

Institut for Kunstterapi

25 år



Indholdsfortegnelse

Indledning	4
<i>Af Vibeke Skov</i>	4
Memories, Reflections and Images shared on the occasion of the 25th Anniversary of the Art Therapy Institute of Denmark	6
<i>Af Arthur Robbins</i>	6
En kunstterapeutisk vinkel på diagnoser	10
<i>Af Stine Holtan</i>	10
Til Lykke Til Lykke Til Lykke Til Lykke Til Lykke Til Lykke	14
<i>Af Inge Nygaard Pedersen</i>	14
En case ang. den genfundne datter	17
<i>Af Jørgen Buur Bertelsen</i>	17
Kommentarer 2 år senere til "Den genfundne datter"	27
<i>Af Anne Grethe Sørensen</i>	27
Mit livs eventyr	29
<i>Af Lissi Westergaard Christensen</i>	29
Metodernes møteplass	33
<i>Af Sissel Kristianne Bøhn</i>	33
Døren ind...	35
<i>Af Liv Johns</i>	35
Med tvivlen som følgesvend	42
<i>Af Herdis Gregersen</i>	42
A birth day greeting	46
<i>Af Trevor jeavons</i>	46
Et tillykke	50
<i>Fra Anne-Grete Kousgaard</i>	50
Efterskrift	51
<i>Af Vibeke Skov</i>	51

INDLEDNING

Af Vibeke Skov

Som et tilbageblik på 25 år der er gået med kunstterapien kan jeg først konstatere at tiden bare er fløjet af sted, og at en ny generation af studerende er ved at indfinde sig på instituttet. Med dette lille blad til dagen, vil jeg gerne takke alle som har været med i de 25 år som er gået. Det gælder elever, undervisere og alle de som har arbejdet mere i kulissen med at passe kontor, køkken kursussted og rengøring. *Alle* har været med til at få det hele til at fungere og det har været vigtigt for mig som leder af skolen, at alle har haft lyst til at bidrage med det som nu har været deres del af helheden. En særlig tak til Jane som nu i mere end 10 år har passet kontoret, - altid med et nærvær og en omsorg for den enkelte og for helheden.

Flere har sendt mig små og større bidrag til dette skrift, og dem takker jeg for og bringer videre, for de er en del af de mange gode oplevelser og møder som har krydset hinanden og mig på Instituttet.

Først skulle jeg måske starte med at beklage at Laban (min hund) i al ubemærkethed kom til at spise den ene hånd på den skulptur som pryder forsiden (lavet af hold O5). De andre hænder vil måske snart gå samme vej, og skulpturen kunne herefter passende komme til at hedde ”Pigen uden hænder”!

Det får mig til at tænke på de udviklingsprocesser som uddannelsen igennem mange år har været ramme omkring. Som nogen måske husker, så er eventyret om pigen uden hænder en fortælling om en ung kvinde der bliver ofret til djævelen af sin far, som hugger hænderne af hende fordi han er bange for selv at blive taget af djævelen. Djævelen får dog ingen magt over kvinden som rejser hjemmefra og ”tages i pleje” hos en konge og de bliver senere gift med hinanden. Mange af de kvinder som starter på uddannelsen er rejst ”hjemmefra”, fordi de længes efter noget andet. Noget som ikke er dikteret af gamle patriarker der er stivnet i deres rigide angst for at forandre sig. Kvinden i eventyret følger en kreativ impuls og ved, at ”her kan hun ikke være” og begiver sig ind i skoven og ind i det

ubevidste. Her møder hun så kongen som hun gifter sig med. Hvis fortællingen sluttede her ville det svare til enhver ung kvinde som modnes, rejser hjemmefra, gifter sig, får børn og på mange måder gentager det samme liv som forældrenes. Men da selvet altid søger mod udvikling (en stille tak til Jungs bidrag til menneskeheden) slutter fortællingen da heller ikke her. Kongen drager i krig som så mange andre ægtefæller, og efterlader sin kvindelighed ubeskyttet, hvorved djævelen igen får adgang til hende og deres fælles barn ”Hjertesorg”. Hun tror at kongen vil slå hende ihjel, fordi djævelen bytter om på nogle breve, og flygter for anden gang ud i skoven/ind i det ubevidste, hvor hun lever i 7 år. Da kongen endelig kommer tilbage, bliver han så forfærdet over hvad der er sket og tager ud for at lede efter hende og finder hende endelig i en hytte i skoven hvor han opdager, at hendes hænder igen er vokset ud. De fejrer deres 2. bryllup på glædelig vis.

Fortællingen er på mange måder et udmærket billede på hvad der sker i vores samfund, hvor den individuelle kreativitet og livsglæde kan byttes med en lykkepille. Jeg tror ikke der findes nogen genvej til lykke.

Udvikling er hårdt arbejde og - takket være arketyperne - ofte også fantastisk og sjovt.

Igennem de 25 år der er gået, har der været et tiltagende ydre krav om mere effektive metoder til behandling og udvikling pga økonomiske nedskæringer alle vegne. Djævelens advokat har kunnet boltre sig i den usikkerhed og tvivl det har efterladt hos rigtig mange mennesker som har mistet troen på sig selv og derfor ikke kan handle i omsorg for selvet. Her er kunstterapien for mig at se en værdifuld vejleder, fordi vejledningen netop kommer indefra og ikke udefra.

Kunstterapeutuddannelsen er og bliver den bærende søjle på Institutet. Hvert uddannelseshold har haft deres egen identitet og har formået at bruge hinanden i et fællesskab som også har gavnet den enkeltes udvikling. Da jeg for 25 år siden lavede strukturen på uddannelsen var et af mine formål at skabe en ramme, som jeg selv gerne ville have udviklet mig i. Desværre har jeg af gode grunde ikke selv kunnet deltage på uddannelsen, men den slags fællesskaber hænger ikke på træerne. Mange af de studerende har dannet venskaber for livet, ligesom jeg selv.

Særligt tilfredsstillende har det været for mig at have et forum hvor kreativiteten frit har kunnet udfolde sig hos både elever og undervisere. Lige meget hvilke modeller jeg har disket op med har jeg oplevet at de studerende har haft tillid til at det skulle der nok komme noget godt ud af, og jeg ved at mine undervisere har det på samme måde. Det har været et godt og trygt sted at gå på opdagelse i kunstterapiens uanede muligheder. Flere af de undervisere som var med da vi startede på Anderupgaard i 1987 er stadig en del af uddannelsen, og nye er kommet til. En som har betydet særlig meget for mig, og som jeg anser for at være en af de største pionere indenfor faget, er Arthur Robbins, som nu i en alder af 83 år ikke længere har helbred til at rejse til Danmark. Arthur Robbins, som jeg mødte tilbage i 1977 har igennem 23 år sammen med Sandra givet et uvurderligt bidrag til uddannelsen. Jeg har netop tilbragt nogle dejlige dage sammen med begge i New York, hvor mange gode øjeblikke blev husket. Arthur har ønsket at bidrage med et lille skrift som blev til i nuets øjeblik en morgen. Det har været sjovt, alvorligt, kaotisk og disciplineret og i hvert fald aldrig et øjeblik kedeligt!

MEMORIES, REFLECTIONS AND IMAGES SHARED ON THE OCCASION OF THE 25TH ANNIVERSARY OF THE ART THERAPY INSTITUTE OF DENMARK

Af Arthur Robbins

I recall, with feelings of nostalgia, the very beginnings of the art therapy movement in Europe. I was the invited speaker at the first Nordic seminar that took place in Norway in 1977. The participants were curious and open to new ideas and discoveries. Few were familiar with even the term art therapy. Some were trained art therapists but many came from other disciplines. There was a sense of anticipation and excitement in the air. A slight shiver went up my back knowing that something important was about to happen. I lectured and conducted workshops. A nascent frame of art therapy practice and theory soon arose. The ideas and concepts presented in the conference were taken back to their homelands and planted with seeds of excitement and creativity.

In the audience was Vibeke Skov, a young, shy but a very clearly involved person in art creativity. She continued her learning in the subject by enrolling in the Pratt Summer Art Therapy Institute. There she became familiar with my particular form of teaching. I think she still remembers my playing out the psychopath and the fun of learning as the members attempted to deal with my manipulation and exploitation. Part of my methodology was to throw myself in to a particular patient so that I was no longer teaching psycho-pathology but something alive and touchable for people to work with. Vibeke took what she wanted from the Pratt program and continued to synthesize the material with her own personal interests in synthesizing art, Jungian theory and work.

A few years later I received a message from Vibeke to attend her fledgling Institute as an invited teacher. I was excited by the prospect and immediately accepted. When I arrived the students didn't quite know what to expect, in spite of Vibeke's warning. She immediately said he was full of the unexpected. But no amount of protection stood in our way. They were very brave as they opened themselves up to deep personal artistic expression as I went back and forth to theory and clinical work using their own art work as a frame.

There was first a quiet observation of me. A few brave ones volunteered. I still remember where we first met the students. It was in an old farm house and you could literally smell the farm instruments in this old barn. And there we met, and I must confess, I had no idea what I was going to teach. But lo and behold the students already brought their own atmosphere and union to the classroom. They started each day with a meditative experience. They also shared their dreams with Vibeke. Already they were placed into a meditative space which opened them up to their own creativity. They then proceeded to go to their individual space where they painted with a commitment and an involvement that I saw at no other institute where we had also taught. They had received an invitation which each one took in their own individual way to paint from their body and their heart. And that was the uniqueness of the student

group. They found a pathway to the unconscious and were deeply accessible to psycho-therapeutic dynamics. No where did I find such a commitment to art and creativity and an availability to be vulnerable and to take a risk. They were not bounded as much by consciousness but by an internal process that they were all ready to share with one another. And so at the moment, if you would say, we created a structure to explore the combination of clinical work, artistic expression, and the meanings that would arise along this pathway.

The students were bold and adventurous and at the same time brought to us some of their internal conflicts and histories that required respect and clinical sensitivity. What we observed was a community. A community that evolved out of intense sharing and personal respect for each other. This institute embodied much of the advanced thinking that comes out of brain research today. Vibeke was intuitive and original in her perspective. She created an important place for meditative experiences to open up such issues as transference and countertransference, archetypal symbolic formulations and associated personal experiences that created an important base to discover the power of art therapy expression.

We continued teaching workshops from year to year in other parts of Europe. Early on, one took place in Italy. Vibeke attended. And what I remember most about Vibeke was her intense connection to her father and her complete sense of turmoil as she received news of his loss. She was bereft and required a place to process her feelings. She went home and started her own personal exploration. In the process, she created her own personal synthesis and expressed her unique creativity in bringing together Jungian psychology, spirituality and the creative process. This slowly evolved as a frame for her own Institute.

Sandy joined me as my partner bringing her own uniqueness to teaching movement, spirituality, meditation and art expression. The meaningfulness of our teaching experiences became a magnet that

brought us back each summer to Europe and to Vibeke's Institute for many years to come.

Vibeke, Sandy and myself are now sitting at a breakfast table, in our country home in New York. She has told us that she is celebrating her 25th anniversary of the Institute. It is now many years since this all began. We think back of all the student expressions and special occasions that we shared. We are so pleased that we have the opportunity to wish you a happy 25th Anniversary. May the institute continue thriving and find new pages and chapters in its active life handbook that holds the movement of Art Therapy in Denmark. In the meantime, as we sit at this breakfast table, Vibeke brings her own creativity to the breakfast and I myself are having a very unique experience. She now looks more than ever like the person I met in Norway and yet has behind her many years of experience and practice. It is like the youth in her keeps on being rediscovered in different forms of creative expression: painter, sculptor, artist, Jungian, clinician, friend, mother and administrator. They all keep on integrating, crossing new boundaries and explorations. Soon we will call her Vibeke Skov Ph.D. She brings to the Institute new ideas and unique reformulations of her personal and clinical experiences. May the institute keep on growing and merging with different energies that create new shapes and forms that state "I Am".



EN KUNSTTERAPEUTISK VINKEL PÅ DIAGNOSER

Af Stine Holtan

Kunstterapiuddannelsen er delt op i ugeforløb, hvor man i internat bor sammen med sit hold og har undervisning hele dagen, 6-7 dage i træk. Det giver en særlig mulighed for at komme ind i et lærestof, da processerne er lange og forløber over flere dage.

I sommeren 2000 blev en uge ledet af lærer Arthur Robbins fra New York. Ugens overskrift var Klinisk orienteret kunstterapi. Vi var ca. halvvejs i vores uddannelse, som på det tidspunkt bestod af 13 ugers kurser.

Arthur Robbins havde mange strenge at spille på, når det kom til metoder og øvelser. Det kom til udtryk en dag, hvor han forberedte os på, at han ville illustrere forskellige diagnoser ved at spille forskellige roller. Vores opgave bestod i at finde frem til, hvad hans problem var, at gå i dialog med ham og gøre ham interesseret i de tiltag, vi foreslog. Vi skulle finde en terapiform, der virkede *samtidigt* med, at vi malede vores oplevelser symbolsk på et stort stykke papir. Når en af os havde fat i noget rigtigt, blev han stående hos vedkommende, ellers gik han videre til den næste. Vi stod parat ved vores store maleplader, da han kom ind i rummet og gik rundt i mellem os. Som det kan tænkes, var det ret svært at forholde sig rent logisk og teoretisk til denne øvelse. Vi måtte bruge alle sanser og

kreative udtryksmuligheder for at pejle os ind på de personligheder, han spillede. Desuden måtte vi finde en kommunikationsform, der passede til, mens vi malede både indtryk og vores intervention ind i et billede. Arthur Robbins lagde ud med at være højtråbende, med store armbevægelser, talte meget positivt om sig selv og syntes alt var ”wonderful”, og i øvrigt havde han tænkt sig at stille op til præsidentvalget. Han var ikke tilbøjelig til at lytte og havde tilsyneladende ingen problemer. Det tog ikke lang tid at gætte, at han havde forstyrrelser af narcissistisk art. Han var ved at komme op at slås med en af os, som blev lidt for konfronterende over for ham. Han endte med at gå igen med manér, da ingen forstod ham, for han havde jo ingen problemer, andet end med at andre var idioter. Man kan ikke sige, at det lykkedes os at få ham i terapi, men vi havde gennemskuet ham, så han måtte finde på noget nyt.

Her kan man så reflektere over, hvordan man konfronterer en klient. En af Arthurs Robbins sætninger dukker op: Tag aldrig en persons forsvar fra ham/hende. Det kan være det eneste han har. Jeg tænker, at narcissister skal være i krise for at have behov for at modtage terapi, at tiden måske ikke er inde til det inden et præsidentvalg men sikkert mere sandsynligt efter et valgnederlag. (Narcissisme er ikke en diagnose i det danske diagnosesystem ICD10 men er det i USAs DSM IV).

Det sværeste eksempel, som Arthur Robbins agerede for os, var så godt som umulig at få hold på, eller at gå i dialog med og at få en form for terapi med. Mange prøvede men måtte give op, da han var udspekuleret og smuttede udenom, glat som en ål, når vi prøvede at fastholde en samtale. Det viste sig, at han spillede psykopat, hvad ingen af os havde gættet. Så han gav os det råd at finde psykopaten frem i os selv, før vi kunne have en psykopat i terapi. Hans terapeutiske tilgang til psykopati var at forhandle sig frem som i forretning og vise fordelene ved at indgå i en samtale eller et forløb og, hvad udkommet kunne blive. Ellers ville vi ikke have en chance, fordi interessen for at få noget sammen med et andet menneske, som fx kontakt, ikke er der, men kan vækkes gennem ”what’s in it for me”. Vi ville nå længst med strategi og overenskomst, ren business. Nu har jeg aldrig været den store skakspiller, så jeg tror, jeg

fandt en af mine begrænsninger.

Under rollespillene lykkedes det mig et par gange at få kontakt med Arthur Robbins rolle. Den ene gang var han rasende, og jeg malede eksplosionsagtige takker som blev badet i kølig blå, jeg forholdt mig afdæmpet forstående, hvilket han fandt behag i og følte sig mødt med. Han aflæste billedet som et symbol på mødet: eksplosion der blev mødt af kølighed, tilsammen et hele af modsatrettede kræfter, der afspejlede accept og sameksistens. Så vidt jeg husker, var vi ude i noget borderline. Et andet eksempel var, da han kom ind i rummet med et beklagende og selvundervurderende tonefald, han var ”flad” i kontakten og egentlig ret afvisende, havde ikke lyst til noget, der var ingen forslag, som virkede på ham, og han var ret ligeglad med alt. Mange bød ind med løsningsforslag, men han sivede ud som sand mellem fingrene. Mit billede viste en røgfarget figur med mange uklare konturer, en sart og vag identitet siddende på en stol, som han gik i ét med. Arthur Robbins bankede på mit billede og sagde, at der var noget i det. Mens jeg malede videre, spurgte jeg til hans interesser, hvilket indskrænkede sig til at sidde på en bæk i en park. Vi kom på en eller anden måde ind på at tale om kriminalromaner, og nu begyndte der at ske noget, han begyndte at live op, mens jeg malede flammer under stolen. Når han talte, var det som om han symbolsk set begyndte at rejse sig op af stolen. Måske var jeg på sporet af ”et mord” på en del af hans sjæleliv, siden han blev berørt. Da han følte sig genkendt, gik han ud af rollen og afslørede, at han havde spillet skizoid personlighedsstruktur, hvilket ikke lige var et ord, jeg havde tænkt på. Som sædvanligt belærte han os om, at for at forstå denne forstyrrelse måtte vi selv gå ind i den og finde den frem.

Arthur Robbins tilgang til diagnoser var, at man lige som en skuespiller måtte gøre sin research i sit eget psykiske univers og blive bevidst om, at vi alle gennemlever forskellige tilstande, som i sine yderområder kan kaldes diagnoser. Før det kan man ikke genkende den anden, og dermed kender man heller ikke sine virkemidler. Hans metode kunne minde om Method Acting, en skuespilmetode hvor man gør brug af sine egne følelsesmæssige erfaringer.

Der er mange måder at lave undervisning på og mindst lige så mange at

lave terapi på. Arthur Robbins metode viser, at indlæring foregår på en anden måde, når leg og kreativitet indgår, for det sætter sig i hukommelsen på en helt anden måde, end kun at forholde sig teoretisk til fx diagnoser. Eksemplerne fra undervisningen har givet mig en konkret erfaring, også der hvor jeg ikke kunne løse opgaven. Afstanden mellem normalitet og forstyrrelse er sommetider ikke så stor.



Normalitet er, for mig at se, et ideal, de fleste mennesker prøver at tilstræbe som et billede på det gode liv. På nogen punkter deler vi det samme ideal i vores kultur men ikke på alle punkter. Det kan være svært, når man ikke lever op til et ideal, ens eget eller andres. Det kan i sig selv give forstyrrelser. Det kan være et paradoks at skulle leve indenfor rammen af et normalt liv, hvis man ikke føler, det er i overensstemmelse med én selv. Så kan det være en

Mandala dans af Vibeke Elling

befrielse at lære sin forstyrrelse at kende. Det kan lige frem gøre en forskel på, troen på at man kan komme til at leve et godt liv. Man kan se forstyrrelser som overlevelsesstrategier med forskellige grader af ekstremitet. For at kunne arbejde med forstyrrelser, må man forholde sig til og acceptere det enkelte menneskes virkelighed og billede af et godt liv.

Accept var noget af det, Arthur Robbins lagde meget vægt på, accept af patienten, som han kaldte det. Da det også er det, jeg selv lægger meget

vægt på, vælger jeg at lade det være slutpointen her. Så undersøg hvad du har svært ved at acceptere. Som i tilfældet med psykopati, er det svært eller næsten umuligt at gå i dialog med nogen, man ikke har accepteret, og det handler om at acceptere det uacceptable i sig selv.



Vibeke Elling

TIL LYKKE TIL LYKKE TIL LYKKE TIL LYKKE TIL LYKKE TIL LYKKE

Af Inge Nygaard Pedersen

Til Lykke til Institut for Kunstterapi med de 25 år og til lykke til Vibeke med at du har formået at opbygge, udvikle og gennem årene løbende opkvalificere denne superkreative og spændende uddannelse.

Selv har jeg været med på sidelinjen som gæstelærer i kurset: ”Det indre barn – udtrykt gennem stemme- og kropsimprovisationer og lettilgængelige musikinstrumenter siden 1988 først på Anderupgaard, siden Ulriksholm Slot, Brejninge og nu Gadbjerg. Jeg har ved hvert eneste kursus nydt de frie, ofte lidt kaotiske men altid meget kreative rammer, Vibeke har bygget uddannelsen op omkring. Jeg har lyttet til

utallige smukke, frigørende og bevidstgørende stemmeudtryk gennem årene på de mange forskellige hold, jeg har mødt og undervist. Jeg er altid kommet hjem fyldt med berigende oplevelser og fornyet energi efter mine kurser. Det vil jeg gerne her benytte lejligheden til at takke Vibeke og de mange kursister for.

Det centrale i mine kurser har været at skabe en naturlig sammenhæng mellem krop, stemme og selvforømmelse som udgangspunkt for kreative udfoldelser. For mange har vejen til denne sammenhæng handlet om at tillade oprindelige og voldsomme stemmeudtryk som gråd eller skrig. For andre har det handlet om at finde en indre tone eller lille melodi, som hun kan identificere sig med og som kan anvendes som en fast kerne i selvforståelsen. En gennemgående øvelse på alle mine kurser har været ”De tre værens- og kommunikationsrum” i form af det private, det sociale og solistrummet. Kursisterne bliver guidet ind i og udtrykker oplevelsen af at være til stede i disse tre rum gennem stemmeimprovisation, mens en medkursist lytter sensitivt og intuitivt maler et billede for hvert rum ud fra de hørte lyde. Begge reflekterer sammen over oplevelsen bagefter og skriver vigtige erfaringer ned. Øvelsen fokuserer på oplevelse af væren, af grænser og af relationer til en selv og andre samt centrering. En rød tråd i guidningen er at kursisten bevarer forbindelsen til det private rum, også når hun hvirvles ud i legende lyde med mange andre kursister eller får lov at fylde hele salen med sin egen lyd (som en solist på scenen), uden at tage hensyn til de andre, for de får lov til det samme. Jeg har fået utallige positive tilbagemeldinger på denne øvelses bevidstgørende og selvudviklende effekt.

Men mit kursus er kun en lille brik i det store puslespil, der hedder kunstterapiuddannelsen. Vibeke har suverænt og meget kreativt sammensat de forskellige dele gennem alle årene, men samtidig været åben overfor nye ideer fra kollegagruppen. Samtidig har hun sørget for at uddannelsen er blevet tilpasset og evalueret, så den er kommet på listen

over de private psykoterapiuddannelser i Danmark, som socialministeriet kan anbefale. Stærkt gået!!

Personlig har jeg en drøm om at kunstterapi på sigt kan blive en søsteruddannelse til musikterapi på universitetsniveau, og at Vibekes bredt funderede psykologiske forståelsesgrundlag, med rod i den analytiske psykologi, kan blive et solidt teoretisk fundament for en sådan uddannelse. Dette vil skabe mulighed for en psykologisk, teoretisk funderet platform for selvudvikling og terapeutisk praksis og samtidig skabe forskningsmuligheder for såvel psykologisk som fænomenologisk baserede studier. Det er fortsat en drøm for mig, og jeg er villig til at arbejde med i enhver åbnende mulighed herfor. Vibekes igangværende PhD-studie om kunstterapi med klienter med depression er med til både at forankre kunstterapi bedre forskningsmæssigt, og det er også med til at skabe grobund for, at de vilde og kreative elementer i kunstterapien kan udfolde sig i kommende akademiske rammer. Denne drøm er samtidig mit inderste fødselsdagsønske for faget kunstterapi i dag,

Til lykke Vibeke endnu engang. Jeg er fuld af beundring for din store indsats gennem alle årene.



*Inge Nygaard Pedersen. Professor
mso. Aalborg Universitet,*

EN CASE ANG. DEN GENFUNDNE DATTER

Af Jørgen Buur Bertelsen

Inden læsningen af casen vil jeg omtale den aktive imagination, som er den metode skabelsen af denne case bygger på. Helt enkelt er den aktive imagination blot et udtryk for aktivt at bruge imaginationen, der også kan udtales som psykens billedskabende evne. Det specielle der så er ved denne artikel er, at imaginationen er blevet yderligere stimuleret ved brug af fotos fra barndommen (Se bogen : ”Barndommens bog – en psykologisk perspektivering”). Dog er disse fotos, på grund af deres private karakter, gemt bag skraverede felter. Derfor skal man huske at collagerne oprindeligt var uden skraveringer. Men billedmæssigt er det alligevel muligt at få det nødvendige forståelsesmæssige udbytte af collagerne.

Denne case har et mytologisk islæt. Ikke fordi casen er inspireret af det mytologiske som et udvendigt fænomen, men fordi casen er en personlig historie, der uvidende berører kollektive, arketypiske træk. Det er der ikke noget mærkeligt i, da netop myten beskæftiger sig med almene, menneskelige problematikker. Men stoffet kan være personligt forklædt og vil af den grund være en mere personlig beskrivelse af et alment menneskeligt problem. Bag det personlige stof vil der så alligevel være et kollektivt vandmærke, som det er muligt at registrere. I mange tilfælde vil problematikken kollektive karakter være antydnet i kollektive symboler, der blot er anbragt på en næsten usynlig måde, så det næsten ikke er muligt ”at se skoven for bare træer”.

Da det er naturligt at anvende elementer fra Demeter-Kore myten i tolkningen af casen, har jeg kort gengivet den nedenfor.

Myten kort fortalt: ”Mens Kore gik på marken og plukkede blomster, steg Hades op fra en slugt i jorden og bortførte den rædselsslagne pige. Demeter ledte forgæves efter sin datter over hele verden og kom til Eleusis, hvor hun fandt trøst i sin sorg, gav menneskene kornet og indstiftede mysterierne.

Denne lille serie starter med en collage, der er to år gammel, altså lavet på et Barndommens bog-kursus for to år siden. Men da A som har lavet collagen, for nylig lavede en ny serie, som hænger sammen med den foregående, vil jeg i min beskrivelse af den aktuelle serie tage udgangspunkt i det første billede i den første serie. Billedet har jeg sløret, således at noget af det personlige stof udelades, uden at helhedsindtrykket tabes.



18

A siger selv:

”Og kniven, hvem fører kniven? Måske er det mig selv, men det er i hvert fald en kvinde. Kvinderne”.

Derfor kan vi kun sige med sikkerhed at det er en anonym kvinde eller kvinderne, der fører kniven. Altså en kollektiv hånd der retter kniven imod en kollektiv person. For da kornet vokser direkte op af den liggende kvindefigur, må vi formode, at det er korn gudinden Demeter vi har med at gøre. Det genkender A, samtidig med at denne benævnelse foreslås. Men hvad er det for et tema der bliver visualiseret? Temaet karakteriseres af A således:

”Jeg ønsker at trænge ind i et morads af fortiede følelser, som er/har været mellem mig og min mor og mit ”7-generationers” barndomsmiljø, bundet mig til spændet mellem idyllisering på trods og foragt forbundet med skyldfølelse. At kende tjørnehækken fjerner den ikke. Hjælper det at fokusere bevidsthedens lys? Kan det virkelig lade sig gøre at komme forbi tornene?”

Svaret på spørgsmålet vil hænge sammen med hvem der fører kniven. Det er endnu uklart, udover at vi ved, at et aspekt af det kvindelige står bag. Men hvad symboliserer kniven? Aggression eller sagt mildere en absolut kritisk holdning overfor noget i den moderlige attitude. Den attitude jeg kalder sørgmodig, men også indadvendt.

I Demeter-Kore myten søger moderen datteren som Hades har bortført til underverdenen. I sammenhæng med A`s billede vil jeg læse Demeter figuren omvendt, dvs. som et symbol på en moderfigur, der på sin vis ikke har været tilstedeværende nok.

A nævner flg. erindring: ”Jeg kan huske at jeg som studerende kom hjem i høsten og spurgte om jeg skulle hjælpe til med at køre halm ind. Mor blev dybt forundret – hvorfor jeg dog ville det? Men – ud over glæden ved at se naturens frugter, ud over glæden ved at kunne bruge mine kræfter – var det en følelse af at for at høre til måtte jeg deltage. Fornemmelsen af at være udenfor, være forkert, skæv, sær, i vejen – og samtidig ikke at ane hvad jeg gerne ville – stille op med mig selv. Jeg blev sikkert ked af det, måske sur og gal. Så gik jeg en tur gennem skoven og ned til vandet. Min ungdoms terapi”.

Dette citat har stor dybde. Et sted er det jo i bogstaveligste forstand kornmoderens afvisning af datteren. Deltagelse i høsten var en deltagelse i det essentielle på gården. Høsten var et ritual, og for at være med i dette ritual måtte man deltage.

Situationen har gjort indtryk, siden den huskes detaljeret så mange år efter. Et indtryk der bekræfter, at der bag den beskrevne situation var et arketypisk mønster. Et mønster der nu kræver et opgør.

Datterens opgør med moderen, det er det der er det ubevidstes hensigt og dermed hensigten med billedet. Det er også jegets hensigt, som vi kan høre i temaformuleringen. Samtidig tror jeg dog ikke jeget i sin hensigt egentlig er klar over hvor dybt dette forhold stikker, og hvor meget det betyder for kvindeligheden. Men det bliver antydnet af, at det er kvinden eller kvinderne der fører kniven, ergo er det kvindelighedens opgør med sig selv. Det er det tema collagen præsenterer. Ikke fordi det lige præcist er A's bevidste formulering, men fordi den aktive imagination slår dette tema an i det øjeblik A giver rum for det.

Præsentationen af problematikken sker kollektivt, altså som en almen menneskelig problematik. Men fra den position kan A kun intellektuelt beskæftige sig med problematikken. Skal der ske en energetisk bevægelse i forhold til problematikken,

skal den sættes direkte i forhold til jeget. Det sker i flg. kommentar:

”Hun (moderen) havde forpestet meget af vores liv med sin negativitet og depression - sådan noget med at gå i seng når vi var kørt i skole – sove længe til middag osv. – og blive hysterisk på de mærkeligste tidspunkter”.

Nu er det kniven der taler, godt nok kun indirekte, fordi A ikke har grebet kniven endnu. Den føres af et kvindeligt anonymt kollektiv. Nu skal A gribe kniven og føre den direkte. Den har både en aggressiv og frigørende funktion.

Dog er det vigtigt ikke at forstå det alt for absolut eller aggressivt, da det mere er et spørgsmål om udfoldelse af, som det hed i indledningen: ”Et morads af fortiede følelser, som er/har været mellem mig og min mor”.

Collage II.

Det næste billede kalder A ”den sårede kvindelighed”.



Det ses beskrevet til højre i billedet. Her sidder moderen i selskabskjole (sløret), og bag hende er der torne som fortsætter ind i en såret hånd, der rækker ud mod opstigende fugle. Denne del af collagen er A's bevidste udgangspunkt. Det er sammen med symbolerne i venstre side, ugle og retfærdighedsgudinden, lavet vidende. Den resterende del og primært den lyserøde kvinde i centrum af billedet, repræsenterer den aktive imagination, og er altså en spontan kommentar fra det ubevidste som en reaktion på det allerede beskrevne. Umiddelbart virker det som om, at det ubevidste ikke er helt enig med A ang. den sårede kvindelighed. At det projekt bliver et lidt for villet projekt, og slet ikke matcher det der er på spil i det ubevidste.

Uddrag af A's billedbeskrivelse: ”I midten en lyserød dame med hår af lagkage og med et kirsebær i munden. Der er humor og selvironi i denne iscenesættelse – så hun måtte have en mørk, magisk maske på, hvorpå min mors øjne er sat. Hvad er det for en kvinde? Dette spørgsmål er i virkeligheden et spørgsmål til moderen, da netop de påsatte øjne viser, at

den lyserøde kvinde er et sjælsaspekt af moderen, eller et aspekt af moderens kvindelighed.

Collagen er lavet med humor og selvironi, hvorfor den lyserøde kvinde får præg af en karikatur. Det betyder at der i billedet er indbygget et forsvar. Forsvaret er den afstand som karikaturen pr. definition indeholder. Men netop afstanden giver også en tryghed til at overspille emnet. Derfor kan A give slip i sin billedmæssige beskrivelse og lade den brede sig til et kollektivt/dæmonisk niveau. Det ses udtrykt ved masken, der er en dyrisk iklædning. Det er sanselighedens ører og snude, som ellers kun er en gudinde værdig. Så måske er den lyserøde lagkagekvinde en gudinde/dæmon, som ikke er af denne verden, men tilhørende en kollektiv verden hvor formdannelsen altid er i sin vorden, og hvor de positive og negative kræfter ikke behøver at være i modsætning til hinanden. Her kan liv og død være i det samme billede.

I collagen rummes store modsætninger. Lagkagen på hovedet som et overflødheds-

horn af nydelse sammen med de ulækre kravlende fluer, der ser ud til at blive lokket direkte ned i den kødædende plante, ned i det kvindelige køn. Det er nydelsen ved at begære og fortære, der får frit spil. Det er erotiske kræfter bestående af lyserød nydelse indeholdende en foruroligende sort flue-side symboliserende erotikkens rettet hed imod døden.

Noget karakteristisk ved lagkagekvinden er det lokkende aspekt udtrykt ved kødædende planter, ved et lokkende kirsebær i munden og ved lagkagen. På den måde ligner lagkagekvinden heksen med kagehuset i eventyret om Hans og Grethe. Hun lokker dem også til med det søde. Men her er det mere raffineret. For masken og kirsebærret er også lokkende. Masken er en arketype der er tilknyttet karnevallet, som peger hen på en seksuel løssluppenhed, som kun er mulig med maske på (oprindeligt var karneval associeret med orgiet, som grundede sig på den religiøse opfattelse af seksualiteten som en guddommelig kraft). Derfor kan masken symbolisere en regressiv tilbagevendende til en form for kollektiv seksualitet som en kompensation for den rationelle virkelighed. Dette aspekt bliver også udtalt til venstre i collagen; her er moderen anbragt sammen med en øgle med klipper som baggrund. En

sammensætning der indeholder den samme regressive tendens tilbage til en ren instinktsfære.

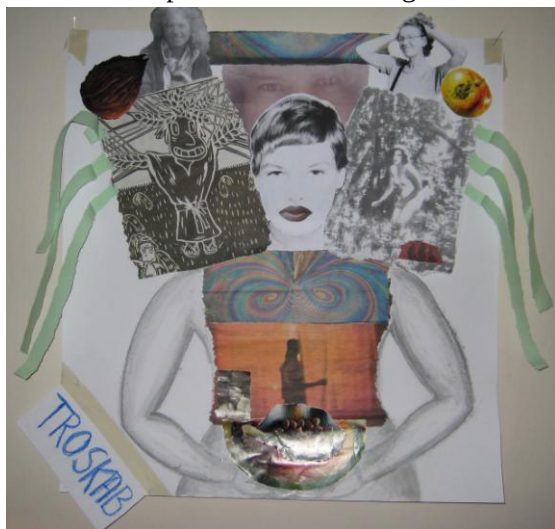
Under lagkagekvinden kan iagttages en eksplosion. Det er et billede på den tilstedeværende, vibrerende lidenskab, som i pikant form udtrykkes i kyssemunden med kirsebærret. Hun bliver et billede på orgiet, og egentlig hører hun til i Venedig deltagende i et lystigt maskebal. Det er den længsel collagen afslører, og som A tillader sig at åbne op til, fordi det er i det erotiske forvandlingsmuligheden ligger.

Den ligger ikke i at tage afstand, men i at gå ind i mor og hendes lyserøde rige. Masken er en forklædt lidenskab som dette billede realiserer. Men det er min tolkning, så lad os høre A's. Hun siger: "Lagkagekone. Hvor ville jeg gerne have set mere af denne respektløse omgang med maden, med overfloden. Ikke den glædesløse nøjsomhed, men frodig, munter, fanden-i-voldsk, festlig forsamling. Du har det i dig. På en måde bliver dette vrængbillede, denne karikatur, et billede på frodig kvindelighed, som ikke fik lov at udfolde sig, men fik maske på, fik lukket munden og blev ædt!..... Men overdrivelsen! Dynger af lagkage. Det lyserøde som romantikkens karikatur. Følelsernes virkelighed er strengt forbudt. Skal de vises, er det i karikeret, overdramatiseret form....."

Og så alligevel. Jeg mener at A lige præcis viser den dybe erotiske virkelighed, men som sprogligt ikklædes et forsvar. Det er rigtigt at det aldrig er set. Men det er ikke rigtigt, at det ikke var til stede. Det var den, men på en uforløst måde, som helt naturligt vil billeddanne sig i en karikatur. Men bag denne er der en ægte erotisk vibration, som A altså sanser igennem moderen, og som A kun kan sanse såfremt kniven eller forsvaret sænkes. Det sker i det her billede. Her får forsvaret en ny udgave nemlig karikaturen. A skifter simpelthen strategi og i stedet for at spille imod spiller hun med ved at overspille. Derved får moderen lov til at blive den kvindelige baggrund, som er nødvendig for datterarketypens manifestation (se næste billede collage III). Uden denne kvindelige/moderlige baggrund, som vi også kunne kalde det elementære kvindelige, ville datterens forvandlende aspekt ikke blive tydelig. Det er et figur/grund fænomen. Uden den kvindelige/moderlige grund vil

datterens figur, som er det forvandlende kvindelige, ikke kunne fremstå. Det er ikke et spørgsmål om at kopiere, men om at være bevidst i forhold til den personlige/kollektive baggrund, der er sat af moderen og hendes kontekst. Og som altid vil generationsovergange indeholde både en bevidst og ubevidst side.

Collage III. ”Over min seng hænger en kvinde. En ganske ung pige, en græsk Kore, med filosofen Fella Hendricks øjne som støtte bag sig. Hun bærer billedet af en erotisk nøgen kvinde – med følgeskab af de tre musketerer – på venstre skulder og en dæmonisk korngud m/k på højre.



Grønne bånd flagrer ud fra begge billeder. Ved brystbenet bølger alle regnbuens farver, og maven er dannet af en mørk orange farve, hvor en kvinde går ind bag et forhæng. En mandlig opdagelsesrejsende sidder ved siden af. Kvindeskikkelsen er tegnet på en naivistisk måde rundt om collage-materialet.

Og alt dette er mit. Jeg har selv lavet hende!”

Således beskriver A, det af hende, fremstillede billede som en datterarketype. Det er det hun har kreeret uden at vide af det. For ville hun bevidst have lavet datter-arketypen, måtte hun have betjent sig af allegorier. Men allegoriernes bekendthed ville have forhindret den levende skabelsesproces der opstod. Det er karakteristisk for det reelle symbolniveau, at det i sig indeholder kræfter vi ikke kender og som vi endnu ikke har set, men som i og med vi med indfølelse opmærksomhed på det netop ikke kendte finale projekt, langsomt begynder at formdanne

sig til et organisk resultat, som måske først genkendes, når en anden siger de ord der kan forbinde det kreative produkt med bevidstheden.

Det er interessant at det faktisk er A selv som 14 årig der personificerer datter-arketypen. At det lader sig gøre er på baggrund af størrelsen, af formerne og den påsatte ganske sensuelle mund. Hun er ikke af denne verden, men er en model for et menneske der skal realisere sin kvindelighed. For som datter-arketype er hun et indre, alment menneskeligt beredskab for kvindeligheden. Datter-arketypen repræsenterer den forvandlende del af det kvindelige. Det er datteren der forvandler sig, ikke moderen, som Skogemann siger.

Billedet er en skitse hun har latent i sindet, og opgaven er at være tro overfor denne skitse, som kun hun kan realisere, da skitsen i sig selv er en tom form, som i det øjeblik den bliver belivet kan træde ind i verden. En belivelse der vil ske i den energetiske genkendelse af fænomenet datterarketypen.

Billedet er symmetrisk opbygget og endda ret præcist. Og der er både en ydre og en indre symmetri. Den ydre er tydelig, og er øverst oppe markeret af to fotos af A selv. Men de er anbragt på en måde, så man kan se deres respekt for det arketypiske felt. Det er en meget væsentlig detalje, da A's respekt for det arketypiske felt er afgørende både for at bevare feltets kollektive egenart, samtidig med at respekten er en slags værn overfor inflatoriske fænomener. For identificerer man sig med et arketypisk felt, vil jeget kunne bilde sig ind, at være datterarketypen. Og så er det personlige og kollektive blandet sammen medførende en mere eller mindre manisk tilstand for jeget. Billedet er et godt eksempel på "at tungen holdes lige i munden".

Men det er interessant, at selv om det personlige aspekt ikke blandes med det kollektive så tilføres der det personlige forvandlingskvaliteter via farvebåndet mellem de to fotos, som har en klar association til det forvandlende sommerfugleaspekt påsat datterarketypens bryst.

Den ydre symmetri er også markeret af de to billeder på skuldrene. På den højre skulder ses et fugleskræmsel. Det er en tom form, som man kan se tidligere har været belivet af kornet, dvs. det er en tom Demeter figur. Det kunne tyde på at noget af Demeter-energien fra første billede, nu

faktisk er realiseret i datteren, som står lyslevende foran os. På hendes venstre skulder ses en nøgen, sanselig kvinde symboliserende noget af den energi, der før var placeret i den lyserøde lagkagekvinde. Denne sanselighed befinder sig nu i naturen, og har så at sige fundet sig selv. Begge skulderbilleder er blevet respektfuldt bæret med flagrende grønne bånd. Det skaber balance og ligeværdighed mellem de to figurer, som dybest set symboliserer liv og død.

I hænderne har datteren en skål. Om den siger A: ”Den skål af frugt og oliven som hun bærer på. Er det kønnets mystik der bæres frem i al sin frodighed? Den blodrøde svulmende mund der både kan kysse, skælde ud og fortælle historier”.

Skålen er et arketyrisk kvindeligt symbol, som her manifesterer sig som et frugtbarheds symbol. Det er lagkagen, der før befandt sig på hovedet, der nu har fundet sin rette hara placering. Det er ikke længere noget specifikt erotisk, men en kvindelig, sanselig energi hvilende i sig selv. Afsluttende siger A om sit billede: ”Symbolet hænger der og integrerer alle elementer. Der er ikke noget der stikker ud; der er ingen ambivalens. Modsætningerne lever side om side.

De grønne bånd flagrer for vinden som bevidsthedens hår der vedkender sig kontakten med det kollektive. Et tegn på at stivnede tankemønstre er kommet i bevægelse?

Ved hjælp af dette billede kan jeg undre mig over mig selv”.

Afsluttende kommentar.

Mytologisk set anvender A Demeter-Kore myten til selv at genfinde datteren.

Som det ses på collage I går vejen gennem Demeter, den arketyriske moderfigur, der er i en labil tilstand. At A får denne ”Demeter intuition”, tror jeg beror på hendes personlige høstoplevelse (s. 1 og 2). I og med denne hele tiden har været til stede i A under arbejdet med collagen, skabes en udvidelse af det personlige perspektiv. Det er her det første ryk i denne serie sker. Det er her den personlige fortælling kædes sammen med en almen menneskelig fortælling. Moderens ignorering af datterens deltagelse i høsten starter A's eftersøgning efter datteren. Hele tiden er

der en vekselvirkning mellem Demeter og Kore, og der er ingen rationel orden i det. Men det kredser om det Eleusinske kornmysterium, der indeholder datter tabet (udtrykt ved kornets ophold i jorden), og genfindelsen af samme. Det folder sig dramatisk ud i myten, ligesom det folder sig dramatisk ud i virkeligheden.

Det er et kollektivt kompleks, som i denne serie afsluttes med den genfundne Kore.

Det er datterarketypens tilsynekomst. Et fænomen som Eliade kalder en epifani, som betyder det helliges tilsynekomst. Tilsvarende taler Jung om konstelleringen af arketyper eller mere præcist af arketypens symbol.

Helligheden som også vil være til stede i konstelleringerne beror på nærværet af det kollektivt ubevidste, der vil være til stede som et ekko.

Derfor er Kore-figuren i bogstaveligste forstand rituelt udformet. Det ses i den symmetriske opbygning af figuren, som udtrykker den nødvendige orden i en hellig manifestation. Det er en måde at holde sammen på en kollektiv energi, som i sagens natur ikke kan rummes af det personlige. Derfor er ritualer og andre ordnende fænomener nødvendige i jegets forsøg på at komme i forhold til samme.

Det lykkes faktisk her, og så er der kun forundring tilbage.

KOMMENTARER 2 ÅR SENERE TIL "DEN GENFUNDNE DATTER"

Af Anne Grethe Sørensen

Jeg har nok lavet mellem ca. 150 billeder og figurer i løbet af de 4 år på Kunstterapiuddannelsen, og der er nogle billeder, der står stærkere i erindringen end andre. Sådan har jeg det med collagerne fra ugerne med Barndommens bog. Ud af den mangfoldighed af metoder, vi har fået kendskab til, har denne sat et dybt aftryk.

Det er på mange måder en legende metode, men også meget krævende. Jeg tror, det er på grund af koblingen til de helt private billeder af familien, der bruges som udgangspunkt. Du bliver nøgen for dig selv og for gruppen, ikke bare med personaen og jeg'et, men langt ind i sjælen. Barndommens Bog som metode er dybtgående, og den kobler det personlige med det arketypiske lag på en enestående måde. Det betyder at

man får et perspektiv på det levede liv som er af en helt anden karakter, end når man arbejder i det mellemmenneskelige kontaktfelt. Du kommer i dialog med dig selv på et dybt niveau.

I ugerne med Barndommens Bog har jeg haft fokus på det kvindelige – og dermed også på min mor. Det har været en rejse, hvor jeg har måttet forholde mig til følelser som foragt, selvdestruktion, forstillelse, længsel og lidenskab.

Symbolerne, som de arketyperiske mønstre jo udtrykker sig i, viste mig den myte, som jeg levede i, på en meget tydelig måde. Nemlig Demeter-Persefone-myten.

Myterne om disse græske guder var ikke ukendte for mig, og jeg følte mig på mange måder i pagt med dem, men hvad jeg ikke havde oplevet før, var det dobbelte perspektiv: At se på jeg'et og arketypens symbol på én gang. Dette visuelt fremstillede dobbeltblik gav mulighed for, at jeg kunne rive mig løs fra myten, der så kunne få tildelt sin rette plads. De arketyperiske figurer er jo netop ikke mig! De er kræfter, der er langt større, og som jeg oplevede skulle æres. Det lyder meget højtideligt, og det er det egentlig også. Arketyper er i sig selv umenneskelige, og samtidig er de bærende mønstre i os selv. De er for mig også den guddommelige latter i Altet. De kan iklæde sig utallige former, de kan være konstruktive eller destruktive, og de er derinde – og derude - et eller andet sted, uanset hvad. På den måde er jeg aldrig alene. Det er ok at fejle, og det er ok at opføre sig åndsvagt, det er ok at være på tværs. For mig har det betydet en større overbærenhed med mig selv og med andre og en langt større ro. Der er noget – i mig og i den menneskelige tilværelse – som er større end mig. Arketyper er det, der holder dig.

Denne sommer døde min mor. Hun blev 83, og da hun lå der med iltmaske og trak vejret besværligt – mager og udslidt – var alle forsvar væk. Et åbent og kærligt menneske, der gjorde hvad hun kunne for at samarbejde med alle omkring sig. Et langt liv med et voldsomt forsvar var endt. Nu vil jeg undersøge om den gamle myte for alvor er ophørt med at drive mit liv. Og det kan jeg også bruge metoden Barndommens Bog til.

Af Lissi Westergaard Christensen

Uddannelsen på Institut for Kunstterapi har været mit livs største eventyr. Uddannelsen har for mig betydet kontakten med et kraftcenter, der har givet næring og inspiration til mig i snart 20 år.

Jeg tog oprindeligt den et-årige fuldtidsuddannelse på Ulriksholm, har siden fulgt kurser på Engelsholm, i Brejning og senest i Gadbjerg, hvor jeg tog overbygningsuddannelsen. For mig har uddannelsen været lig med rejsen ind til eksistensen kerne- og nu, som en moden dame, der har passeret et halvt århundrede, kan jeg genkende situationen for hovedpersonen i Karen Blixens lille fortælling ”Livets Veje”, der indgår i Den afrikanske farm. Fortællingen handler om en mand, der må sande, at han er faret vild i mørket, men da det lysner næste dag, kan han se, at hans tilbagelagte rute danner et mønster – billedet af en stork. Et fødselssymbol.

I min optik er C.G. Jung og individuationen kernen i uddannelsen på Institut for kunstterapi og det mest dyrebare i en tid, hvor kognitiv terapi og andre hurtige og overfladiske metoder er det mest udbredte.

Efter en rejse til Afrika startede jeg som 23-årig med at skrive speciale på danskstudiet på Odense Universitet. Rejsen havde gjort noget ved mig og var nok udslaget for, at mit speciale fik titlen Utopi og dannelse – en analyse af Vagn Lundbyes Jonas-trilogi. Analysemetoden var hermeneutisk/fænomenologisk, men forståelsesrammen var jungiansk. Jung var således ikke fremmed for mig, da jeg startede på Institut for Kunstterapi, men uddannelsen betød et reelt møde med SKYGGEN. Jeg må indrømme, at jeg nok er lidt af en eventyrer, så jeg var nysgerrig og holdt mig ikke tilbage. Nogle vil kalde det dumdristighed, andre mod, men man kan også kalde det tillid.

Kunstterapi var for mig en vej, der gjorde det muligt at trænge ind i et kreative og skabende felt. Der hvor alt begynder og alt kan ske; men der hvor man kan være bange for at fare vild og gå til grunde. Jeg har dog hele vejen støttet mig til Vibekes ord: tillid til processen.

H. C. Andersen har i eventyret Skyggen skrevet om den lærde mand, der er på rejse i Syden og kigger over på genboens altan, der virker så dragende med sine smukke blomster. Han drømmer om at få kontakt med den yndige jomfru, som han en aften får et glimt af; men det er kun hans skygge, der vover at træde ind ad kvindens halvåbne altandør. Den lærde mand foretrækker at blive i det kendte og lade det blive ved drømmen. Men paradoksalt nok sker der det, at hans skygge senere får selvstændigt liv og gør alt det, han ikke selv har mod til og til sidst dominerer og overtager ham fuldstændigt.

Uddannelsen har givet mig mulighed for at danse sammen med min egen og mine holdkammeraters skygger. Helt konkret arrangerede vi på Hold C selvstændigt, og uden Vibekes vidende i øvrigt, en nu for os legendarisk Skyggefest. Med til festen var Vampyren, Rocker Jette, Sensuella, Den hvide mand, Lille Pjok og en del flere. Vi er i øvrigt forevige stående og liggende i buksbombedet på Ulriksholm Slot. Der var nogen på holdet, der ikke ville (turde?) være med, og senere de syntes altid, at det var noget træls at høre om Skyggefesten. Det var en skøn fest i festlokale, der lignede en grøn jungle og med store farvestrålende kropsbilleder af vores skygger på væggene. Maden var udsøgt aromatisk og blev serveret på gulvet, som var belagt med måtter til at sidde eller ligge på. Der var skønhed og vildskab, som bl.a. gav ekstra liv til trommespil og rituel dans senere på aftenen. Næste dag måtte en af os til



lægen i Kerteminde efter at være havnet i en stikkende kaktus. En uforglemmelig oplevelse, som giver stof til eftertanke: Det er ikke helt ufarligt at slippe skyggerne løs; kaos kan få overhånd, hvis man ikke har hovedet med. Man skal på alle måder have respekt for ilden, både den konkrete og den symbolske.

Bevidstheden om betydningen af grænser og orden er nødvendige beskyttere i fællesskabet. Heldigvis er vi normalt det, der

hedder godt opdragede, så vi havde fornuftens grænser i baghovedet. Senere konfronteret med vores udskejelser har Vibeke dog sagt, at hun var glad for ikke at have været vidende om vores Skyggefest.

Friheden har været det største for mig på uddannelsen, og det som jeg virkelig vil takke Vibeke for at muliggøre med sit rummende væsen. For mig har tillige den af Vibeke formidlede tillid til det ubevidste været afgørende. Tilliden og en forståelse af, hvad der har været på færde i det psykologiske felt, har for mig været altafgørende for at kunne overgive mig til de processer, jeg bl.a. har været vidne til gennem mine drømme. Det har været en spændende vej, en indre eventyrlig rejse, som har været vigtig for mig. Egoistisk navlepilleri vil nogle måske sige, men jeg vil sige nej. Dette er noget større og handler mere om vores kultur end om mig som person. Vi har nogle udfordringer i vores samfund, der bl.a. handler om balance mellem natur og kultur, mellem det kvindelige og det mandlige. I østen kaldes det yin og yang, jung bruger betegnelserne anima og animus. Skal vi skabe os en bæredygtig tilværelse eller et psykologisk bæredygtigt samfund har vi brug for at arbejde på denne balance, der også er en balance mellem gøren og væren, mellem aktivitet og hvile.

For nylig havde jeg følgende drøm, som jeg ser som omhandlende relationen mellem natur og kultur, mellem dyr og menneske, og mellem hoved og krop. Ja, og nok også om balancen mellem disse polariteter. *Jeg er på en herregård og står ved havedøren ud mod plænen. Jeg står ved dørtrinnet sammen med en ældre kvinde, der kunne være Betty. Vi taler om, hvordan man kan gøre noget rent. Så ser jeg pludselig nogle rådyr komme ind i parken fra højre. "Se rådyrene", siger jeg til hende. Da jeg ser lidt mere klart, ser jeg at det nærmere er nogle lidt større dyr, noget kronvildt. Men da dyrene kommer endnu nærmere, opdager jeg til min forundring, at det er en gruppe hunde, bestående af 8-10 individer. Disse placerer sig på plænen i en opstilling. De har samme farve som rådyr og er glathårede. Kender ikke deres rigtige navn, men tænker, at det kan være slædehunde pga. deres hoveder. De ser ikke farlige ud. De kommer stille gående først, og sætter sig så på deres plads. Det virker*

som en slags budskab. Som en slags pagt eller aftale vi har eller skaber. Der er vist en førerhund, der på et tidspunkt gør noget – måske rejser den sig. (Jeg kommer lige nu i forbindelse med nedskrivningen til at tænke på, om der er noget med et kors og om førervæsenet har et kors hængende på brystet. Det er lidt mærkeligt og uklart for mig) Efter et stykke tid går de videre i flok ligesom de kom. De spadserer væk venstre om huset.

Jeg ser drømmen som et udsagn om, at det er muligt for det indre dyr og menneske at komme overens. Dyret behøver ikke at dø, som vi ser det på billeder af Skt. George og dragen. De vilde dyr har aggressionskraften, men det er muligt at leve i harmoni med dem, hvis vi respekterer deres natur og ret.

Institut for Kunstterapi har for mig været en hjælper til at finde glæde og mening, ikke mindst i forhold til mit arbejdsliv og mit øvrige virke. En af mine rapporter på uddannelsen hedder ”Metamorfoser- den frie fugls fødsel” og jeg kan i den forbindelse sige, at instituttet har været min fødselshjælper.

Mit livs eventyr med Institut for Kunstterapi som omdrejningspunkt har været en magisk rejse, der har ført mig vidt omkring. Jeg har rejst på det åbne hav, hvilet mig i grønne sumpe, sprunget fra stejle klipper, kravlet gennem mørke tunneller og set solen danse en pinsemorgen i 2012, da alt åndede fred.

Og hvad skal der så komme ud af al denne (under)søgen og rejsen omkring, kunne man spørge med Karen Blixen, der også selv giver et svar i ”Livets Veje” med ordene: ”Infandum, Regina, jubes renovare dolorem: - Troja i flammer, syv års landflygtighed, tretten gode skibe gået tabt. Hvad skal der komme ud af det? ” Uovertruffen elegance, majestætisk værdighed og uforlignelig sødme.

Rejsen og friheden er ikke uden omkostninger, men den er det hele værd. Derfor en stor tak til stedet der har gjort denne udviklingsrejse mulig. Sluttelig vil jeg gerne ønske Institut for Kunstterapi til lykke med de 25 år og takke Vibeke Skov for sin enestående pionerindsats for kunstterapiens udbredelse i Danmark.

METODERNES MØTEPlass

Af Sissel Kristianne Bøhn

JEG VIL DELE NOGLE OPLEVELSER & ERFARINGER MED
UNDERVISNINGEN I ”PSYKODRAMA OG BILLEDER” GJENNEM
10 ÅR VED INSTITUT FOR KUNSTTERAPI.
ET STORT TILLYKKE MED 25 ÅRS JUBILÆET!



VARM TAK!

Et digt

DE VAR BEKJENTE
NÅ ER DE BLITT BESTE VENNER
STØTTER HVERANDRE, UTFORDRER, SMÅ KRANGLER,
SKUBBER PÅ, GIR Plass, DANSER
RØRER VED STRENGENE TIL DEN ANDRES DYBDE
TÅLER REISEN FRA PAPIR TIL SCENEGULV
IMAGINASJON, SYMBOLER – INN I KROPPEN, UT I ROMMET
SE! VIBEKE SKOV & JAKOB L. MORENO HAR BYTTET SKO.
DE PASSER!
UTEN Å TRÅ HVERANDRE PÅ TÆRNE
DANSER DE PARDANS MED SIKRE TRINN
BAKSIDETEGNINGEN TRÅR FREM MED RASKE SKRITT
VIL VÆRE MED I DANSEN
TANGO, FOXTROT, VALS, YEAH! RYTMISK, ARYTMISK
FRA HJØRNE TIL HJØRNE – FRA BUNN TIL TOPP
SPONTANITETEN HAR VÅKNET
LEKENDE OG LIVLIG TILSTEDE – KREVER STOR DANSEPLASS
LYDEN BÆRES AV RYTMENS BEVEGELSER, MIMIKK & FARGE
KAKAFONI

SYMBOLER OG FORMER KRYPER UT AV PAPIRET
ROLLEBYTTET MELDER SEG PÅ BANEN – MARKERER
TERRENG
UTFORDRER FARGE & STREK – UT, OPP & FREM
OI! DER KOM ET MINNE INN FRA SIDELINJA
GRÅTT & GAMMELT – SNUBLER I GRÅGRØNNE STREKER
INNVIKLER & UTVIKLER SEG
EN BLOKKERING KOMMER TIL SYNE
SCENEBILDET FÅR ET SÅRBART UTTRYKK
KRAFTEN ER VED Å EBBE UT
MEN SE - DER SKIMTES EN ÅPNING
MIDT I MELLOM TÅRER & LATTER
STÅR HJELPE-EGO KLEDD PÅ TIL DANS
KNEISER STOLT MED NAKKEN
GIR BLOKKERINGEN ET SPARK BAK
SÅ FARVENE OVERTATR STYRINGEN
ANIMUS BRYSKER SEG OG FYLLER GODT PÅ PAPIRET
ANIMA HAR TRUKKET SEG TILBAKE I ET HJØRNET
DE SER SKEPTISK PÅ HVERANDRE
NØLENDE: ”SKAL VI DANSE?”
UTTRYKKET BÆRER DANSEN VIDERE
FORBI GAMLE SKYGGER
OVER FARGE PALLETTENS NYE TRINN
TIL NATTEN FALLER PÅ
DA TAR BILDET PSYKODRAMA I HÅNDEN,
NEIER & TAKKER PENT FOR DANSEN
PSYKODRAMA BUKKER DYPT
OG FØRER PARTNEREN UT TIL SIDEN
SAMMEN FORLATER DE SCENEGULVET
I SINE GODT BRUKTE DANSE SKO
TIL BIFALL AV GRUPPEN OG KRAFTIGE PENSEL STRØK

Af Liv Johns



Døren ind... til forløsningen.
En aha-oplevelse. Hvad kropslig
tilstedeværelse i nu'et kan gøre, når
det samtidig udtrykkes kreativt.

Resumé. En fortælling om hvordan
jeg som kunstterapeutstuderende fik
en både personlig og faglig
udvikling. Læs hvordan mødet med
somatic experience blev
epokegørende for min videre færd.

Indledning

Hvad kunstterapi betyder for mig..?

Den korte version er... hvad jeg oplever lige nu, hvor jeg skal fortælle om
det.

At livsboblerne begynder at bruse i blodet.

Og for mit indre blik ser jeg en valmuebeklædt mark...

grønne vidder iblandet rødt og længere ude... udsigt til havet.

Og mit sind...?

Det er indstillet på uendelighed.

Hvad kunstterapi har betydet for mig.

Den længere og mere uddybende version er, at det har medført forløsning
i mit liv på flere områder. Som mange nok har erfaret, er fortiden ikke
ene minder om smukke valmuemarker. Ud fra den betragtning fik
kunstterapiuddannelsen en særlig betydning for mig.

For når jeg ligger på valmuemarken og mærker fryden i kroppen, betyder
roen og trygheden i sindet også, at minderne dukker op...

Ikke kun dem der handler om varme sommerferiedage på Bornholm med vidstrakte valmuemarker.

Den trygge grund under fødderne giver mod til at lytte til sindets skrig, der skærer igennem luften, bryder freden og traumatiserende hændelser erindres.

Fortidens smertens skrig...mit indre skrig... andres skrig.

Kunstterapien får en betydning som den frodige moder, der gør det trygt og helende at lytte & handle på det, der er svært. Det være sig de 'skrig' vi pludselig husker, og som har stoppet kroppens flow og givet spændinger på krop & psyke. Som energi der strømmer gennem et kabel, men hvor knækket på ledningen forhindrer energien i at strømme. Gennem det kunstterapeutiske udtryk bliver det lettere at finde energiens knæk og derved få genetableret kroppens og psykens flow. Dette blev alt sammen vægtige grunde til at kunstterapi blev så epokegørende for mig i mit videre liv.

Bekræftigelse...

Egentlig startede jeg længe før uddannelsen med kunstterapi. Som ung havde jeg rent intuitivt og dagligt udtrykt mig kreativt i flere år, som en slags selvransagelse. For at komme ind bag om nutidens forhindringer.

Den gode sidegevinst var, at jeg samtidig fik 'holdet' –forstået ud fra holdingbegrebet, hvor moren holder sit barn- mig selv - psykisk. Den lettelse det var at komme af med ophobede følelser og spændinger, var befriende og skete af sig selv.

En anden eftervirkning ved at se det billedlige aftryk af tidligere udækkede behov, var at få bekræftelsen på "mig".

At mærke, jeg er: "Jeg lever!",

Det blev også et ubevidst udråb om "Hér er jeg."

Men også det indre barn, der får lov til at komme til orde medens det spørger:

"Kan du ikke se mig mor?"

Denne proces blev yderligere intensiveret under kunstterapiuddannelsen.

Lignende mekanismer gik i gang, da jeg 20 år senere, begyndte på kunstterapiuddannelsen. I 3½ år boltrede jeg mig på skolen, som i en slikbutik, med undervisernes accept. Tror jeg... ☺.

På uddannelsen var det tilladt at udtrykke hele spektret, det indestængte, det uforløste, angsten.... Og så kom også livsglæden!

Det føltes som om, at des mere vi arbejdede på at åbne op, des bedre var det.

På skolen begyndte jeg at forstå, at det at bruge min kreativitet, lige så meget er en måde at forholde sig til livet på (Skov, 2009). Forstået således, at jeg i enhver situation er skabende, fordi jeg forholder mig til verden, som den fremtræder lige nu. Frem for at reagere på fortiden, der blev fremprovokeret af noget i nu'et.

Jo, jo...at leve og være kreativitet tilstede i verden det forudsætter indre opmærksomhed. Det fører mig frem til at fortælle mere om, hvorfor forløbet med traumer blev så stor en oplevelse for mig.

Traume sker når vores evne til at reagere på en opfattet trussel er væk. Denne manglende evne til at reagere fyldestgørende har dybe påvirkninger. (Levine, 2006)

Mærk dit traume.

Vi blev introduceret for mange spændende metoder til at bearbejde psykisk stof. Lige fra jungiansk analyse til kreativ dans. Personligt blev mit største wake up call, da vi arbejdede med Somatic Experience og jeg gennem egne sansnings fornemmelser erfarede, at jeg ved at være nærværende i nu'et, både kunne forløse spændinger, men samtidig kunne give mig selv den opmærksomhed jeg forgæves havde tørstet efter ude i omgivelserne.

Og hvilken befrielse det er at anerkende det der er, og ikke den evindelige udsættelse i fremtiden: "...når det er blevet bedre så...". Her var det vigtigste pludselig at mærke: '*det der er lige nu*' (Rotschild 2004). Når jeg

undlod at reagere på *det jeg mærker*, og i stedet er bevidst fokuseret omkring spændingen eller fornemmelsen, skete noget andet. Det var som at komme hjem. En sidegevinst var den indre ro det gav, eftersom det vigtigste var at være hjemme i mig.

Traumeforløbet med Karin Vestenfor blev skelsættende for mig. Det har betydet, at jeg i dag integrerer kunstterapi med den bevidste sansemæssige oplevelse.

Det betød også et energiskift, eftersom jeg røg ind på en helt anden frekvens. Førhen var jeg mest intellektuelt eller følelsesmæssigt optaget af barndommens sår.

Forestil dig at du bliver ved med at kradse såret op inden det er lægt. Dels begynder det at bløde igen, dels bliver arret større, når der hele tiden kradses op i det.

Det er en slags psykisk 'selfcutting' .

Der er ikke noget, der bliver helet, når vi igen og igen fortaber os i fortidens fortrædeligheder.

Vi skal samtidig have fat på, hvad der lindrer og heler .

Og her kommer den sansemæssige oplevelse ind. For gennem opløsning af ophobede spændinger, kan traumet blive forløst. Lyder nemt.

Det kan det også være, hvis det foregår med kyndig terapeutisk hjælp, men det kan også tage år.

Ja, det var alt sammen rigtig spændende at lære om, og fra da af var den videre vej frem optrukket for mit vedkommende.

Tag kraften tilbage -impowerment.

Jeg kan kun anbefale at afprøve, den effekt somatic experience har. Her er en lille smagsprøve på hvordan det kan bruges. Det illustrerer godt, hvilke ressourcer det giver at komme i kontakt med den helende kraft. Dyrets væren '*i-ét-med-det-der-er*' hjalp os til at finde vores urkraft, og overgive os til kroppen

For en stund...

Så, forestil dig 22 kvinder der en stund prøver at lade som om de er 'dyr'. De kravler rundt på gulvet, og har glemt alt om at være mennesker... Ja, du skal også forestille dig at en hjort trygt kan færdes i nærheden af en tiger. For alle er optaget af én ting.

At holde fokus i kroppen
og være dér med fuld koncentration.

I den fantastisk beroligende og afstressende tilstand, er der heller ikke noget at frygte.

Hovedet holder frikvarter, og der er ikke længere noget, der skal præsteret. Kun mærkes.

Det indre dyr vi identificerede os med 1 times tid. Satte aftryk i rummet. En intensitet, stilhed og fred.

At indleve sig i de dyriske instinkter, gav kroppen lov til at folde sig ud. Det var vildt fascinerende, virkelig at mærke grounding. Mærke kontakten til jorden og kroppen. At være suget til gulvet. At være forenet med dyret og dets væren i kroppen, gav mig dets kraft. Musikken hjalp os endnu dybere.

Da seancen sluttede bekræftede den totale efterfølgende stilhed mig i, at det var englens vingesus jeg hørte lidt efter, da snakken langsomt gik i gang.

Somatic experience / kropslig opdagelse blev så stor en aha-oplevelse for mig, at jeg nu forstod den kraft, der ligger i sansefornemmelsen.

Det at mærke 'det dér er', er en tankegang mindfulness også benytter sig af.

Det betyder en stærkere og tydeligere fornemmelse af 'den jeg er'.

En mere åben nysgerrighed for de skjulte og ubevidste områder som jeg kunne mærke styrede mit liv negativt.

Den tørst jeg fik slukket i ørkenen, vil jeg altid huske, og stræbe efter at komme ind i igen.

Ligesom jeg indtegner de oaser jeg møder på min vej, så jeg altid ved, hvor jeg kan finde kilden igen.

For at huske kraften bedre, malede vi det psykiske aftryk. Det blev til nogle livskraftige billeder.



Her har en kursist givet egne ressourcer et billedligt udtryk. Det ser ud som om *bevægelse* er en ressource for hende, grundet de roterende former. Til at balancere ildkuglen ses den mere kølige blå oval, som synes at have en afsvækkende virkning så farten ikke bliver for stor. Den rytmiske stilart, viser en ren lyst til udtryk frem for søgen efter mening. Det synes således ikke at være den psykiske bevidsthed, der efterstræbes. Billedet er sanseligt, og kan være et fundament for

senere psykisk indsigt og bevidsthed.

Det er tydeligt, at det er kroppen, der har brug for at fortælle sit eget sprog – billedet er 150 x 90 cm. Ved det rytmiske billede er det mere aktuelt efterfølgende at samtale om, hvad der skete i kroppen og følelserne, da billedet blev malet end hvad det skal forestille. Fx hvad det er, der er så vigtigt, at det bliver manifesteret ved at gentage den gule og blå cirkel så insisterende mange gange.

Kunstterapien i dag

Vibeke Skov har for mig været en levendegørelse af, hvad kunstterapi er. Hendes evne til at styrke mig i 'den jeg er', betød jeg virkelig kom i gang med at tage udgangspunkt i mig og ikke i, hvad gruppen mon kunne modtage fra mig. Hun gav mig mod til at forsætte opdagelsesrejsen i at skabe mig og dernæst udfolde mig, som den jeg er. Det var en hård udfordring, fordi det også kunne betyde gruppens ignorering.

Men i dag, kommer det mig tifoldigt tilbage. For det er afgørende, at mit udgangspunkt er mine ressourcer, at jeg lever ud fra dem med hele mig. Lige så vigtigt er det sociale samspil, at mine ressourcer bruges ude i det sociale rum.

Det swinger nu en gang bedst, når jeg er i virkeligheden frem for, at det er min egen historie jeg responderer på. Og så er det sjovere.

Nej, jeg har ikke glemt, at mest af alt så er kunstterapi at udtrykke sig kreativt, at male, modellere, danse, lave psykodrama, skrive eller et hvilket som helst andet kreativt udtryk, men det er stadig midlet til at arbejde med psykiske processer.

Liv Johns (1960) er psykoterapeutisk telefonrådgiver og arbejder ved siden af med kunstterapi grupper og individuel terapi. Desuden tager hun ud på virksomheder og laver events der booster arbejdsglæden. Kunstterapeut 2010, master i familie- og parterapi på HEG 2010, kandidat i pædagogisk psykologi 2008, uddannet skolelærer, 1995.

Litteratur

Levine A., Peter (1998). *Væk tigeren – helbredelse af traumer*. Forlaget Borgen, Valby.

Levine A., Peter (2006). *Helbredelse af traumer*. Forlaget Borgen, Valby.

Rotschild, Babette (2004). *Kroppen husker*. Klim

Skov, Vibeke (2007): *Helteudvikling i parforhold*. Forlaget Marcus, Bredsten.

Skov, Vibeke (2009): *Kunstterapi*. Forlaget Marcus, Bredsten.

Sørensen J., Lars (2005) *Smertegrænsen. Traumer, tilknytning og psykisk sygdom*. Dansk Psykologisk forlag

Wide, Kenneth (2005) *Bildens helende kraft*. Bokförlaget Mareld.

Af Herdis Gregersen

I det første år på kunstterapiuddannelsen skete der mange sindsoprivende ting – store op- og ned ture i mig selv. På skiftende vis kunne jeg enten tage oplevelserne til mig eller sende dem ud i verden som projektioner. Vi havde netop haft en uge med kropsterapi - en uge der ikke fulgte den oprindelige plan, men en uge der alligevel rørte og satte nyt i gang. For mig igangsatte den også vrede og tvivl. Vrede over at alt ikke gik som forventet og over, at jeg måske ikke lige blev set, som ”den jeg var”. Så kom tvivlen om min egen rolle. Nogle gange fyldte jeg for meget og andre gange for lidt i min egen selvforståelse. Endelig var den indre dommer oftest på vagt, og havde altid sin mening om det ene og det andet - om jeg eller andre var gode nok - om alt fungerede, som det skulle på diverse planer og niveauer.

Jeg havde det dårligt efter denne uge, og jeg gik hver dag i ugerne derefter og tænkte på at ringe til Vibeke og beklage mig over dit og dat. Men pludselig fik jeg den indskydelse, at jeg jo kunne gå ned i min kælder og male et billede. Det blev til mange mange timers uafbrudt malen, hvor jeg glemte tid og sted. Var helt i maleruniversets vold, havde så meget, der skulle og måtte ud. Pludselig fremtonede der sig et billede



meget
anderledes end
noget, jeg
tidligere havde
malet.

I blå

Et gennembrud, som vendte op og ned på mangt og meget. Nu var der ingen motivation til klagesamtaler, for med billedet ”I blåt” følte jeg, at alt nyt kunne ske – der var nærmest magi i luften. Jeg fik en helt ny tro på mig selv og fik energi på mine mål. Meget hurtigt derefter, begyndte jeg at arrangere en særudstilling med titlen ”Rum – fanger - lys”. Denne udstilling skulle foregå i et mørkt rum ”Paramount”, der normalt blev brugt som spillested. Her skulle alle mine billeder hænge og oplyse rummet - mange af dem store papirbilleder fra Kunstterapi spændt op i hjemmelavede naturrammer, så de nærmest lignede indianerskind.

Jeg var helt opslugt af de nye planer, så egentlig kom den efterfølgende uge på Institut for Kunstterapi lidt i vejen, da den lå midt i denne kreative og maniske udstillingsproces. Så på ny kom tvivlen. Skulle jeg droppe kunstterapi? Kunne jeg overhovedet få lov til at holde fast på min nye energi og udfoldelse? Kunne jeg kort sagt være mig selv derovre? Jeg stillede mig utallige spørgsmål, men tvang mig af sted, for jeg måtte jo finde ud af, om jeg skulle fortsætte kunstterapien eller droppe ud.

Denne uge skulle handle om psykodrama. De første dage var hårde, for det var så svært for mig at stå ved min nye plan overfor de andre. Hvor jeg før ofte havde følt mig lille, følte jeg mig nu som noget særligt, men hvad havde jeg at have det hele i? Kunne jeg stole på, at jeg kunne og ville gennemføre min vilde udstillingsplan eller var det dømt til fiasko på forhånd?

De to første dage gik med skal / skal ikke og søvnløse nætter med småangst. Jeg malede på trediedagen et kraftfuldt billede, som jeg kaldte ”Spring ud” og følte så, at nu var jeg klar til at stige på den psykodramatiske scene med mit stærke billede som oplæg til at få udspillet min tilbagevendende tvivl.

Jeg kom kort efter - via vores særlige lodtrækningssystem, når flere



ville på samtidigt - på den psykodramatiske scene, men intet blev, som jeg havde forestillet mig. Sissel så mit billede og hørte på min historie, og så blev de mange roller ellers besat. Stor var min forbavselse, da scenen pludselig blev min hjemlige stue med min mand og mine to døtre – og tvivlen fik den størst tænkelige liggestol i stuen. Jeg følte meget stærkt, hvad tvivlen gjorde ved mine kære i stuen, og frem for alt, hvordan tvivlen var ved

at kvæle mig selv. Jeg blev klar over, at hvis jeg ikke formindskede dens rolle, ville den simpelthen langsomt dræbe mig. Så voldsomt var det. Stærkt og meget hårdt, men pludselig fik vi masken fra min stue ind i stykket. Den kom til at stå for oprindelig og magi. Den fik mig til at føle og forstå, hvor meget jeg brændte

Spring ud

for mit projekt. Yderligere kom narren til med sprælskhed og fantasi. Den fik mig overbevist om, at der både er jordforbindelse i mig og i mit projekt, samtidig med, at der er noget, der når til himlen.

Alt gik pludselig op i en højere enhed. Jeg følte, at jeg netop havde modtaget den største gave nogensinde. Det var magisk og fantastisk efter stykket at dele oplevelsen med ”mine personer” i stykket. Alle havde haft en rolle, de også selv kunne bruge, og de berettede glad om deres

erfaringer med og fra rollen. Dette psykodrama stykke kom til at forandre meget i mig. Jeg var ikke længere i tvivl om mit udstillingsprojekt, og ikke længere i tvivl om, at uddannelsen til kunstterapeut var min rette hylde. Et par uger senere fuldførte jeg min udstilling med masser af mennesker i et rum fyldt med billeder og levende musik. For mig en stor succes og en milepæl.



Ankomst i turkis skal

Senere når min tvivl tester mig, tænker jeg altid på kvælningsfølelsen og på tvivlens enorme ødelæggende kraft. Tvivlen er en del af mig og min lange historie, men den har med tiden fået en langt mere passende og spiselig størrelse. Den er blevet en god hjælper til at sikre, at jeg kommer i dybden med mine projekter. Jeg ser den nu mest som en positiv kraft og følgesvend. Dette forår blev et af de store vendepunkter i uddannelsen og i livet. Psykodrama er en dyb og meget forvandlende metode. Sjælen kommer i handling ved at

spontaniteten får lov til at blive set og hørt, så kreativiteten efterfølgende kan finde sin rette plads.



Senere i uddannelsen kom mange andre væsentlige temaer i fokus. Disse temaer satte spændende og givende spor, men psykodramastykket om Tvivl har for evigt sat sig i mit indre univers.

A BIRTH DAY GREETING

Af Trevor jeavons

I first met Vibeke Skov in 1987 when we were both studying Art Therapy together at the University of Hertfordshire. She imparted a better understanding of the work of CG Jung to me and I acquainted her with the pianist structure of the twelve bar blues on the piano (jazz fans both!).

We have always got on well together as we have a mutual appreciation of the wonderful impact that Art Therapy can have on an individual. We also share a love of music (especially perhaps rhythmic music), and a good sense of humour. Since this connection I have over the last 25 years

been invited to teach Art Therapy in Vibekes' schools and on two occasions brought my jazz group to Denmark to entertain.

My 'work' is Art Psychotherapy, plus producing my own paintings, while my 'play' is playing and listening to jazz (sometimes the work and play overlaps!)

It is, I believe, a tribute to Vibeke that she is able to allow and trust her teachers to guide her students into processes that in detail might differ from her own approach. My 'style' although vitalised by academic study and influence, is grounded in my experience as a trained artist and teacher (since my early 20's) with disabled and/or disadvantaged young people, and seeing how their artistic self-expression puts their internal world into better order. I was visited in the 70's when I was Principal of a large residential school for cerebrally palsied children by a Senior University Lecturer who explained to me that I was practicing as an 'Art Therapist' within my 'teaching'. Some of these children had limited life expectancies; working with dying children has been very challenging.

After taking early retirement from being a Head teacher for 14 years I moved to a local NHS Hospital to work as a qualified Senior Art Therapist in the Child and Adult Mental Health services, working with both children and adults. In this setting I worked on a 'one-to-one' basis with timed appointments for each 'patient'. Learning that each patient is unique; using my intuition to dominate my approach to their individual needs and presenting problems. As a result, I am pleased to have published my book 'Healing Art and Young People' which is based upon these experiences. Without Vibekes' encouragement and insistence there might never have been a book!

As a result of my contact with Vibeke I have also been able to take and use my knowledge and experience to her Art Therapy schools. This experience has provided me with the opportunity to meet a wide range of people with similar interests in the world of art therapy. The contact with Scandinavia has enabled me to share my interests and experience in a

much broader way than I would have experienced in the UK, where it would have been easy to continue to work as an Art Therapist in isolation, even within a multi-disciplinary team – the transition into group work in Scandinavia has enhanced my work and approach to helping both patients and students.

I have, and hopefully the students have, gained from this experience. Teaching in Vibekes' school with up to eighteen or more adults in one group is quite different from my usual professional experience in (generally) working with one client at a time. It is likely that over the years I have brought a strength to my interactions with the Scandinavian students whilst on the other hand, I know that the group teaching experiences in Scandinavia has influenced my approach to my work in the UK too.

Whenever working with students in either Denmark or Norway (and perhaps particularly those who are already using Art Therapy in their work) the idea of 'finding out all about it' getting the full story and the reason for the patients problems seemed especially important, I eventually found that this was not so important. I originally thought that my work should be as a 'detective' trying to identify the underlying problem, but I came to realise that this was wrong. Unfortunately, I believe, that much, if not all of the therapeutic possibilities will vanish if the therapist is in that narrow role of information seeker. Our job is to be the 'facilitator, providing without presumption, a welcoming empty space for the client to fill with whatever they desire to fill it with; using words, art, clay or silence. What ever the patient/students chooses to do in this 'space' "it cannot be wrong". We have had many, many positive experiences and outcomes over the years, so we really must "trust the process".

Very many years ago I was struggling with the idea that some patients within my art-therapy work were creating fantasies and expressions which were 'dishonest', not 'genuine', made up for the therapist, how

could this be helpful? One morning in Ulriksholme I was with Vibeke with in a group session with students sharing dream and meditation experiences. One very young woman began to tell of her dream and visualisations. It was a continuing romantic drama “as from a book”. This student told us “a handsome horse rider picked her up and ran away with her” ... so romantic. More similar stories followed – it seemed to be ‘manufactured’ and not part of a real expressive process suitable for therapy. I was unhappy and when the group had a break and I began to share my concerns privately, with Vibeke about the fabrication of the story. Vibeke listened, smiled turned her head to me and said “so”? Only then did I realise that if an expression is made up, invented, not honest, it can still form a very useful part of the healing process. I learnt something myself that day! (There is always something to learn!)

In October this year we will join in with celebrating the many years of Vibeke Skovs’ Art Therapy Education and the good and positive outcomes for Scandinavian art therapy students. In particular, my wife Diane and I will be celebrating the long friendship, enriching experiences and enjoyment that Vibeke and her son Marcus has brought to our lives.



ET TILLYKKE

Fra Anne-Grete Kousgaard



Kære Vibeke, kære Jane og kære Institut

Stort Tillykke med de 25 års jubilæum!! Jeg ville meget gerne have været med, men sidder i Grønland på det tidspunkt.

Må I få en dejlig, dejlig dag og må Institutet fortsætte med at blomstre, til gavn og glæde for mange!!

Kærlig hilsen fra Anne-Grethe Kousgaard
Billedkunstner, kunstterapeut og underviser

EFTERSKRIFT

Af Vibeke Skov

Jeg tror kunstterapien som en psykoterapeutisk metode står ved sin begyndelse i Danmark. Vi har endnu ikke haft mulighed for at vise hvad metoden kan bruges til på så mange forskellige områder. Så 25 års fødselsdag er på en måde også fødselen af kunstterapien i sin tilbagekomst fra urskovene hvor prinsesser udklækkes med nye hænder og med lysten til også at bruge deres uddannelse sammen med andre. Ikke bare som heling af sindets sårbarheder, men også som forebyggelse af samme.

Mens jeg sidder i mit rum og skriver med søen og kirken som inspiration fyldes jeg af en dyb taknemmelighed over den tillid som så mange mennesker har vist mig i tiden der er gået. En tillid som har gjort det muligt for mig at realisere den drøm *jeg* havde for 25 år siden. Tak for det.



W

K