt. skyggeaspekt, modsatkønnede eller introjekter m.v.), dernæst antydes en udfordring, og sidst en evt. løsning på denne. I det næstsidste felt er der en mulighed for at psyken inviterer et visdomsaspekt (selvet) ind. Og dermed etablering af kontakten mellem jeget og selvet (jeg – selv akse)

Jeg har brugt øvelsen flere gange, og den har ofte vist sig, at være god til at symbolisere udfordringer. Alt efter hvor personen er i sin behandling, hvor klar vedkommende er til at dykke ned i sit eget ubevidste, kan billedserien åbne op til en personlig samtale på mange planer. Jeg ser disse billedserier er øjebliksbilleder, såvel som de kan være universelle (arketypiske) udviklings billeder, dvs. billeder som vi alle kan spejle vores egen udvikling ind i. Således læser jeg også den følgende tegneserie som et bud på et kollektivt misbrugs loop.

Emils misbrugs loop



Emil beskriver sin tegneserie således: et fugleskræmsel (1.), der bor i et skur i skoven (2.), han elsker sine fugle, fodrer dem (3.), men spiser dem også, hvilket gør ham ked af det (4.), han drikker derfor og bliver 'glad' igen. Vi snakker om, at tegneserien er et symbol på det destruktive i misbruget. Man kan se på det som fuglene, der er et symbol på sjælen, som fortæres, og stofferne/alkohol der dulmer og giver en falsk fornemmelse af glæde. Jeg tænker, at den falske glæde Emil forklarer, kan sidestilles

med en falsk fornemmelse af helhed. Fugleskræmslet, der ikke er levende og står fast, svarer til det falske selv. I sin misbrugsadfærd (spiser fuglene) æder han sådan set af sin egen sjæl, altså står ikke ved sig selv, det gør ham ked af det, og han drikker for at få en ny fornemmelse af helhed. Den unge mand kalder, tegneserien for *misbrugets loop*.

Udvikling af misbruget i psyken

David Schoen er jungiansk analytiker fra USA. Han har skrevet bogen *War of the gods in addiction*. Bogen bygger på Jungs analytiske psykologi, og han har skrevet den for at dokumentere, hvorfor anonyme alkoholikere (AA) og anonyme narkomaners (NA) program virker for mange misbrugere. Han har lavet en model, der beskriver udviklingen af et misbrug i psyken ud fra Jungs analytiske psykologi.

I første omgang skelner Schoen mellem misbrug som et storforbrug og som en egentlig afhængighed. Hvor der, idet han forstår, som en egentlig afhængighed forstås en dødsdom. Er misbruget ikke en dødsdom, altså er der stadig adgang til en hvis viljestyrke til at vælge stoffer eller alkohol fra, er der ikke tale om en egentlig afhængighed. I en egentlig afhængighed (addiction) er psyken totalt overtaget, og det er misbruget, der styrer misbruget. Som en bekendt beskrev sit alkoholmisbrug for mig: "det var alkoholen der styrede mig og ikke mig der styrede alkoholen". (Schoen, 2009)

Schoen tillader sig at generalisere, når han bruger følgende model til at illustrere, hvordan et misbrug udvikler sig i psyken. Han skriver, at der selvfølgelig er tilfælde, hvor denne udvikling varierer fra hans model, men ud fra alle de historier, han har hørt gennem sit årelange arbejde med misbrug, er disse variationer sjældne. (Schoen, 2009)

Han inddeler udviklingen af misbruget i 4 faser.

Fase 1: Jeg/persona identifikation med falsk selv

Schoen beskriver det svage jeg, der udvikler en persona, der tilpasser sig det som omverdenen forventer. Persona'en bliver stærkere, idet jeg' et som sagt er svagt, og der foregår en identifikation med persona'en. Jeg er min maske/persona, ergo et falsk selv. (Schoen, 2009) Jeg tænker, dette kan tilføres Kalsched's selvbeskyttelsessystem. Det endnu uudviklede jeg (barne-jeg'et), der udsættes for en traumatisk oplevelse, sommetider gentagne traumer, beskytter selvet, ved fraspaltning. Overlevelses strategier udvikles. Jeg gør sådan og sådan for at fungere i den verden, som er mig budt. Resultatet er et ikke autentisk jeg (falsk selv).

Fase 2: udviklingen af den personlige skygge

I forbindelse med overlevelses strategierne undertrykkes alt det, man ikke må være i skyggen. Jeg tænker, jo mere rigid disse strategier bliver, jo mere undertrykkes i skyggen. Som i Rune's selvbeskyttelse overfor nævnt er det at være glad og spontan blevet undertrykt i skyggen. Jo mere barnet må tilpasse sig i barndommen for at overleve, jo mere undertrykkes i skyggen.

Schoen beskriver i denne fase en konflikt mellem skyggen, som kræver at blive set, og persona'en/det falske selv der gør alt for at undertrykke affekterne fra skyggen. En konflikt som truer med en eksplosion. (Schoen, 2009)

Fase 3: Introduktion af potentiel misbrugsadfærd

I denne fase raser den indre konflikt mellem den personlige skygge og persona'en og udvikler sig ofte til psykiske og fysiske sygdomme. Psykiske lidelser som PTSD, OCD, angst, depression m.m. Fysiske symptomer som maveproblemer, blodtryk m.v. (Schoen, 2009)

Han beskriver, at jeg et her har to muligheder at søge hjælp eller lindring. Jeg tænker, at de stofmisbrugere, jeg har mødt, ofte starter deres misbrug tidligt i livet, som teenagere. At søge hjælp er ofte en umulighed, da de voksne i deres liv af forskellige årsager ikke er tilgængelige for hjælp. Den indre konflikt er netop indre, og jeg tænker det er for skamfuldt at erkende over for nogen. Jeg hører også ofte om, at forsøg på at bede om hjælp for disse børn og teenagere desværre udmønter sig i yderligere skuffelser og traumer.

Det er i denne fase, at de unge introduceres for stoffer. Schoen skriver, at næsten alle i denne fase tænker, at de selvfølgelig ikke bliver afhængige, og at de jo har styr på det. Han siger, der dog er nogle, der ikke når at være i denne fase, men som med det samme er totalt afhængige fra den først øl eller hashpipe. (Schoen, 2009). Det sidste tænker jeg tilskrives genetiske dispositioner.

For nyligt så jeg en udsendelse om Dunedin undersøgelsen fra New Zealand, hvor 1036 mennesker er blevet fulgt bl.a. med hensyn til gener og miljø siden 1976. Som jeg forstår undersøgelsen vedr. cannabis overfor skizofreni og psykoser, er der en forøjet risiko for udviklingen af skizofreni, fra 3 % til lidt over 10 %, hvis man i forvejen er genetisk disponeret for udviklingen af lidelsen. Jeg tænker her, at det samme kan gælde for misbrug og andre lidelser. Genetisk disposition, traumatiske oplevelser og dertil introduktion i stof miljøet i denne særligt sårbare fase, ja så er sandsynligheden for afhængighed stor. Det er hårde odds for unge mennesker, der i forvejen har haft en hård start i livet.

Fase 4: Udvikling af misbrugs kompleks

I denne fase får den personlige skygge udtryk. I påvirket tilstand kommer skyggen frem. Den normalt meget introverte bliver måske ekstremt udadvendt i påvirket tilstand. Schoen beskriver det som et *Dr. Jekyll and Mr. Hide* fænomen. I denne historie af Robert Louis Stevenson, hvor en læge eksperimenterer med stoffer, der gør, at han bliver en totalt anden i påvirket tilstand, en grim og ond skabning (skyggen) modsat den pæne ordentlige læge (persona). Forfatteren fik også inspirationen til historien fra sine egne drømme. Jo mere ubevidst den personlige skygge er, jo mere magt får skyggen i misbruget. Da misbrugsadfærd er den eneste måde, skyggen kan udtrykke sig på, vil denne blive ved med at kræve mere og mere af det udløsende stof. (Schoen, 2009)

Jeg tænker selv på, hvordan man nogle gange gør ting i en beruselse, som man aldrig ville gøre i ædru tilstand, som man slet ikke troede, man selv kunne finde på. En skygge er ikke kun negativ, så nogle gange er det glæden, der udtrykkes i beruset tilstand. Undertrykt spontanitet, ja at kunne danse på bordene.

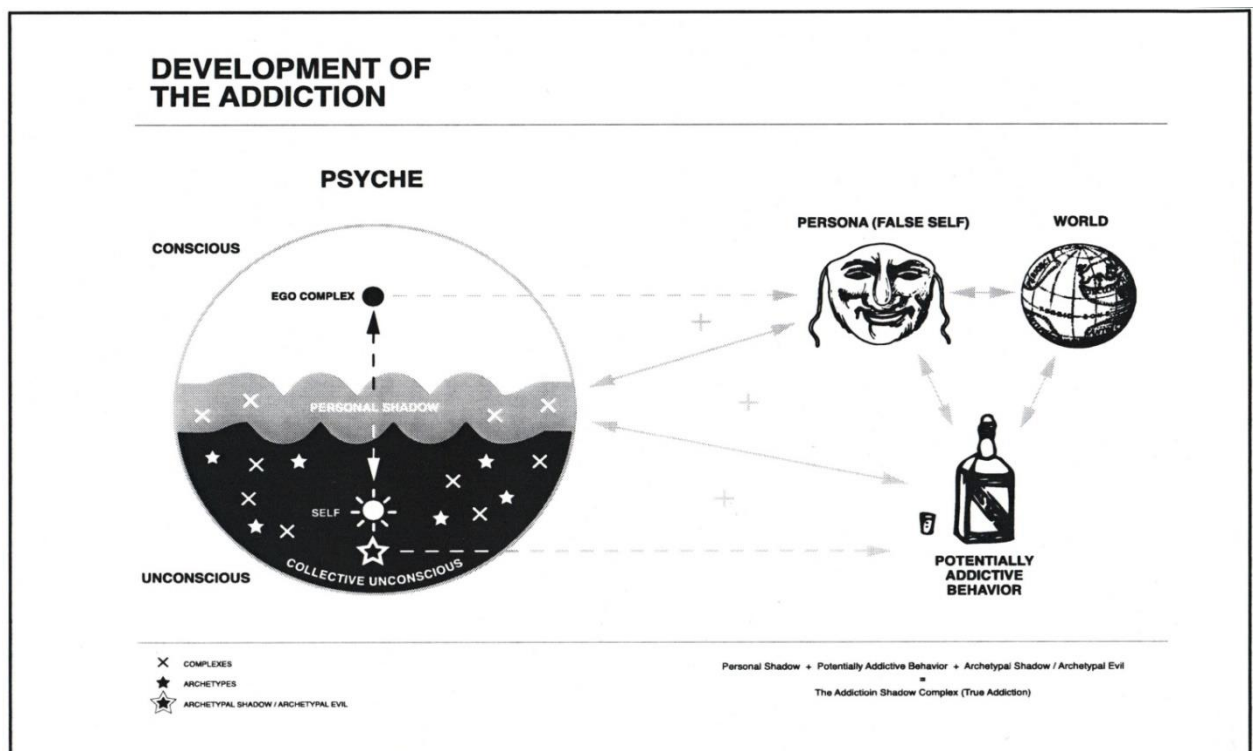
Dette bånd, skriver Schoen, mellem den personlige skygge og misbrugsadfærden skaber et kraftfuldt kompleks i psyken, der er stærkere end de andre komplekser. (Schoen, 2009)

En af de unge mænd fra SB sagde engang til mig: "Lotte, du ville ikke kunne lide mig i mit misbrug... du ville sikkert være bange for mig". Efter hans mening var det altså noget negativt, der udtrykte sig i hans misbrug.

Jeg tænker på Jungs holdning til et misbrug, som psykens søgen efter helhed. Hvis man tænker, at man i beruset tilstand giver skyggen plads, ja så foregår der jo en slags integration med skyggen i beruselsen og deraf en følelse af helhed. Men når man kommer til sig selv igen, er der ikke sket en forandring. Integrationen er kun midlertidig.

Fase 5: Misbrugs-komplekset overtager psyken

En kombination af misbrugsadfærden, den personlige skygge og arketypen 'det onde' bliver nu det, der dominerer psyken. Jeg'et har nu ingen viljestyrke tilbage, og det er misbruget der sætter dagsordenen. Som at være tjener for en indre dæmon, hvor det næste fix, rus er det eneste gyldige mål. I AA er det første af deres 12 trin at erkende, at man er magtesløs over misbruget. (Schoen, 2009)



Personlig skygge + potentiel misbrugs adfærd + arketypen det onde = misbrugs kompleks. (Schoen, 2009)

Symbol på misbrugeren

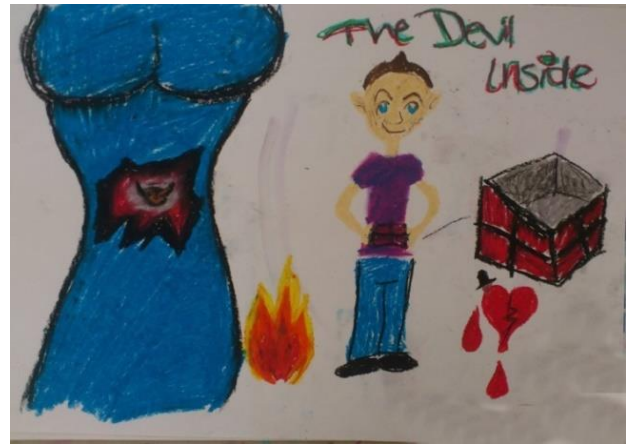
Ifølge Schoen får skyggen altså lov til at udtrykke sig i misbruget. Den side af vores personlighed som er mest ubevidst. Jeg talte en dag med en elev om dette. Omtalte unge mand er vokset op alene med sin mor og er en yderst rar og hensynsfuld ung mand. Han har aldrig haft nogen mandlige rollemodeller, og han har meget svært ved at udtrykke vrede og stå ved sin mening. Det er fuldstændig umuligt for ham bare som en øvelse at stampe i gulvet for at forsøge at få lidt afløb for vreden. Vi snakker lidt om hans barndom og om, at det nærmest var tabu at blive vred, og jeg spørger, om det måske var skamfuldt at komme med den slags udtryk. Ja, det var det. Jeg spørger ham så, hvordan det var da han var i misbrug, hvordan han var dengang? Han beskriver, at da han var i misbrug, var han fuldstændig kold og ligeglad og kunne sagtens udtrykke sin irritation m.m. I misbruget får noget forvist fra barndommen altså udtryk. Samtidig var han dog fuldstændig ligeglad med andre i hans misbrug. En anden elev, som altid er sød og fredelig, fortæller, hvordan han i påvirket tilstand opsøgte folk på gaden at slå med.

Ifølge Schoen's opfattelse er misbrugskomplekset ikke kun bestående af personligt skyggemateriale men også fusioneret med arketypisk materiale i form af det onde, djævelen, satan, Loke m.v.

Gennem mit møde i kunstterapien med unge mennesker, der har haft et stofmisbrug, dukker der ofte billeder op af det, der i behandlingen på SB kaldes stofmisbrugeren. I misbruget har den enkelte en anden identitet, idet komplekset totalt har overtaget personligheden. De billeder, jeg ofte ser, som de unge identificerer som 'stofmisbrugeren', kunne også minde om det Schoen beskriver. Djævle, uhyrer og nogen gange figurer der er en slags trickst'ere, ligesom vores egen Loke i den nordiske mytologi.



Billedet til venstre blev beskrevet som en trick'ster, der snød og gjorde hvad som helst for at opnå, hvad han ville have.



At være gift med gift... den eneste partner der er plads til i misbruget. Til højre illustrerer en ung pige, hvordan misbrugeren fylder det indre, kniven i hjertet som symbol på at sjælen slås ihjel, når misbrugeren har magten.

Egocide

Til forståelse af de processer eleverne på SB gennemgår, er David Rosen's egocide model anvendelig. Misbrugeren er som ovenfor beskrevet en jeg-identitet, der har overtaget psyken. I behandlingen må eleverne give afkald på denne, for dem oftest den eneste kendte identitet, og finde en ny autentisk identitet. Modellen er god til at forstå en forandringsproces.

David Rosen kom på sporet af egocide i hans undersøgelser af selvmordsforsøg. Han opdagede, at personer, der havde forsøgt selvmord og overlevet, ofte kom igennem en slags genfødsel efter at have været så nær døden. Blandt hans undersøgelser var personer, der havde forsøgt selvmord ved, at springe ud fra Golden Gate bridge og Oakland Bay Bridge. Meget få personer overlever et sådan spring, men af de overlevende forsøgte ingen igen selvmord. Han opdagede at alle de overlevende gennemlevede en udviklings proces, der ændrede deres bevidsthed. Her begik de det, han senere kaldte egocide. De fik derigennem en oplevelse af en ny jeg identitet. Som en slags død og genfødsel. (Rosen, 2002)

I første omgang går hans metode ud på at få selvmordstruede klienter til at indse, at de ikke behøver tage deres eget liv, men kan nøjes med at aflive en del af sig selv. Egocide. Han bruger ofte aktiv imagination, kreativitet og drømme analyse til dette. Hans tilgang er holistisk, og han kalder den selv *"ny jungiansk analytisk"*. (Rosen, 2002)

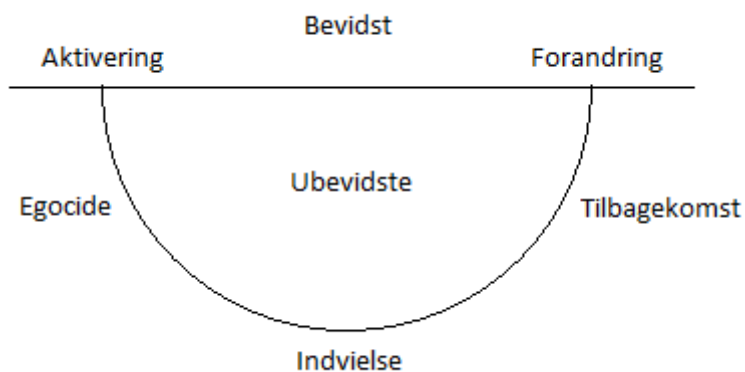
I simpel model til egocide er følgende

1. egocide
2. indvielse
3. tilbagekomst

Jeg mener, at denne model kan bruges i alle former for forandringsprocesser. Ikke kun selvmordstruede. Man kan sige, at stofmisbrugere er selvmordstruede pga. den høje dødelighed, som truer enhver stofmisbruger. Jeg har set denne proces symbolsk i et enkelt billede fra arbejdet på SB. Ligesom processen kan ses på længere sigt over et terapiforløb.

Jeg kan ikke lade være med at tænke på nærdødsoplevelserne, som Rosen beskriver, og derefter følgende følelse af et nyt jeg sammenholdt med det, man i misbrugsverdenen kalder *"hitting rock bottom"*. Begrebet forstås som at være nået bunden, hvor man ikke længere har noget at miste pga. selv destruktiv adfærd som et misbrug er. Det kan ses som det vendepunkt, hvor beslutningen om behandling indtræder. En af mine elever fortalte mig om sådan et vendepunkt. Han fortæller mig, at han flere gange har forsøgt at stoppe med at tage stoffer og drikke, både på egen hånd og i behandling, og han forsøger også selvmord. Men en dag bliver han indlagt med en spiritus promise på 4,1. Det bliver vendepunktet for ham. Han gentager tallet igen og igen. 4,1! Jeg fornemmer det dybe indtryk, tallet har gjort på ham.

Jeg har (desværre) flere gange oplevet, at et tilbagefald under behandlingsforløbet bliver et vendepunkt. Jeg oplevede for noget tid siden en stor forandring hos en af eleverne. Han var pludselig meget seriøs og målrettet og helt klar på hvilken vej han skulle. Jeg havde på det tidspunkt været væk fra SB pga. ferie, og jeg spurgte ham, hvad denne forandring skyldtes. Jeg tog et tilbagefald, svarede ham. Jeg vil også mene, at der er forskel på, om oplevelsen af "rock bottom" udløser et egentlig egocide. Altså laver en egentlig forandring eller motiverer individet til at igangsætte pågældende forandringsproces. Måske kan man se det som en villighed til at give slip på ego'et (jeg'et) og dykke ned i den følgende indvielse i det ubevidste. Det er klart, at et tilbagefald ikke er at anbefale, det er jo alt for farligt. At opnå forandringen i terapien i et egocide er at foretrække. Forandringsprocesser tager tid. Der skal skabes nye spor i hjernen, så tilbagefald ikke bliver den nemmere vej, næste gang livet er for hårdt at leve.



Vibeke Skov (2015) har illustreret Rosen's model i denne tegning.

Når man starter i behandling, skal der som udgangspunkt være et bevidst ønske om forandring, et ønske om at give slip på noget af jeg'et. (Skov, 2015). I misbrugsbehandling er det som udgangspunkt misbrugsidentiteten, man giver slip på. De unge mennesker, jeg møder på SB, er motiveret i forskellig grad, og det er klart, at der hvor motivationen og villigheden til at give slip på misbrugsidentiteten er størst, ja, der er udbyttet også størst. Jeg tænker, at modstanden mod at give slip på det kendte i misbrugsidentiteten ligger i frykten for, hvad der kommer i stedet. De unge mennesker ved ofte ikke hvem de er, hvis de ikke er *misbruger*. Unge mennesker, der ikke har været stoffri siden de var børn, har jo heller ikke noget at sammenligne med. De skal først til at opdage, hvem de er som voksne stoffri.

Eksempel på egocide processen i det ubevidste.

Efter en fantasirejse tegner en af eleverne på Springbrættet denne tegning.



Han fortæller om fantasirejsen, at han går over en dejlig gylden kornmark, hvor han lader håndfladerne glide gennem aksene. Han møder en sabeltiger, som følger ham, han er glad for den. Han når hen til livets kilde, hvor han ser en mandlig vogter, en naturmand og en kvindelige vogter, en elverkvinde. Han har dog mest kontakt til den kvindelige, som giver ham et knus. Han modtager et læderetui med en flaske med vand fra livets kilde. På vej tilbage over marken oplever han, at marken er brændt ned, og sabeltigeren er også gået til i branden. Han fortæller, at han bliver trist og sorgfuld over dette.

Billedet og beskrivelsen af fantasirejsen er således et udmærket eksempel på Rosens egocide model. Sabeltigeren repræsenterer i fantasirejsen en del af jeg'et, som går til i brand. Symbolsk kan man sige, at jeg'et brænder ned for gennem asken at kunne genopstå til noget nyt. Sabeltigeren kan ses som et symbol på et forsvar, som altså er del af jeg'et, der gives slip på. Jeg tænker, at Philip's tristhed over dette, skyldes førnævnte angst for det uvisse.

Philip er ny i behandling, og jeg tænker, at han i fantasirejsen foregriber det egocide, han vil gennemgå i behandlingen for at blive stoffri, en proces der allerede er igangsat i hans ubevidste. Man kan sige, at hans psyke forbereder sig på processen. Hans vej går gennem en etablering af ny kontakt til det indre parforhold og selvet (livets kilde).

Ca. et halvt år senere til sidst i Philips behandlingstid på SB, i forbindelse med en anden tegning, fortæller han mig om noget af det, der har ændret sig i løbet af behandlingen. Han fortæller, at han har lært at værdsætte det indre mere, bl.a. at kunne gå i joggingbukser og tillægge sig en lille topmave, uden at det betyder så meget som tidligere, hvor det ydre var det vigtigste. Han fortæller, hvordan han før brugte et veltrænet og velklædt ydre til at stive sig af med. Jeg spørger ham, om han kunne huske sabeltigeren, det kunne han godt.

Selvom David Rosens målgruppe er depressive, kan hans model bruges på alle, der gennemgår en forandringsproces

David Rosen inddeler sit arbejde med klienter, som begår egocide, i tre faser. Egocide, indvielse og tilbagekomst.

Egocide:

I starten kan der som nævnt ovenfor være modstand mod at starte i behandling. I denne periode i terapien opbygges tilliden mellem klient og terapeut og tillid til processen. Tillid til selv'et. (Skov, 2015)

Først er der tale om den jeg-støttende terapi. Ressourcer opdages og manifesteres.

I denne periode lærer klienten at forstå sin egen psyke. Hvorfor gør man, som man gør, hvad er det for nogle negative introjekter fra mor og far vedkommende har? Og *hvor* har klienten projektioner på disse introjekter. Når projektionerne er trukket hjem, og introjekterne bevidstgøres, er der tale om det egentlige egocide. (Rosen, 2012) Det er primært terapeutisk arbejde med det personligt ubevidste. Til dette hører også arbejdet med balancering af det indre parforhold.

Indvielse:

Ifølge Rosen er det i denne periode, at jeg-selvaksen begynder at udvikles. Det hårde arbejde med introjekterne og skyggen og afbalancering af det indre parforhold, hjælper dig til at kontakte selvet. Man begynder at kunne se lyset igen. (Rosen, 2002)

Tilbagekomst:

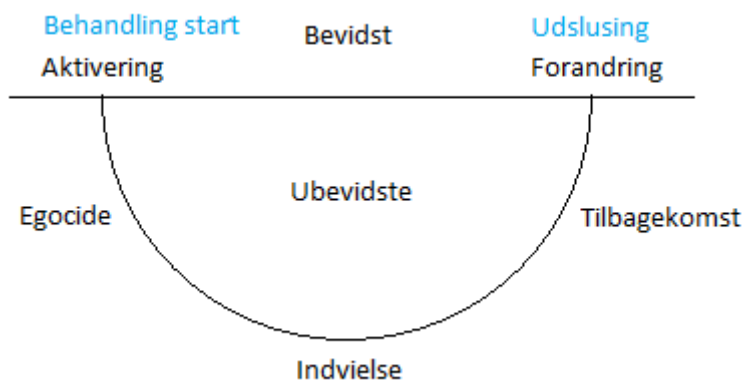
I denne fase indøves alt det nye, man har lært, og manifesteres i den nye jeg identitet. Jeg ser det meget som den fase, hvor man efter at have været meget i det psykologiske domæne bevæger sig mere og mere over i det sociale og spirituelle domæne. Man prøver den nye jeg identitet af, først engang i gruppen på SB og siden i udslusningen.

I denne sidste fase begynder livet at give mening igen (spirituelle domæne)

Faserne kan også fint henføres på individuationsprocessen. Og jeg synes, det er vigtigt, at bemærke, det er en cyklus, man kan gennemgå mange gange. I kunstterapi vil billederne nogen gange ændre sig i et forløb. Dette kan måske henvises til, at klienten arbejder i de forskellige domæner af livet, det biologiske, psykologiske, sociale og det spirituelle. Bevægende sig igennem disse domæner kan der foregå denne cyklus, idet jeg ikke tænker, det nødvendigvis foregår i en vis orden. Og jeg tænker heller ikke, man bliver færdig. Udviklingen kan altså fortsætte i den individuelle individuationsproces. David Rosen foreslår, at den depressive gennemgår en kreativ transformation og her igennem symbolsk død og følgende nyt liv. Altså er kunstterapien ideel til hans model. (Rosen, 2002)

I den analytiske psykologi svarer det til, at man slår jeg-identiteten ihjel. Og transformationen består i, at man får en ny mere autentisk jeg-identitet med bedre forbindelse til selvet (jeg-selv akse). I enhver form for proces hvor man arbejder med selvudvikling eller forandringsprocesser, kan man dog bruge hans model. Det er ikke altid nødvendigt at slå hele den bevidste jeg-identitet ihjel, for ved transformation og bevidstgørelse af det personligt ubevidste, transformeres også jeg'et. David Rosen beskriver, at de overlevende, der forsøgte selvmord fra Golden Gate bridge, slog deres problematiske persona og jeg-identitet ihjel men bevarede deres selv. (Rosen, 2002)

Jeg tænker selv, at modellen er fin til at overskue forandringsprocessen i misbrugsbehandling. Jeg ser modellen overordnet gennem hele behandlingen, hvis jeg vender tilbage til Vibeke Skovs tegning af modellen, med tidslinjen øverst. Og processen kan nogen gange ses i en enkelt tegning. Eleven beslutter at gå i behandling, giver slip på misbrugsidentiteten, integrerer materiale fra det personligt ubevidste, udvikler tillid til det kollektivt ubevidste, og jeg-selv akse udvikles. I sidste fase øver eleven sig i sin nye mere autentiske jeg-identitet.



Jeg tænker, at Rosens model kan overføres på faserne i Van Gennep's indvielses riter eller overgangs ritualer; separation, liminal tilstand og reintegration. Separationsfasen hvor der gives afkald på det kendte. Derpå en sårbar liminal fase hvor man befinder sig midt i mellem identiteter, man er hverken det ene eller det andet. Og i reintegrationen træder man igen ind i samfundet, nu med en ny identitet. Disse kan igen ses som hele forandringsprocessen over lang tid, såvel som jeg kan henføre det på en kreativ fordybelses proces med et enkelt billede. (Vilslev)

Det forviste barn

Dette afsnit viser et udsnit af individuel kunstterapi med Emil over ca. 6 mdr.

Emil, baggrund. (Nov. 2015)

Emil har ikke været på SB så længe, da jeg laver en aftale om et forløb med individuel terapi med ham. Han melder sig frivilligt, da jeg udtrykker behov for et individuelt forløb med elev til dette speciale. Jeg har haft Emil i gruppe kunstterapien en gang tidligere, hvor han lavede tegneserien, som er beskrevet i afsnittet om Jung og misbrug.

Første gang vi mødes, lader jeg ham fortælle om hans opvækst, familie og misbrug. Han beskriver et godt familieliv med mor og far, indtil de bliver skilt, da han er 6½ år. Han starter med at fortælle om sit had til sin mor, der altid har ladet sig styre af drømme, og hvad eksempelvis clairvoyante personer fortæller hende. Hun valgte en anden mand, da hun blev skilt fra hans far, ud fra et romantisk drømmesyn, og det ødelagde deres familie. Han er skuffet over sin mor og har ingen kontakt til hende nu.

Papfaren var dominerende og voldelig. Han mindes mange gange, hvor han brydes med ham i leg, og det ender med, at han bliver slået af papfaren. Papfaren er uberegnelig, og hans mor vil ligesom ikke erkende dét, der sker for Emil. Da han er ca. 12 år bliver papfaren igen vred over en episode og sparker Emil tre gange i skridtet, mens han ligger ned. Bagefter glatter moren ud og siger, det ikke er så slemt, og får Emil til at love ikke at sige det til nogen.

Som 14 årig stifter han bekendtskab med pot og synes, det er fedt. Han ryger tjald til fester m.m. og bliver smidt ud af skolen. Han flytter et par år hjem til sin far, og det går bedre. I 10. klasse oplever han, at der ingen struktur er, han og kammeraterne ryger tjald.

På gymnasiet ryger han nu hver dag, og han stopper siden med, at gå i skole. Han flytter tilbage til sin mor og prøver at kvitte stofferne. Han arbejder, og det går godt et stykke tid. Men så begynder han igen, og nu beskriver han, at det ligesom går amok i stoffer... hash, kokain, frimærker, svampe, LSD, syre. Han forsøger at starte på HF og tager en kold tyrker, men det går ikke. Han får nu en aftale med kommunen om døgnbehandling.

Da jeg til sidst spørger ham, hvad hans motivation er for at stoppe med misbruget, siger han: *"ellers slår jeg mig selv ihjel"*.

Lille Thomas

Vi mødes, og jeg laver en fantasirejse for ham. Mens jeg laver den kropslige afslapning, beslutter jeg i baghovedet, at Emils rejse skal guide ham til noget meget jordnært. Min guidning til rejsen (efter en kropslig afslapning) er kort beskrevet: gennem en skov, vær nysgerrig og undersøgende, brug sanserne, dufte, lyde, føle, se. Jeg foreslår et møde med et dyr, han evt. kan følges med. Rejsen fortsætter gennem dybere skov, frem til en lysning med en jordhøj hvor der er en åbning, der leder videre ind til et rum, hvor han møder en anden, som han tilbringer noget tid med. Den anden giver ham en gave. Herefter guides han samme vej tilbage gennem skoven. Inden han åbner øjnene igen, beder jeg ham om at tegne det billede, der er tydeligst på hans rejse, eller det som falder ham ind.



Han beskriver, at han var forvirret i skoven, han kunne ikke finde vej, han møder sin kat fra barndommen. Om katten fortæller han, at den stolede på ham, og han kunne få den til at spise alt, selv rosiner. En dag forsvandt hans kat, det var han meget ked af. På rejsen videre kommer han til højen, hvorinde han møder sin barndomsven Thomas, fra da han var 8-10 år. Thomas giver ham noget gammelt slidt Lego-legetøj: en figur og nogle byggeklodser.

Emil begynder meget hurtigt at fortælle om sine barndoms minder med Thomas. De legede nemlig meget i en skov, og han

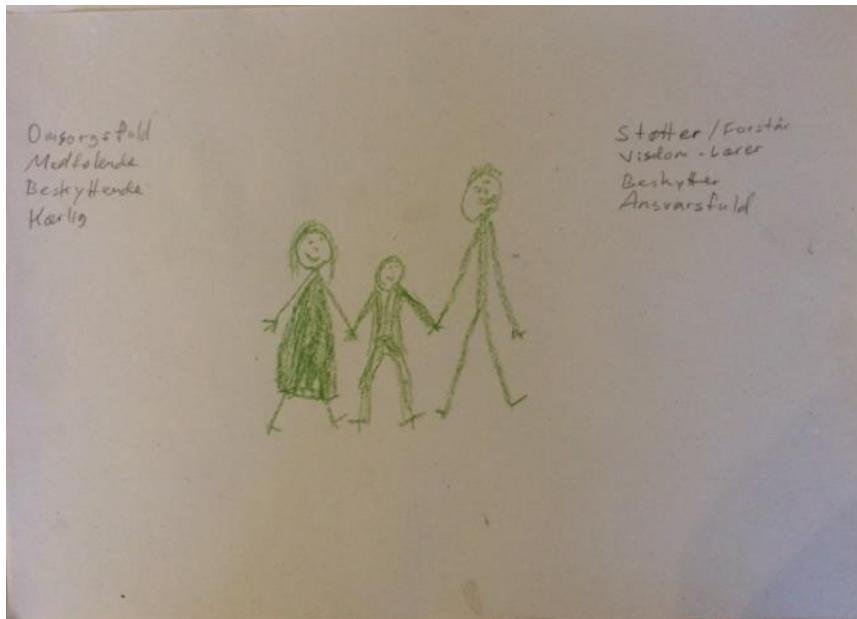
fortæller også om et gammelt hus, de ofte besøgte. De lavede farlige ting sammen. *(Emil er god til at fortælle og snakker ofte længe om et emne, der fanger ham. Jeg har bemærket, at han ofte slår blikket ned, mens han taler, ja faktisk er blikket slået ned det meste af tiden, kun ind imellem ser han op. Jeg tænker, det er et tegn på noget skamfuldt).* Om Thomas fortæller han, at han fik mange tæv derhjemme af hans papfar. Emil fortæller, at selvom han sagde det til sin mor, og der også var andre i skolen, som vidste det, var der aldrig nogen voksne, der greb ind.

Vi taler om tegningen. (Imens virker Emil lidt fortabt.) Jeg prøver at sætte gang i imaginationen ved, at spørge en masse ind til den. Han fortæller at træet er mindst 100 år gammelt, solidt men knækket og der er råd i det. Der vokser også en svamp nederst til venstre. Han ved ikke, hvad der er i hullerne på træet, måske dyr. Katten er hans kat fra barndommen. Han ved ikke, om drengen er ham selv eller Thomas, *"men det er jo nok mig selv"*. Han er rød. Hvorfor er han rød? Er han malet rød, eller er det blod? Kommer det indefra eller udefra? Det kommer indefra, siger han. Jeg fornemmer noget utrygt, mens vi snakker og tænker senere igen på skammen, som gør det svært at snakke om. Det skamfulde handler hans indre barn.

Han fortæller, om terapien med sin terapeut på SB, hvor hun har bedt ham visualisere at tage den lille Emil, der er blevet sparket af papfaren, på skødet. Det kunne han ikke gennemføre, det var for svært, og følelsen, han kommer i kontakt med, er skyld. Igen tænker jeg på det skamfulde.

Jeg tænker, at han ubevidst bruger Thomas i min visualisering til at symbolisere et skyggeaspekt. Det forviste barn i barndommen, den lille Emil, som led forfærdeligt, og som de voksne ikke hjalp, som hans mor ikke anerkendte, havde det svært. Det er måske derfor han virker så fortabt mens vi taler om Thomas. Skamfølelsen hos Emil er stærk og jeg tænker, det gør det nemmere at rumme det, når han projicerer det over på Thomas.

For at komme lidt videre foreslår jeg, at Emil tegner en ny tegning, hvor han tegner, hvad Thomas har brug for.



Han tegner nogle gode forældre på hver sin side af drengen. Jeg spørger lidt om, hvilke egenskaber sådanne gode forældre har. Og han skriver nogle af disse på tegningen. Jeg spørger, om Emil, ved hvad de indre forældre er. Det kender han godt til. Lars Sørensen skriver, at skam skal heles gennem kærlige øjne, og her inviteres der til etablering af nogle indre kærlige øjne.

Jeg foreslår Emil at bruge Thomas aktivt i visualiseringer m.m. I den overbevisning at jeg mener, at hvis han kan hele den

lille Thomas, heler han sit eget lille barn. Måske er det nemmere for ham at bruge Thomas end at forestille sig selv. Thomas er symbol for det forviste indre barn.

Selvrestituerende enhed

Inden jeg mødes med Emil for tredje gang, er jeg til supervision. Vi snakker om vigtigheden af at arbejde med jordforbindelsen i forhold til Emil. Min supervisor foreslår bl.a. at gå udenfor sammen med Emil og gå med bare tæer i jorden. Det er november måned og en kold dag, så den ide forkaster jeg.

Mens jeg kører i bilen ud til SB, kan jeg mærke, der er noget i mig, der har lidt modstand på det med jorden. Jeg funderer over hvorfor. Jeg har det fint med jord selv og kan sagtens vade i mudder til knæerne. Faktisk kommer jeg i tanke om en gang i Mellemøsten, hvor jeg var på en udflugt til et mangroveområde. Der havde lige været regn (som kun faldt et par gange om året i denne del af verden). Så det endte med, at vi gik i mudder til lårene, som jeg husker det var jeg rolig og uberørt af dette. Så det var ikke her skoene trykkede. Jeg var nok nærmere kommet lidt ud af min komfort zone m.h.t. at gå udenfor m.m. Jeg er klar over, at jeg har det godt med at have en plan, jeg kan holde mig til i terapien. Det har jeg jo som regel, når jeg har gruppekunstterapi, jeg plejer at have en plan A og en plan B klar. Noget jeg har gennemtænkt hjemmefra, ud fra hvor gruppen befandt sig udviklingsmæssigst, sidst jeg mødte dem. Jeg har i supervision været bevidst om, at det er et arbejds punkt, jeg skal blive mere spontan omkring. Da jeg har mest erfaring med grupperne, har det ikke været den store udfordring, da jeg sagtens kunne forberede flere muligheder hjemmefra. Og jeg er klar over, at selve erfaringsgrundlaget jo hjælper mig til at blive mere spontan. I forbindelse med individuel terapi har det været en øvelse for mig ikke nødvendigvis at have en plan på forhånd, da jeg jo umuligt på forhånd kan planlægge, hvad der præsenterer sig i forhold til min klient. Jeg er også

bevidst om, at 'jordet' har noget med min egen spontanitet at gøre, jeg frisætter ikke nødvendigvis min egen spontanitet ude i det offentlige rum.

Alt dette er ikke noget, jeg tænker dybt over, inden jeg mødes med Emil. Men noget rører sig og jeg føler mig lidt provokeret af supervisor. Det er først bagefter i skrivende stund at refleksionen ovenfor kommer. Helt intuitivt fornemmer jeg dog, da jeg ankommer til kunstterapilokalet, at der her er en grænse, jeg personligt må prøve at overskride.

Spontant springer jeg ud i haven og henter et par håndfulde jord, som jeg lægger på et stykke papir på en plade på bordet. Jeg tænker, at hvis det er Emil meget imod, eller han har noget andet presserende han vil arbejde med, så må jeg jo sadle om. Jeg beslutter simpelthen at lade jorden ligge på bordet, som en åben invitation.



Vi snakker lidt først. Han ser nysgerrigt på jorden. Jeg foreslår, at han rører ved det. Jeg rører selv ved det og siger, at man faktisk godt kan lege lidt med det, det er en smule fugtigt. Emil siger, han synes det er ulækkert. Men han går i gang med at flytte og forme jorden alligevel. Jeg sidder bare afventende og ser på.



Det bliver til en ø med en vulkan, som har været i udbrud. Der er ingen ild længere, men der er stadig ikke kommet ny vegetation på øen, der hvor der har været lava. Hele øen er uden vegetation. På en anden del af øen (til venstre) har der været et meteornedslag (sten). I området med meteor nedslaget er der en slags sten ørken.

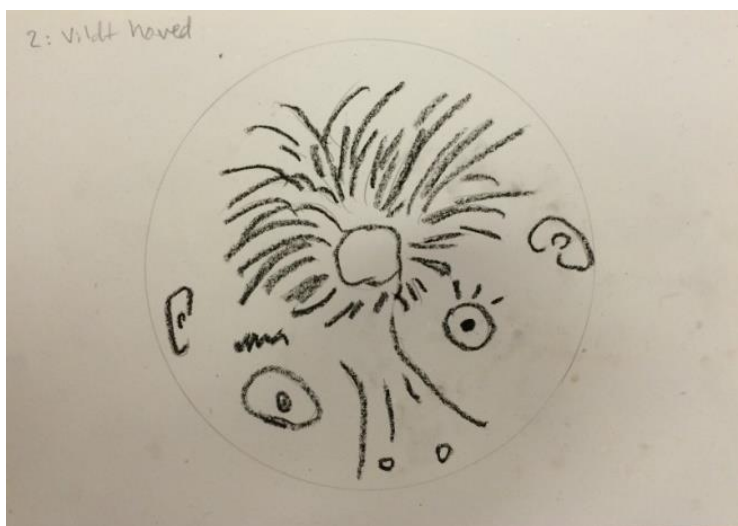
Jeg foreslår Emil at lave en bagside serie på øen som redskab til at undersøge det nærmere.

Bagefter gennemgår vi tegningerne, jeg beder ham beskrive med egne ord, hvad han forstår med billederne.



Nr. 1 Vulkan-krater-øen

Min barndom. Meteornedslaget er mine forældres skilsmisse. Vulkanudbruddet er dengang, jeg blev sparket i skridtet 3 gange af min papfar.



Nr. 2 Vildt hoved

Det er mit misbrug



Nr. 3 Vandør.

Efter misbruget. Er kommet på SB, hvor jeg kan være i følelserne, der er omsorg, nogen at snakke med og mulighed for at åbne mig op...



Nr. 4 Bro.

At få værktøj til at gå ud i verden.



Nr. 5 Regnbuesmiley.

Jeg har fået styr på mine følelser, farverne er opdelt. (de 7 spektre-farver). Jeg er klar til at tage ud i verden.



Nr.6 Vand

Selvrestituerende enhed. Vand der cirkulerer gennem bjerg, ud af rør og ud i havet.

Aktuelt siger han, at det med broen betyder, at han har inviteret sin mor over til SB til en fælles terapi. At bygge en bro til noget nyt og til fortiden.

Det bliver en session, hvor det talende ikke får lov at fylde. Den kreative (biologiske) proces varer længe og Emil er meget optaget. Jeg tænker, det er godt for Emil, at være i det kreative felt og blive holdt der lidt, hvor der ingen ord er. Han har for vane at tale meget, at forfølge et emne han ved noget om og fortælle om dette. Og han ved som regel en masse spændende om et hvilket som helst emne. En dag fortalte han mig om mælk, om det usunde i komælk både historisk og ifølge nyere videnskab. Jeg tænker, det er både Emils ressource, at han intellektuelt kan erhverve sig viden på denne måde samtidig med, at det er et forsvar. Når han fordyber sig i alt det intellektuelle, flytter han jo fokus væk fra sig selv, så han ikke behøver føle og sanse, ligesom vi andres fokus bliver ledt væk fra ham som person.

Overordnet set på forløbet for denne session ser jeg arbejdet med jorden og dermed jordforbindelsen, som igangsætter for en proces på det indre plan. Bagsideserien kan læses som den udviklingsproces, han er i færd med. Jeg ser det som en indre proces, der udover de betydninger, han selv har tillagt billederne antyder, at han ved at være i følelserne (vand øen) bygger bro (bro) til selv'et og adgang til kreativitet (regnbuesmiley) og ikke mindst etablerer han ny jeg-selv akse kontakt (den selv restituerende enhed).

Eller beskrevet på en anden måde. Først aktiveres hans sanser og derved højre hjernehalvdel i den kreative proces. Dernæst aktiveres dialogen i venstre hjernehalvdel, og der laves nye affyringer mellem hjernehalvdelen, der kan skabe integration mellem hjernehalvdelen.

Hans bemærkning om at jorden er ulækker, giver mig en information, om hvor ukendt jordforbindelse er for ham. Han forbinder det med noget ulækkert.

Kærlighed overvinder had (december 2015)

Oftest vil man opleve, at en terapisession gennemløber alle domænerne, den biologiske, sociale, psykologiske og den spirituelle. Dette er den ovenstående session et godt eksempel på. I denne session lader jeg Emil blive i den biologiske proces i lang tid ud fra et skøn om, at det er der behov for. At arbejde i det biologiske domæne, som svare til 'kunst som terapi' har en selvregulerende effekt, som kan ses beskrevet i det følgende.

Jeg ankommer til SB om eftermiddagen, og Emil starter i dag med at fortælle, at han er startet på lykkepiller for ca. en måned siden. Han har stadig mange bivirkninger af dem. Han har bl.a. en masse destruktive tanker. Tanker om, at gøre sig selv og andre fortræd. Han virker meget frustreret over det. Han håber, at psykiateren vil ændre hans medicin. Han fortæller, at han samme formiddag allerede har haft 1½ times individuel terapi med hans tilknyttede psykoterapeut, hvor de har brugt tiden på at snakke om dette, men han har ikke fået det bedre. Det får mig til at foreslå, at han skal male i dag. Jeg tænker, at han skal ned i kroppen og væk fra hovedet. Han har allerede snakket nok for i dag om, hvordan han har det.

Emil vil gerne male. Da vi er klar, laver jeg en kort groundende øvelse med ham. Jeg beder ham fokusere lidt på dybe vejrtrækninger og fokusere på tyngdekraften, der holder ham på jorden. Lidt senere beder jeg ham rette opmærksomheden på hans indre og prøve at afsøge hans indre med en lommelygte. Jeg beder ham undersøge hvordan der ser ud, farver, former etc. Jeg opfordrer ham til sidst til at gå i gang med at male et billede fra kroppen, når han er klar til det.

Imens Emil maler, sidder jeg skråt bagved ham og tegner. Jeg prøver, at tegne det som han maler. Det er en indskydelse, jeg pludselig får. Jeg tænker, at det er godt selv at sidde at tegne, mens en klient arbejder, så denne ikke føler sig overvåget. At jeg denne dag forsøger at tegne det samme som Emil, er et forsøg på at få en kropslig oplevelse, af hvordan det er at være Emil i det pågældende øjeblik. Min oplevelse er, at der er et følelsesskift midt i maleriet, en følelse af at noget slippes. Det kan ses som at det selvregulerende i processen, hvilket altså er kompenserende.



Bagefter fortæller han, at han har fået det bedre. Han har ikke lyst til at snakke en masse om billedet, men det er tydeligt, at det har mening for ham. Jeg tænker, at det somme tider er okay, bare at lade et billede stå uden at sætte en masse ord på. At blive i den biologiske proces. Emil havde brug for at udtrykke noget fra kroppen at komme lidt væk fra ordene. Han fortæller mig dog, at det første han malede, det sorte nederst til venstre, er had. Jeg kender allerede til hans had, den har vi snakket om tidligere. Og alt det lyserøde er kærlighed. Kærlighed overvinder had, siger Emil. Min personlige erfaring med den slags billeder fra kroppen er, at oplevelsen er stærk og, at jeg oftest har en tydelig indre forståelse af, hvad jeg har malet. At sætte ord på det er ikke altid fyldestgørende. Som terapeut må jeg nu sætte min lid til, at Emil min klient har en oplevelse af, at det giver mening. Jeg har ikke en masse ord, som jeg kan bruge til at dokumentere overfor mig selv, supervisor og andre, at jeg har gjort et stykke arbejde. At jeg har hjulpet min klient til nogle erkendelser, som kan bringe ham videre i hans proces. Jeg går derfra med en fornemmelse af, at Emil har fået en fred for alle tanker og følelserne, der bobler i kroppen, i hvert fald for en stund. Vidende at der måske kun er tale om kompensation og ikke om en forandring, mener jeg, at der i det store og hele er behov for begge.

I denne session er det nok, at vi taler kort om billedet til sidst. Emil sætter kort ord på billedet og hvad det i det nuværende øjeblik betyder for ham. Jeg tænker, dette er fyldestgørende for i mit ønske som terapeut at skabe forbindelse mellem de to hjernehalvdele.

Jeg holder altså ikke processen i denne lektion udelukkende i det biologiske domæne, men træder til sidst kort ind i det psykologiske domæne, ligesom jeg mener den slags kropsbilleder ofte glider ind i det spirituelle domæne også. Emil får kontakt til et vejledende aspekt fra selvet; kærlighed overvinder had.

Thomas (januar 2015)

Emil fortæller, at Thomas er dukket op i drømmene igen. Videre beretter han, at han på det sidste, er faldet lidt tilbage i det gamle mønster med at isolere sig fra de andre i huset. Han har været mere ligeglad med de andre.

Jeg har min dyrekasse med som vi hælder ud på bordet. Emil nyder at se på alle dyrene, og han sorterer dem lidt i mens.

Jeg beder Emil vælge et dyr til at repræsentere henholdsvis sig selv og Thomas som dreng. Han vælger Timon, desmerdyret fra *Løvernes konge* som Thomas og en ræv til ham selv. Jeg beder ham vælge et dyr til at repræsentere den voksne Emil. Han vælger en isbjørn. Jeg beder ham sætte dem op på bordet, som han synes, de skal stå.



Jeg beder ham først skrive nogle egenskaber for hvert dyr.

Ræven: snu, målrettet, ved hvad den vil, ved ikke hvorfor, søgende, udforsker.

Timon/desmerdyret: impulsiv, en hyggefætter, holder sig indendøre, spiser, jordforbunden, legende og barnlig

Isbjørnen: vis, har overblik, en enspænder, går alene, udforsker, overlever alene

Jeg beder ham nu lave en aktiv imagination i form af en dialog mellem dyrene. Jeg foreslår, at han lader de to unge tale sammen og så

evt. bruge den voksne (isbjørn) til at støtte dem, hvis der er behov for det.

Dialogen ser sådan ud:

T= Timon/Thomas, R=ræv, barnet Emil (8-10 år)

T: "Hej, hvad laver du?"

R: "Jeg render bare rundt"

T: "Og hvad... render rundt og hvad?"

R: "Passer mig selv, udfordrer verden."

T: "Det lyder lidt kedeligt. Hvad leder du efter?"

R: "Nah... det er fint nok. Så skal jeg ikke tænke på andre."

T: "Hvad leder du efter?"

R: "Hvad som helst... en smule mening måske."

T: "Nå? Mening med hvad?"

R: "Alt"

T: "Hmmm... det lyder svært. Er det ikke fint nok, at være i sin hule og så finde lidt mad, når man er sulten?"

R: "Ikk' for mig. Jeg skal ud og opdage verden, se hvad den har at byde på.

T: "Jeg har det ellers meget fint her, men det lyder også meget spændende..."

R: "Det er vel, som man tar' det. Sådan plejer jeg at gøre."

T: "Det lyder godt nok spændende, jeg får næsten lyst til at ta' med."

R: "Så skal du skynde dig, for jeg skal sgu' snart videre..."

T: "Jeg ved sgu' ikke helt."

R: "Det er nu eller aldrig, jeg smutter nu."

T: "Ej, men så pyt da. Vent lige to sekunder, jeg tar' med"

R: "Hm, så lad gå. Jeg har efterhånden lidt travlt"

T: "Så! Jeg kommer nu!"

Bagefter gør jeg opmærksom på, at den voksne ikke blandede sig. Jeg foreslår at isbjørnen går ind og blander sig nu hvis han vil. Emil tilføjer lidt til dialogen.

T= Timon/Thomas, R=ræv, barnet Emil (8-10 år) I= isbjørn med rødt

T: "Hej, hvad laver du?"

R: "Jeg render bare rundt"

T: "Og hvad, render rundt og hvad?"

R: "Passer mig selv, udfordrer verden."

T: "Det lyder lidt kedeligt. Hvad leder du efter?"

R: "Nah... det er fint nok. Så skal jeg ikke tænke på andre."

T: "Hvad leder du efter?"

R: "Hvad som helst... en smule mening måske."

I: "Det er godt nok en stor mundfuld!"

T: "Nå? Mening med hvad?"

R: "Alt"

T: "Hmmm... det lyder svært. Er det ikke fint nok at være i sin hule og så finde lidt mad når man er sulten?"

R: "Ikk' for mig. Jeg skal ud og opdage verden, se hvad den har at byde på."

I: "Der er ingen grund til at stræbe, så finder man det aldrig"

T: "Jeg har det ellers meget fint her, men det lyder også meget spændende..."

R: "Det er vel som man tar' det. Sådan plejer jeg at gøre."

T: "Det lyder godt nok spændende, jeg får næsten lyst til at ta' med."

R: "Så skal du skynde dig, for jeg skal sgu' snart videre..."

T: "Jeg ved sgu' ikke helt."

I: "så så, rolig nu. Du behøver ikke have så travlt. Du skal nok nå det hele"

R: "Det er nu eller aldrig, jeg smutter nu."

T: "Ej, men så pyt da. Vent lige to sekunder, jeg tar' med"

R: "Hm, så lad gå. Jeg har efterhånden lidt travlt"

T: "Så! Jeg kommer nu!"

Det hele giver god mening for Emil med ikke at have så travlt. Jeg tænker bagefter, at jeg foreslår, at han tager isbjørnen med i dialogen, fordi det er den instans, Emil har brug for, når han falder tilbage til det gamle mønster. Han har brug for det voksne, mere vise aspekt til at guide ham (den gode far). Emil er begejstret for dyrene og jeg foreslår, at han låner dem og tager dem med på værelset. Evt. tager dem med aktivt i sin hverdag byder isbjørnen

ind, når der er behov for det. Emil beholder dyrene de næste par måneder, da vi nærmer os, at Emil skal flytte fra SB, får jeg dem igen. Jeg ser, at de står opstillet et centralt sted på hans værelse.

Indre forældre



Emil er frustreret. Han er træt af noget, der foregår i huset. Han tegner et A, der står for anarki. Han synes om ideen om anarki. Jeg gør opmærksom på, at i enhver ideologi er der en negativ modpol. Vi snakker om det kaos, der opstår, når der slet ingen regler, er eller alle lever efter deres egne regler.



Jeg beder ham tegne, hvad der er behov for som et svar til Anarki tegningen. Ved hjælp af Emils associationer til hjertet kommer vi frem til, at det symboliserer den gode mor. Mor symbolet er stadig ukendt for Emil. Han roder det sammen med hans virkelige mor, når vi taler om den indre mor. Jeg foreslår ham at finde en anden rollemodel. Eventuelt en han kender eller en arketype. Han siger, at han vil bruge Birgit (terapeut som er ansat på SB). Hun er den perfekte hjerte chakra person, siger han.



Emil siger pludseligt, mens vi snakker, at han får lyst til at tegne noget gul nu. Vi snakker om, at det ligner en sol. Jeg ved, at det gule betyder identitet for Emil, og han ofte vælger at tegne på solar plexus chakra. Jeg nævner, at solen også ofte betyder autoritet eller far. Han bliver glad for at snakke om sin far. Han har en masse positive egenskaber. Nu tegner Emil det blå på tegningen. Vi snakker om, at der nu går blå pile både ud og ind. For Emil handler det blå om kommunikation.

Måske er det vigtigt at tale mere om hans far, at få mere bevidsthed på hans far som hans indre far. Hans biologiske far som den positive pol af skyggeaspektet - den indre far. Modsat papfaren - som er den negative pol af samme aspekt.

Emil har det meget bedre efter denne session. Han er glad. Jeg tænker, det var meget gavnligt at få øje på hans far, og de ressourcer han kan hente i dette introjekt. Det er samtidig en god støtte, når han skal etablere en ny indre mor.

Projektion

Emil har lige været til morgenmøde med hele huset, hvor han har delt med de , at han føler, der foregår noget usagt i huset, hvilket gør, at han trækker sig pga. denne nye manglende tillid. En anden i gruppen begynder at spørge kraftigt ind til Emil, og Emil føler sig angrebet. Emil går nu til modangreb. Med egne ord siger han til mig, at *''det der gør han nok ikke igen''*.

Jeg spørger indtil, hvordan Emil følte det til sidst i sammenstødet. Han følte sig ovenpå, han fik det sidste ord. Men han er ikke så glad for sin måde at reagere på, han siger, han burde have anerkendt, at den anden var irriteret i stedet. Jeg spørger mere ind til, hvem *'ham der'* er som føler sig ovenpå. Han beskriver ham som en dommer, der er sur og gammel.

Jeg beder ham nu om at tegne en tegning af denne dommer som er sur og gammel.



Emil fortæller: Blå er dommerstemmer, der er stærke og verbale. Det gule er hans identitet som forurenes fra alt det negative, der kommer fra dommeren via dennes kommunikation (blå). Han booster sit ego af at være ovenpå, siger han. Nedefra vælter der frygt op (sort/røde felt). Det røde er en blokering, fortæller han. Det grå er noget kedeligt, og det grønne er hjerte chakra/selv omsorg, som her har ringe kår. Det gule til venstre handler igen om identitet, som bliver forurenet.

Emils identitet bliver altså forurenet af dommerstemmer.

På et tidspunkt, mens vi taler, går det op for Emil, at han ved at han har en projektion på ham, han har en konflikt med. En projektion af hans papfar. Dommerskyggen, der dukker op i affekt hos Emil, har altså noget med hans papfar at gøre.

Emil er stadig oprørt, efter han har tegnet denne. Han er vred.

Mens Emil sad og tegnede, tegnede jeg også selv lidt. Det gør jeg altid, da det giver mig noget at lave, mens jeg venter. Jeg tegner altid spontant, og nogle gange giver det mig et fingerpeg om, hvad der foregår i rummet mellem min klient og mig. Jeg plejer lige kort at reflektere over min tegning, inden min klient er færdig med sin kreative proces for at se, om det er noget, jeg kan bruge til noget i terapien. Ofte observerer jeg bare, hvad jeg har tegnet og lægger den til side og bruger den efter sessionen som en slags egen supervision.

Den dag har jeg tegnet denne gås ,der ser lidt opgivende og ked ud. Den vender blikket væk, som om den ikke vil se.



Jeg vælger at trække min tegning frem og spørge, om han tror min tegning kan være en kommentar til hans? Han synes gåsen ser ked af det ud. Jeg spørger, om han måske også blev ked af det, da han følte den andens modangreb. At han følte sig fanget (blokeret – det røde). Emil synes, det giver mening. Vi snakker videre lidt. Han har det bedre. Jeg spejler ham altså og er her den gode mor.

Jeg spørger, ham ind til, hvad det grønne (selvomsorgsdelen/mor/Birgit) ville fortælle ham, hvis hun var til stede i situationen. Han svarer *”at jeg er god nok og at det er okay”*.

Bagefter føler Emil sig afklaret i forhold til projektionen på den anden.

Jeg tænker, at Emil pga. projektionen fra hans papfar handler i affekt i sit modangreb. Han føler sig ude af kontrol. Jung siger, at det ikke er os, der har komplekser, men komplekserne der har os. Jeg tænker, det er dette der sker, når vi handler i affekt, at vi

står uden kontrol. Bagefter kan der være skam og skyldfølelser over den manglende kontrol. Det hjælper at få mere bevidsthed på, hvad der sker.

Forløb med Emil

Temaer som jeg gennemgår sammen med Emil:

- Indre forældre
- Indre barn
- Projektion
- Selv’et – selvrestituerende enhed

Pga. mine egne personlige forhold, er der en periode, hvor jeg ikke kommer så meget på SB. Derfor slutter min beretning her, længe før at Emil er færdig på SB. Desværre går han igennem en hård periode, hvor han mister sin far, som dør af kræft. Da jeg møder ham senere, er han dog ved godt mod. I skrivende stund har jeg for kort tid siden taget en bevægende men dejlig afsked med ham, han er færdig med behandlingen og er ved at gøre sig klar til en rejse til Indien.

En stærk dommer

Rune er en ung mand, jeg har fulgt i gruppe kunstterapien gennem 1,5 år. Jeg har ikke haft Rune i individuel terapi men udelukkende i gruppeterapi, hvorfor dialogerne omkring hans billeder også er kortere. Billederne er kun et lille udsnit af rigtig mange tegninger. Rune er i starten af tyverne. Han er opvokset delvist ved sin mor og ved plejeforældre. Han har traumatiske oplevelser og erindringer fra sin barndom. Da jeg møder ham første gang, er han temmelig depressiv og har en meget selvdestruktiv side, han er altid venlig og rar. Han elsker at tegne. På sigt har jeg erfaret, at hans depressive og selvdestruktive side er meget stærk, og jeg ser det som en del af hans forsvar udviklet gennem en traumefyldt barndom. Måske blev det selvdestruktive en måde at mærke sig selv og føle sig berettiget til eksistens. Selvmodsigelsen i dette ser jeg som essensen af Rune's kompleks. Jeg har set, hvordan Rune efter at have været glad og konstruktiv i sin adfærd og sine tegninger, tegner og agerer selvdestruktivt. Der er stemmer i ham, der siger, at han ikke må nyde og have det godt, at han ikke fortjener det. Disse indre dommerstemmer stammer fra introjekt fra primært hans plejemor. Rune har bl.a. brugt misbruget til at komme væk fra det depressive og selvdestruktive. Måske har hans indre skygge, en mere glad og ubekymret person, fået lov til at udtrykke, når han var påvirket. Det er en af Runes senere tegninger, jeg har brugt på side 13 som eksempel på Kalsched's selv-beskyttelsessystem. Hvor det som har tjent som selv-beskyttelsessystem på sigt, har sat sig som et selvdestruktivt mønster.

Juni 2015



En af hans første tegninger er denne. Det kræver ingen nærmere beskrivelse. Døden, det depressive, destruktive er tydeligt. Jeg tænker dette som et billede af misbrugs identiteten. Det næste billede viser hans triste hjerte på en galge. Den er hjælpeløs og afhængig af andres hjælp, fortæller han. Her i starten af behandlingen støttes Rune i at lære, at det er OK at bede om hjælp fra andre. Gruppen er en god støtte her.



En øvelse i denne startfase går ud på at male kroppen som en ø. De tegner først omridset af deres krop (vha. en anden i gruppen) på et stort stykke papir. De skal nu male deres ø. På et stort stykke papir har jeg skrevet forslag til, hvad der kan være på øen. Huse, mennesker, dyr, marker, butikker, veje, skibe, biler, fabrikker, natur, osv.

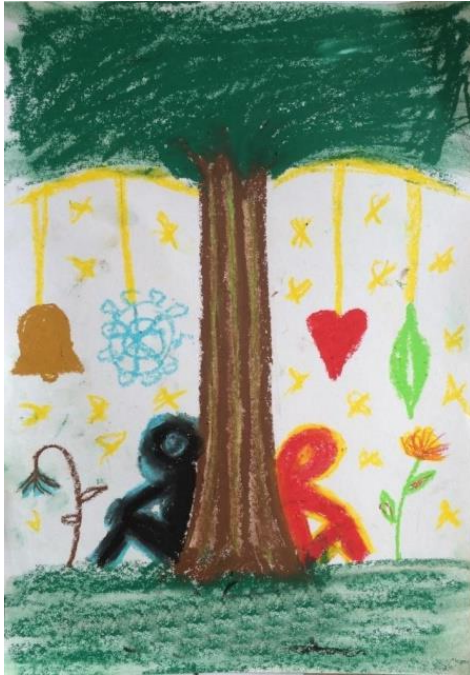
Runes ø viser, at han er oversvømmet af følelser i både hovedet og hjertet (vandfald i hovedet og hjerte). Der er et fyrtårn, som yder beskyttelse. Men de andre i gruppen foreslår, at det også kan bruges til at gøre opmærksom på, at han er der, at der er en øde ø, der er meget frodig og klar til at blive beboet. Jeg tænker, det er tydeligt, at Rune har brug for at kontakte og bruge sin handleside. Bl.a. ved at stå frem og sige sin mening. Jeg tænker, der mangler forbindelse til omverdenen, der er hverken havn, både eller anden forbindelse til øen.

Rune er først irriteret over, at han ikke kan finde ud af at male mere på øen. Men til sidst går det op for ham, at det kunne han ikke, da der ikke er mere på den endnu. Han er altså en øde ø. Jeg gør ham opmærksom på frodigheden på øen, der kan tyde på vækst og udviklingsmuligheder. Rune får altså vha. øvelsen og sit maleri bevidsthed på sin egen ensomhed. Hvordan han bruger dét at *trække sig* til at beskytte sig selv men samtidig kommer til at isolere sig fra andre og dermed bliver ensom. Altså afskærer sig selv fra andres mulige hjælp og støtte.



August 2015

Den øde ø dukker op igen i en tegning. Rune trækker sig p.t. meget ind til sig selv på sit værelse. Han isolerer sig fortsat. Det er godt at kunne trække sig, men han har også brug for det sociale og fællesskabet i gruppen. Ensomheden er ikke sund for Rune. Jeg kommer til at tænke på de ensomme rotter i rotte forsøget.



Oktober 2015

Tegningen her handler om balance, siger Rune. De to sider der læner sig op af et stort træ (identitet). Det gode og det onde, liv og død, sommer og vinter. Der er for Rune en nyere erkendelse af, at han må tage sin mørke side med. Jeg tænker her, at det er skyggen, som Rune ubevidst forsøger at integrere.



Senere på dagen laver jeg en tegneserie øvelse med dem. (Se beskrivelse af øvelse side 14). Han beskriver tegneserien således. En engel (1) der hører til i hjertet, men som er låst (2). Englens opgave er at skabe kærlighed og bære verden (3), men englen trues af det mørke/onde (4). Hjælpen er en nøgle (5), englen låser op til hjertet og det onde ser ikke så farligt ud mere (6). Der er mere balance. Det tyder på, at Rune lukker det gode ind i hjertet. Det er altså selvomsorgen/englen, han har lukket ind. Det er en vigtig proces for Rune, at integrere en ny indre kærlig mor. Idet han får selvomsorgen ind, får den mørke side mindre magt.



November 2015

Rune slår sin øde ø ihjel. Han fortæller, at han deltager mere i det sociale liv på SB. Jeg tænker det som et symbol på en et egocide. Der er noget af Rune's *jeg*, han bevidst her tager afsked med.



Januar 2016

Men Rune har stadig brug for at trække sig af og til. Han er ved at skabe en ny form, han kan trække sig tilbage til. En boble som han kan hele sig i. Der er nærende gevækster omkring boblen. Det er en boble, som han kan gå ud af, når han har brug for det, fortæller han. Jeg tænker, at Rune har fået mere bevidsthed på, at det at være introvert indebærer behovet for at trække sig. Jeg ser det, som han her drager nytte af den nye kontakt til en kærlig indre mor.



Senere i januar 2016

Om denne tegning fortæller han, at han ligger på et bjerg, som er ved at krakelere. Bjerget symboliserer alt det gamle/hans fortid. Han ser ud på træerne. Men der er en stor hånd i vejen. I vores dialog kommer vi frem til, at hånden er symbol på hans indre dommer, som sårer hans handlekraft (hånden som også er såret). Hjertet er sorg, fortæller han. Selv om han er omgivet af lys fra stjerne, måne og sol, kan han ikke se træerne pga. dommeren. Jeg foreslår at han ændrer på tegningen/tilføjer det, der er brug for. Jeg tænker tegningen som meget illustrerende af hvordan det er at være

Rune. Hvordan den indre dommer forhindrer ham i at se en lysere fremtid.



Han tegner trappen og døren på og er meget tilfreds med dette. Jeg tænker, at jeg ved at bede ham tilføje det, han har brug for, hjælper ham til større bevidsthed på hans egen mulige handlekraft.



Senere på dagen har han tegnet en indre dæmon. Dæmonen er lig med dommeren, og denne er stærk i Rune. Så snart han tillader sig at gøre noget godt for sig selv, dukker han op igen. Jeg tænker det ind i Kalsched's selv-beskyttelses system hvor det, som startede som overlevelsesmekanisme, er blevet til et rigtigt mønster.

April 2016



Denne dag starter Rune med at tegne disse to tegninge, til et stykke musik. Nr. 1 viser, at han er parat til at gå ud i lyset til det nye liv. Nr. 2 tegning er ude i det nye liv. Et stort solidt træ = jeg'et og identitet.

Vi har god tid denne dag, da der kun er tre i gruppen. Da de alle tre er ved at være klar til udslusning, laver jeg en seance med dem, hvor de hver især gennemgår deres tegninger lavet i kunstterapi. Rune finder en ældre tegning, som er tegnet ca. 3 måneder tidligere. Her kan man se, at han på dette tidspunkt er inde i boksen/kisten. Det har stor betydning for Rune at se forskellen fra denne og dagens tegning, hvor han er på vej ud. Det er jo en af kunstterapien's fordele at man kan se det foran sig. Jeg kan tolke denne fase i Rune's forløb som værende *tilbagekomst*. Jeg kan ikke lade være med at tænke, at Runes ubevidste også leverer det, som han har brug for på dette tidspunkt. Nemlig tro på at det kan lykkes, og bevidsthed på det som er lykkedes i behandlingen.



I løbet af den næste tid ser jeg ikke Rune, da han er i udslusning. Han flytter til en anden by og forsøger at starte i skole. Desværre er han tæt på tilbagefald, og han er også meget depressiv og selvmordstruet. Han kommer således tilbage i behandling på SB. Det er i starten af denne periode, at han tegner tegningen, som jeg bruger på side 14.

Desværre er det ikke altid, at eleverne klarer det efter behandlingen. Nogle kommer tilbage i behandling, andre går i misbrug igen og desværre nogen med tragisk udgang. SB har dog en af landets højeste succesrater.

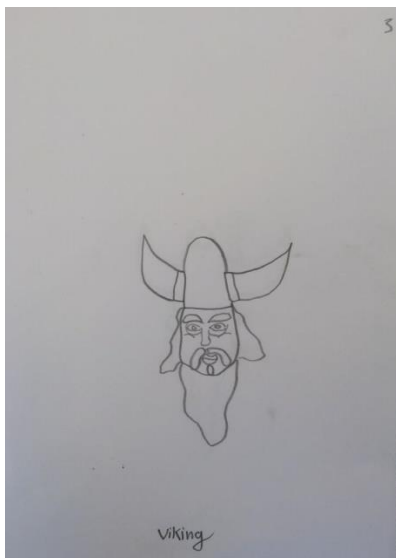
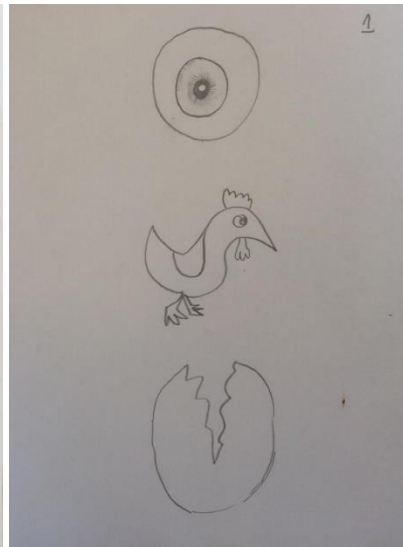
Oktober 2016

Rune er tilbage i behandling. Han er meget depressiv. Han fortæller mig, at han får medicin mod depression, som han ikke synes hjælper. Medicinen er dog ikke sløvende, og han tegner mange tegninger. Jeg har ham med i min gruppe tre gange, inden han skal flytte igen.



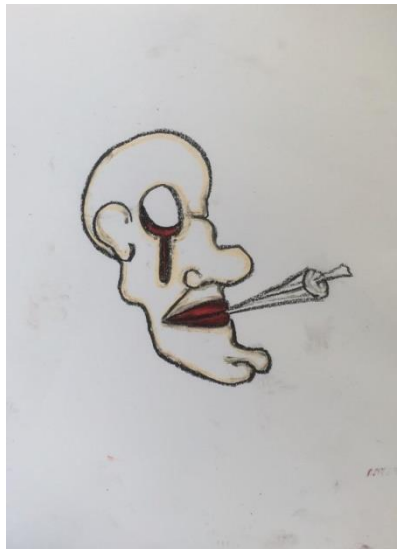
Rune beskriver, at figuren i midten er en del af ham, som er beskyttet. Udenfor er den selvdestruktive dæmon. Rune siger, at den inderste figur skal hele, så han kan komme ud og redde barnet (til venstre). Øjet handler om indsigt, som måske handler om hans erfaringer i udslusningsforløbet, som var et nederlag for ham. Ud fra Kalsched's selv-beskyttelsessystem, ser jeg, et aspekt af selvet i midten som er beskyttet og barnet som en kropslig/implicit del, som er fraspaltet fra selvet og udsættes for det destruktive mønster. Det er et stærkt billede, der gør indtryk på mig.

Nr. 2 tegning, fortæller Rune, er et stort jordbunden kors, der beskytter det mandlige og kvindelige (sol og måne). Korset beskytter mod raketten. Han fortæller nu en drøm hvor hans ekskæreste skælder ud, fordi han kysser en anden. Han er ikke tro mod hende. Han fortæller, at hans eks kæreste altid er i hans drømme, altså repræsenterer hans kvindelige side. Jeg spørger ham, om hun mon bliver sur, fordi han ikke er tro mod hende altså tro mod hans kvindelighed. Jeg foreslår, at han laver en bagside serie. Han vælger at bruge nr. 2 tegning og stiller *spørgsmålet* "hvordan bliver jeg gode venner med min kvindelige side?"



Bagside serie: Nr. 1 hønen udklækkes (mor). Nr. 2 et gammelt ufarligt spøgelse med papegøje der siger en masse uden indhold. Nr. 3 viking/kriger, som heller ikke er farlig længere, ser træt ud (måske misbruger). Nr. 4 deform mand. Nr. 5 mildhed (her en helstøbt mand). Vi snakker om *mildhed* som svar til Rune spørgsmål. Når han er mild mod sig selv, er der ikke plads til det selvdestruktive. Det milde som aspekt af det kvindelige. Måske bliver den deforme (halve) mand helstøbt når han integreres med den kvindelige mildhed. Rune fortæller, at han har det godt i dag, efter at han dagen før fik sovet ud og var meget på værelset, han havde en dag med mildhed.

Senere i oktober 2016



Rune's nr. 1 tegning viser en krop, hvor der gives kærlighed fra jorden op til hovedet. Jorden får energi fra solen. Men kroppen står tilbage uden forbindelse. Nr. 2 misbrugereren. Vi snakker om, at det handler om trang til at flygte. Nr. 3. indestængt vrede. Rune fortæller, at det med at holde vreden inde startede, da han var 12 år. Han blev mobbet. De andre tirrede ham, til han blev vred og jagtede dem. Han blev sendt til en psykolog, der lærte ham at holde sin vrede inde! Bagefter fortsatte mobningen, men han sagde ikke længere fra. Han fortæller, at han stadig ikke får sagt ordentlig fra når det gælder. Her bliver jeg faktisk lidt bestyrtet over denne psykologs fremgangsmåde og viser det også for Rune. Det er dog ikke en ny erkendelse for Rune men nyt for mig. Jeg kan stadig blive oprørt, når jeg ser på tegning nr. 3, og bedrøvet over den mangel på støtte fra voksne, som Rune har oplevet. Vi snakker om, hvordan Rune kan øve sig i at komme af med sin vrede.



Efter pausen har Rune tegnet denne tegning som integration af nr. 1 og nr. 3 tegning. Der er nu forbindelse til kroppen, og jorden er erstattet af en konkylie som noget feminint. Symbolsk kan det ses som integration af det mandlige (sol) og kvindelige (konkylie). Øverst er der stukket et regnbuesværd ind i solen, det tilføjer farver, siger han.

Forløb

Runes forløb i kunstterapi spænder over en periode på halvandet år. I denne periode har jeg ikke haft ham fast i kunstterapi men dog mange gange gennem tiden. Han har også gennemgået en del anden terapi på SB m.m. Hvis jeg skal lave et overblik over, hvilke temaer Rune har gennemgået gennem de halvandet år i kunstterapi, bliver det således kun ud fra mit perspektiv.

Jeg tænker, han bevidst har arbejdet med at give afkald på en trang til at isolere sig meget og dermed blive ensom.

- Ensomhed, at være en øde ø, som han giver afkald på (egocide),
- Etablering af ny kærlig indre mor (engel) (indvielse),
- Skabelse af ny boble/tryghed som han kan trække sig til (tilbagekomst).

Efter han er kommet tilbage på SB ser jeg noget gennemgående i hans billeder, der handler om det indre parforhold.

Overordnet er dommeren et tema, som han arbejder med gennem hele forløbet, og som han nok kommer til at arbejde videre med, hvis han fortsætter terapien. Disse dommerstemmer stammer mest fra hans plejemor. Jeg tænker, at der her til sidst i forløbet stadig er et kraftigt spænd mellem introjektet fra denne plejemor (dårlig mor) og hans nye indre gode mor. Jeg ser, at der ofte er en vekslen mellem helende billeder og destruktive billeder. Rune har fortsat brug for støtte, så det destruktive ikke overtager. Heldigvis er alle på SB interesseret i at give denne støtte, og der arbejdes i skrivende stund på en plan for, hvad Rune skal efter afslutningen på SB.

Opsamling på kunstterapi i misbrugsbehandling

Teori

I dette speciale har jeg undersøgt, hvad der medvirker til misbrug og fundet tidlige traumatiske oplevelser som afgørende. I redegørelse af hvilken betydning tidlige traumer har psykologisk, har jeg set på Kalsched's teori om et selv-beskyttelsessystem. Dernæst har jeg set på, hvad Jung sagde og mente om misbrug. Til dette har jeg fundet Schoen's teori om misbrugets udvikling i psyken anvendelig. En opsummering af alt dette kan anskueliggøres i følgende skema.

Barndomstraume udvikling i psyken	Udvikling af misbrug	
Kalsched	Jungs brev til AA	Schoen
Endnu ikke færdigudviklet 'jeg' udsættes for barndoms traume(r)	Forbindelse mellem jeg' et og selvet brydes (traumer, ikke gode nok forældre)	
Dissociation, selvet beskyttes, traumet lagres i implicit/arketypisk historie (krop)	Ikke autentisk jeg identitet. (Falsk selvbillede)	Rigid jeg identitet er identificeret af persona'en
Falsk selv/persona og kompleks udvikles og bliver rigid og fungerer ved at holde traume historien implicit og selvet beskyttet. Men i beskyttelsen af selvet, mistes denne = dårlig livskvalitet, personligheds forstyrrelser etc. Evt. udvikling af misbrug...	Psyken søger efter helhed. Falsk helhedsoplevelse opnås ved misbrugs adfærd (evt. sammensmeltning med skyggen)	Konflikt mellem persona og skyggen. Misbrugs adfærd giver skyggen lov til udtryk = misbrugs kompleks
	Mennesket er magtesløst overfor det onde princip, hvis det ikke er beskyttet af højere magt eller tilhører et givende fællesskab, gruppe, familie.	Misbrugs kompleks + det arketypisk onde = total overtagelse af psyken
	Heling: ligger i 'Spiritus contra spiritum' og i det at tilhøre en gruppe/familie	

Denne oversigt kan, sammen med min kunstterapeutiske uddannelse, danne del af et fundament til min praksis med de unge mennesker på SB. Både i tilrettelæggelse af tilgang og som forståelsesramme til, hvad misbrug kommer af. Idet jeg igen må være ydmyg omkring det, at teorier aldrig er fyldestgørende, og være opmærksom på, at alles oplevelser og følelser er noget enestående og subjektivt. Jeg skal fortsat åbne øjne, ører og hjerte for at forstå mere og bedre.

Temaer

I gennemgangen af cases i dette speciale samt fra min praksis på SB kan jeg udlede temaer, der viser sig i elevernes behandlingsforløb. Disse temaer er anvendelige i tilrettelæggelse af kunstterapeutisk tilgang i misbrugsbehandlingen.

Temaerne er følgende:

- Autentisk jeg-identitet (jeg-støttende terapi)
- Projektion - skygge
- Misbrugsidentitet - skygge
- Introjekter samt etablering af nye indre forældre. Mor: selvomsorg, Far: indre autoritet.
- Indre barn (traumer, såvel som et selv aspekt)
- Dommeren
- Indre parforhold,
- Indre guide - forbindelse til selvet

Erfaring

Til dette kan jeg tilføje terapeutens evne til at arbejde skiftevis helende og konfronterende, som min mentor Lene Vilslev altid understreger vigtigheden af. At være indfølelse over for det indre barn. Og være vedholdende i at skabe og holde struktur overfor *misbruger*, der ofte har været strukturløs. Personligt har jeg altid haft nemt ved den første del, at have empati for det indre sårede barn jeg møder i klienterne. Samtidig er det vigtigt at holde en stram struktur overfor de unge mennesker, hvilket personligt har været min største udfordring. Jeg har med tiden fundet en form, hvor jeg samtidig kan være mig selv.

Integrativ kunstterapi i misbrugsbehandling

Mine undersøgelser til dette speciale samt min praksis på SB fører mig naturligt til at definere kunstterapi i misbrugsbehandling i henhold til den integrative kunstterapi model.

Behandling ud fra integrativ kunstterapi			
Kunstterapi med tidl. misbrugere	Overordnet effekt	Effekt for tidligere misbrugere	Eksempler på øvelser i gruppe kunstterapi
Kreative aktiviteter (male, tegne, modellere, musik, drama, digtning...), herunder også bevægelse. Biologisk domæne	Virker kompenserende og dermed selvregulerende. Forberedende til psykologisk proces.	Selvregulerende af fysisk uro i kroppen efter afgiftning og emotionel uro. Afstressende. Forberedelse til egocide/give afkald på misbrugsidentiteten.	Kropslig afslapning. Mal det du har lyst til. Form jeg-figur i ler.
Jeg-støttende terapi, integrering af personlig skygge, etablering af nye indre forældre, den indre dommer, det indre parforhold. Psykologisk domæne	Integrerende.	At føle sig anerkendt. Bevidstgøre egen historie. Stå ved sig selv. Egocide og opbyggelse af autentisk jeg-identitet. Realiserbare fremtidsplaner.	Mal et trygt sted. Mal et træ. Lav indre mor og far i ler. Vælg et dyr der repræsenterer dig selv, vælg det modsatte dyr. Mal på to billeder, et til jeg'et og et til dommeren. Lav indre mand og kvinde i ler. Tegneserie øvelse.
Relationer. Kreative gruppeaktiviteter. Sociale domæne	At høre til	At føle sig som en del af en gruppe, ikke være alene i verden. Øve sig i at gå ud i verden med ny jeg-identitet som stoffri.	Mal fælles et landskab, vælg et dyr og placer det i landskabet. Flyt dit dyr i interaktion med andre dyr i landskabet. To og to skiftes til let skulder massage.
Aktiv imagination. Kontakt til selvet. Spirituelle domæne	Mening.	Finde mening med livet (et stoffrit liv). Kontakt mellem jeg og selv.	Arbejde med drømme, bl.a. bagside tegninger. Fantasi rejser.

Perspektivering og konklusion

Jeg ser dette speciale som en undersøgelse. Mit mål har været at skabe større overblik over hvilke faktorer, der kan føre til et misbrug. Tidlige børnetraumer har vist sig som afgørende for rigtig mange misbrugere. Til dette har jeg fundet Kalsched's teori om selv-beskyttelse anvendelig. Jeg har sigtet efter at skabe et analytisk psykologisk perspektiv af udviklingen af misbruget i psyken, som jeg finder er lykkedes.

Hvor jeg tidligere så misbrug som selvmedicinering alene, som forsøg på at dulme indre smerter, som en flugt eller som en slags dissociation, har dette fordybelsesforløb givet mig en bredere forståelse af, hvad et misbrug også kan være. Det er en selvmedicinering, men jeg tænker, det er mere end dette. Hvis man ser på det ud fra Jung's perspektiv som en søgen efter helhed, en helhed der ifølge Kalsched's teori er mistet i en oprindelig beskyttelse af selv'et. Og at denne helhedsfornemmelse opleves i rusen forstår man, hvorfor det bliver så svært at afstå dette senere. Hvor ofte oplever vi almindelige mennesker en fornemmelse af helhed. Det er ikke en oplevelse der er given og som opleves ofte. Livet er som oftest fuld af udfordringer. Derfor bliver jeg også taknemmelig, når nogen af dem opdager det kreative univers og den fornemmelse af flow og helhed, dette kan give.

Rosen's egocide model finder jeg brugbar i alle psykologiske forandringsprocesser, ligesom den er til processen fra misbruger til clean. Jeg finder det interessant at sammenligne egocide-processen til overgangsritualer i henhold til Van Gennep. Sammenholdt med tese af Luigi Zoja om at det er manglen på ritualer i vores samfund, som er årsag til misbrug. Han mener, der er en kollektiv trang til indvielse, som er modvægt til samfundets materielle overforbrug. Skulle jeg derfor fortsætte den undersøgelse, som jeg anser dette speciale for at være, ville jeg fortsætte i denne retning. Jeg tænker samtidig ritualer som brugbare i kunstterapeutisk sammenhæng i misbrugsbehandling tilhørende det spirituelle domæne. (Zoja, 2000)

Jeg har ofte haft Daniel Siegels integrations processer fra hans bog Mindsight i mit baghoved, når jeg tænker på elevernes forandringsprocesser. Havde omfanget af dette speciale tilladt det, ville jeg have medtaget dette i mine teoretiske betragtninger.

I starten af specialet spurgte jeg alle elever i et spørgeskema (se bilag), hvilke domæner ud fra den integrative model de følte var vigtigst i deres behandling. Da de rent faktisk vægtede alle domæner næsten lige vigtige, valgte jeg at undlade det. Svarene overbeviste mig om, at den kunstterapeutiske tilgang faktisk er ideel, da alle domæner kan dækkes. Overordnet ser jeg det som en af Springbrættet's styrker, at de leverer en behandlingspakke, der også dækker alle domæner og især anser alle som væsentlige. Der var en lille afvigelse i domænernes vigtighed i svarende. Der var lidt flere point til de første to domæner, det biologiske og det psykologiske. Dette tolker jeg som, at de første domæner jo altid vil danne grundlag for de følgende. Har man ikke det biologiske og det psykologiske på plads, er der ikke overskud til de følgende.

En vigtig erkendelse er væsentligheden af at arbejde terapeutisk på det indre plan, hvilket en kunstterapeutisk proces byder på. Sammenlignet med Rune's erfaring fra hans barndom med en psykolog, der fokuserede mere på det ydre, idet han lærte ham at undertrykke hans vrede.

En vigtig betragtning at tilføje til sidst men absolut ikke mindst er skam affekten. Skam var ikke mit fokusområde, da jeg startede speciale forløb. Vibeke Skov har siden mit uddannelsesforløb tilføjet skam som et tema på uddannelsen. Ligesom erkendelsen af dette enormt vigtige område har sat hende i gang med at skrive en ny bog om emnet. Skam bør ikke overses. Enhver misbruger kender indgående til skamfølelse. Skammen som sætter sig tidligt i opvæksten af f.eks. *'ikke gode nok forældre'*. Skammen i forbindelse med traumatiske oplevelser. Skammen som underliggende drivkraft til flugten ud i rusen. Skammen når man vågner igen over evt. manglende viljestyrke. Senere skam over at være misbruger og hvad man måske har gjort i jagten på det næste fix. Jeg ser grupperne på Springbrættet som værdifuld til helingen af skam.

Slutteligt finder jeg, det er lykkedes mig at skabe et overblik til kunstterapeutisk tilgang i misbrugsbehandling. Men min undersøgelse vil fortsætte.

Litteraturliste

- Abt, T. (2005). *Introduction to Picture Interpretation*. Zürich: Living Human Heritage Publications
- Addenbrooke, M. (2015). *Jung and the Labyrinth of Addiction*. Fundet d. 14.10.2015
<http://www.thesap.org.uk/resources/articles-on-jungian-psychology-2/about-analysis-and-therapy/jung-and-the-labyrinth-of-addiction/>
- Hari, J. (2015). *Chasing the Scream*. London: Bloomsbury Publishing Plc
- Jung, C. G. (1961). *Brev til William Wilson*. Küsnacht, Zürich. Fundet d. 14.10.2015
<http://barefootworld.net/jungletter.html>
- Jørgensen, M. (1988). *Fix og færdig!* København: Forlaget Royal
- Kalsched, D. (2013). *Trauma and the soul*. East Sussex: Routledge
- Rosen, D. (2002). *Transforming Depression*. York Beach: Nicholas-Hays
- Rothschild, B. (2000). *Kroppen husker*. Aarhus: Forlaget Klim
- Schoen, D. E. (2009). *The war of the gods in addiction*. Louisiana: Spring Journal
- Schore, A. N. (2012) *The Science of The Art of Psychotherapy*. New York: W. W. Norton
- Skov, V.(2015). *Integrative art therapy and depression*. London: Jessica Kingsley Publishers
- Vilslev, L. *Ritualer – performances indlejrede i større kulturevents*. Linjefagene
- Wilson, W. (1961). *Brev til Jung*. Fundet d. 14.10.2015 <http://barefootworld.net/wilsonletter.html>

Illustrationer

- Forside: Dionysos rækker et drikkebæger, 6. århundrede f.Kr. Fundet d. 1.12.2016
<http://www.wikiwand.com/en/Dionysus>
- Side 13: McMillen, S. *Rat Park (comic)*. Fundet d. 23.10.2015
http://www.stuartmcmillen.com/comics_en/rat-park/

Bilag 1

Spørgeskema til eleverne på Springbrættet

Jeg har udarbejdet et spørgeskema til eleverne på Springbrættet. Jeg vil undersøge hvilke af de fire domæner de finder væsentligst i deres behandlings forløb. De har i skemaet også mulighed for, at vægte alle domæner lige vigtige.

Hvad er efter din mening vigtig for dig personligt i dit behandlingsforløb?

Giv hvert felt point alt efter, hvor vigtigt du synes det er.

(fra 0 = slet ikke vigtigt til 5 = meget vigtigt)

	0	1	2	3	4	5
At få struktur i min tilværelse, i form af at stå op om morgenen, få faste måltider, motion og søvn.						
At få indsigt i hvem jeg er, hvorfor jeg er som jeg er og hvordan jeg kan forandre mig (terapi)						
At tilhører en gruppe (fællesskabet på Springbrættet) og at have venner og familie.						
At finde en 'ny' mening med tilværelsen						

Tilføj evt. hvad du synes er vigtig for dig i din behandling

Foreløbigt resultat: (15 besvarelser)

Biologiske, ad 1. 3+5+5+5+5+5+5+3+5+5+4+5+5+4+5 = 69

Psykologiske, ad 3 5+5+5+5+5+3+5+5+5+5+5+5+5+5+5 = 73

Sociale, ad 2 2+5+5+4+2+4+3+3+5+3+5+2+3+4+5 = 55

Spirituelle, ad 4 3+5+4+5+4+5+3+1+5+5+5+2+3+4+5 = 59