

Praksisbeskrivelse. Skabende udtryksformer. 5 korte sider.

Eva Holmsgaard Andersen, Funder Tværvej 71, 8600 Silkeborg. Tlf.: 86 68 02 70. E-mail. Adr.: evahandersen@mail.dk. www.evahandersen.dk.

Arbejder som ergo- og basisedarbejder i skiftende dag/aftenvagter på socialpsykiatrisk bosted.

1. Baggrund.

Hvem er du ud over ergoterapeut. Evt. kurser/videreuddannelse inden for området?

1987, forår: Randers Kunsthøjskole; Tegne- og Malekursus.

1992 til 1996: Randers Kunsthøjskole; Heldagsselev i tegning, maling og grafik.

1995 til 1997: Institut for Kunstterapi v. cand. Psyk. Vibeke Skov.

1996 til 1999: Århus Kunstakademi; grafikerelev.

1999- 2002: Ergoterapeutstuderende. Psykiatrispeciale.

2001: Eksamineret kunstterapeut med specialet "Sindets spejl".

Hvor kom ideen fra til brug af skabende udtryksformer, som du arbejder med? Interessen har altid været der, da jeg altid har tegnet og malet.

På kunsthøjskole lærte jeg tegne og maleteknikker som jeg senere kunne bruge fagligt i min Jeg Støttende tegne/maleundervisning for sindslidende.

Gennem min kunstterapeutiske uddannelse fik jeg lært meget indsigtsgivende teknikker, som jeg anvender med etisk varsomhed over for Jeg Svage personer. Ergoterapeutuddannelsen har bevidstgjort et etisk menneskesyn samt givet mig teorier at arbejde ud fra.

Hvilke emner inden for skabende udtryksformer er din interesse?

Kunstneriske tegne maleteknikker som anvendes i Jeg støttende tegne-maleteknik , skriveterapi samt den spejlende og indsigtsgivende kunstterapi.

Hvad er dine erfaringer indtil nu? At dem jeg har undervist finder frem til nye måder at kommunikere på, de finder nye ukendte kunstneriske ressourcer og glemmer triste tanker /at smerten visualisere og gøres konkret i en kunstnerisk og hyggelig samværsform. "Det virker som 30 pamoler."

At klienterne fortæller mig at der bliver håb for fremtiden ved at lave disse tilsyneladende hyggelige ting, der oveni giver indsigt i en førhen u håndgribelig smerte.

2. Problemformulering. (Forberedelse og planlægning:)

Hvornår og hvordan startede brugen af skabende udtryksformer, som du arbejder med nu?

I 1997 som kunstterapeutstuderende var i praktik i Ergoterapien på et midtjysk psykiatrisk sygehus.

Et forløb på 6 ugers billedværksted: To dage om ugen underviste jeg 6 til 8 patienter i kunstneriske tegne/maleteknikker.

(Alle diagnoser deltog: F10-19/alkohol, F20-29psykoser/skizofreni, F30-39/affektive, F40-49/nervøs/stress/OCD, F50-59/adfærdsændringer/spiseforstyrr. Samt F60-69 personlighedsforstyrrelser./borderline.)

Fra 1997 til 1999 underviste jeg en gang ugentligt i Ergoterapien på et midtjysk psykiatrisk daghus.

Manualer med disse teknikker lavede jeg til Ergoterapien på de to sygehuse.

Yderligere undervisning kan selvfølgelig købes ved henvendelse til mig.

Planlægning af forløbet i f.t. medarbejdere/patienter/brugere m.v?

Sygehuse/Dag- og døgnhuse: Lange forløb med tema planlægges med stedets faglige medarbejdere og evt. ud fra klienterne's ønske om deltagelse i et kreativt værksted. Klienterne kan tilmelde sig et lukket forløb i et separat lokale. Hvis der er tid, er der mulighed for at lave åbne kunstneriske grupper hvor nye interesserede kan komme ind og evt. bare få en kop kaffe og kigge på.

Har der ikke været tid til de lange lukkede forløb i et separat lokale, har terapien foregået på denne måde: 1. som en åben ergoterapeutisk tegneaktivitet i et lokale eller 2. som en "spontan" ergoterapeutisk hygge - aktivitet i dagligstuen på sygehuset eller på bostedet (godt observationsredskab, samt kan skabe "ro og hygge", dvs. som miljøterapeutisk metode)og 3. som individuel terapi i klientens lejlighed, midt i en travl hverdag som basismedarbejder/ergoterapeut på et socialpsykiatrisk bosted.

Samarbejdspartnere, hvem er de og hvad er deres opgaver?

Da jeg var studerende og kunstterapeutstuderende samt kunstterapeutunderviser: Ergoterapeuter på sygehusene og daghusene var mine samarbejdspartnere og de var ansvarlige for at jeg fik information om særlige hensyn eller særlige aftaler eller andet relevant i forhold til klienterne. En ergoterapeut deltog i undervisningen på lige fod med de andre klienter. Jeg var ansvarlig for undervisningen og efter hver session evaluerede vi forløbet. Jeg viste hver gang en lille tegneøvelse som alle kunne starte ud med. På den måde fik alle hver gang en lille teknik med hjem.

I nuværende job arbejder vi tværfagligt: social og sundhedsassistenter, pædagoger, sygeplejesker, plejere, soc. rådgivere samt ergoterapeuter, som alle varetager basisfunktionerne i boenheden. Jeg fortæller mine kollegaer og klientens kontaktperson om mit nye forløb med tegneterapien/skriveterapien, som jeg har ansvaret for. Efter forudgående samtale laver jeg spejlende tegning som klienten får ved næste møde. Vi taler om tegningen og finder ofte nye ideer til næste emne. Jeg får kopi af tegning.

Fysiske rammer, materialer og tidsramme?

FYSISKE RAMMER: Et separat lokale hvor klienterne kan sidde uforstyrrede. Evt. individuel terapi på klientens stue. Tidsmangel/ lokalemangel: brug dagligstuen!

MATERIALER: Disse kan gradueres fra få og billige til de dyre og bedre. Jeg handler i discount butikker, hos farvehandlere, hos Aart De Vos i Århus samt hos ARTIFEX i Laurbjerg.: Billige: A4 eller A5 tegneblok, vandfaste tushpenne, akvarel og FILIA børnevokskridt. Samt A4 ringbind til opbevaring.

Manual med Jeg støttende teknikker. Mine oplæg af A5 kunstteknikøvelser satte jeg i plastlommer og de blev opbevaret i ringbind som blev til de Jeg støttende tegnemanualer. Klienterne brugte A5, A4 eller A3 tegne og akvarelpapir.

TIDSRAMME: Med 6 til 8 klienter: en ugentlig undervisning på to timer/ 3 x 45 min. i et forløb af 4 til 9 uger vil være ideelt.

Nuværende individuelle spejlende tegne terapi: Det foregår på klientens værelse, når der er tid.

3. **Målgruppe.** Hvem er deltagerne? Individuel spejlende terapi eller fra 6 til 8 klienter. Har erfaring med *alle* diagnosegrupper (se pkt. 1) i den Jeg støttende og kunstneriske tegne/maleterapi som er baseret på teamer, fx: ” Tegne/maleteknikker” , ” Myter” , ”H.C Andersen eventyr ” . ” Parafraaser”.
4. **Succeskriterier. Hvordan vil målgruppen få glæde af det terapeutiske tilbud?** At der er tid til det i en travl dagligdag! At personalegruppen er enige om at der kan foregå kunstneriske/terapeutiske forløb.

Eksempel på evaluering af tidligere Jeg Støttende tegne maleværksted, ergoterapeutisk daghus med 5 til 8 brugere i perioden 1997 til 1999:

Hvad har du lært?: Farvesammensætning. At være modig og få andet resultat. Få blyanten til at lege. Blindtegning, som der kan blive en masse sjovt. Ny måde at kommunikere på. Selvstændigt får lov til at have sit eget udtryk. Konfronteres med sig selv, kan bringe ting frem. Lært meget, finder evner for maleri. Øvelserne med følelserne ”vrede” var konfronterende. Malemiddel er svært at komme i gang med.

Hvordan har du befundet dig?: Godt, accepteret i gruppen. Befriende og god terapi for psyken. Godt de dage jeg har haft det godt og inspirerende når jeg har været med. Glæde ved at være her. God stemning. Befundet sig godt. Glæde ved det.

Hvordan har din indsats været?: Været i gang.

Hvad har været godt?: Anderledes, der har været oplæg hver gang for at prøve de forskellige teknikker. Det hele. Støttes i at arbejde selvstændigt. Støttes i at man har sit eget udtryk. Velbefindende, at man kan arbejde selvstændigt. Ny verden er åbnet.

Hvad kunne du ønske dig anderledes?: Male på lærred. Akvarel sidste gang.

Evaluering af nuværende individuel terapi: ” Det virker som 30 pamoler. - Der er en uhyggelig tegning, og der mangler kun én ting – men det siger jeg ikke hvad er! ”- Jeg vågner og ser på den gode blækspruttetegning hver dag.” - Vil du lave en grim tegning mere....Vil du lave en tegning med sol, måne og skyer og træer... Vil du lave en tegning med runer...

Formål med det tilbud du beskriver.? - at finde ressourcer hos sig selv,- at give mulighed for selvstændig, kreativ udfoldelse, - at benytte tegning/maling som udtryksmiddel, - at opleve glæden ved at skabe individuelt, - at få øvet selvstændighed/udholdenhed/koncentration/initiativ, - at turde give slip på kontrol og måske få andre resultater end man umiddelbart forestillede sig. - At blive afledt fra sygdoms symptomer.- at få mulighed for at arbejde alene og sammen med andre. At finde

nye måder at kommunikere på. At benytte billedet som et naturligt kontaktmiddel i gruppen. At det er tilladt at visualisere følelser. At der er håb.

Formål med det Det individuelle forløb er især:- At få bevidstgjort og visualiseret en diffus psykisk smerte, så man ikke skal være så fysisk selvskadende for at kunne føle smerten. - At have noget konkret at kunne forholde sig til. At der er ressourcegivende overlevelsesstrategier og andre muligheder end den mørke side med selvdestruktiv adfærd og at der er glæde og håb.

5. Beskrivelse af indhold og forløb, herunder tidsplan? Jeg Støttende tegne maleværksted planlægges ud fra længerevarende forløb på 6-8 uger.

Udgangspunktet er dog i hvert tema at afprøve teknikker og materialer. Vi starter hver gang med en konkret øvelse/opgave som alle deltager i. Her introduceres/ undervises hver gang i en ny teknik eller nye muligheder indenfor en kendt teknik.

I forløbet vil der også være mulighed for at deltagerne kan arbejde mere frit og selv vælge materiale /teknikker. Kunstbøger og kunstpostkort som inspiration og jeg fortæller om epoker, ismer og ”krydrer verbalt” med små kunstanedkdoter fra min tid på akademi og kunsthøjskole. På den måde bliver det et hyggeligt, kunstnerisk forum, hvor folk tør mere end de regnede med at turde.

Kort evaluering efter hver mødegang: Hvad har jeg lært.

Hvordan har jeg befundet mig. Hvordan har min indsats været. Hvad har været godt. Inspiration til næste gang eller hvad kunne jeg tænke mig anderledes.

I det individuelle forløb :er beskrevet.

6. Evaluering, herunder hvad du finder som problemområder og succesområder. Vil gerne have mere tid og lave længere forløb, men planlægger fra gang til gang med klienten. Arbejder på bostedet i skiftende dag/aftenvagter og kender klientens dagligdag er et succes kriterium.

8.Konklusion, herunder evt. fremtid. De skabende udtryksformer vil altid være en naturlig del af mit arbejde og ud fra den enkelte klients interesse og motivation kan de varieres i det uendelige: Jeg kan overføre de skabende udtryk i bl.a. kreativ havearbejde eller køkkenterapi, uformelle samtaler og hyggetegning i det miljøterapeutiske forum. Klienterne oplever nye ressourcegivende måder at skabe på.

9. TEORIER, f.eks.:

Materiale fra LFG- Skabende udtryksformer.

Enabling Occupation = At fremme menneskelig aktivitet gennem klientcentreret arbejde.

Klientcentreret arbejde = brugerindflydelse =magt over eget liv(empowerment)

Hvordan??”**Spirit” fra den canadiske model, CMOP:** Finde den enkeltes individuelle interesser, vaner, værdier. Hvad er det for et individ. Hvilke ønsker, håb og behov?

Evt. anvende OPPM, ergoterapeutisk intervention ud fra de syv trin.

RECOVERY: Håb om at kunne skabe og være aktiv selvom sygdom. Håb via viden om at mange sindslidende kunstnere har skabt, Kirkeby, Trampedach, Ib Mikael, Baukje Z. mfl.

C.G.Jung: Sjælen/selvet. Jeg støttende tegne/maleundervisning uden indsigtsgivende kunstterapi, men vær nysgerrig på hvilket individ du som terapeut står over for.

Eksempel: Hvis klienten er vred, kan man foreslå at han tegner sin sindsstemning lige nu: det kan resultere i at klienten får tegnet djævlhoveder i stedet for at smadre en stol, misbruge alkohol eller skære i sig selv. Ny måde at kunne afreagere på.

Aktiv Immagination ud fra C.G.Jung: Få mod til at tegne andet end fx nazisoldater. Få ændret gamle, fastfrosne temaer og tvangsfigurer ved at støtte til nye rollemodeller, fiktive eller ej. Eks.: Skrive at Anja Andersen hjælper, når det onde vil tage magten...

FLOW/NUZO: Aktiviteten fanger klienten og opdager nye ressourcer.

Winnicott's overgangsobjekter: Leg er terapi. Legen har selvhelbredende effekt.

Via "Bamseteorien" skabes forbindelse ml. krop og sjæl. Legen som nødvendig mellemområde mellem den indre og den ydre verden, mellem virkelighed og fantasi. I legen er bamsen, suttekluden ... et overgangsobjekt for barnet, som det kan glæde sig ved og trøste sig hos, når den nære omsorgsperson ikke er til stede.

Miljøterapi: uformelle samtaler om liv og kunst i hyggelige dagligdags omgivelser.

Social færdighedstræning, rehabilitering og vedligeholdelsestræning: Øve sig i sociale relationer samt afprøve og vedligeholde aktiv handling.

Hurtigt observationsredskab: Måske sidder klienten passiv på afdelingen/ i dagligstuen, men viser nye ressourcer ved at være skabende og aktiv i denne aktivitet.

Sanseintegration: Skærper alle sanser. Skærper synssansen: to og tre dimensionelt: maleri eller skulptur. Følesansen: Måske kan klienten ikke lide at tegne med fedtfarver, men laver flot selvportræt i vokskridt. Røre ved marmor og træskulptur. Lugtesans: blande malemiddel af linolie eller lugte til fedtfarven. Ligevægtssansen: Se installationskunst af islandsk glaskunstner eller kvindelig japansk kunstner med rum installationer, hvor der er spejle og lys i sorte rum....osv.

Meningsfuld aktivitet: klienten er aktiv og i gang, livsglæde, håb, livsindhold, føle man kan noget, mindre PN MEDICIN, ressourcer. Afprøve noget nyt i trygge omgivelser.

Fysiologisk sundhedsfremmende: Lægen Patch Adams: Uhøjtidelighed, håb og humor, overraskelses moment i at få klienten til at "glemme" smerteporten, glemme sygdom, glemme smerte.

Kjeld Fredens, pædagogik, neuropsykologi og kreativitet: Livsglæde og de forskellige intelligenser.

Holding: Teknik fra institut for kunstterapi: Holde om klient, hvis denne er meget ked af det. Tryghed og omsorg. (mor / barn kontakten.)

Hermed mit forkortede bidrag til praksisbeskrivelse. Jeg håber I kan bruge det, for i praksis er det en stor glæde at arbejde med og samtidig se at det virker!

Venlig hilsen fra

Eva Holmsgaard Andersen kunst - og ergoterapeut.
Silkeborg d. 25. september 2005.

Kildeangivelse skal nævnes, hvis du omtaler mine metoder.

Borderline. Kvinde ca. 30 år. Spejlende kunstterapi v. Eva H. Andersen.

Sted: Samtalen sker hos klienten. Tegner "spejl" efter samtalen derhjemme.

Tid: 30 min to gange ugentlig eller i vagten, når der er tid.

Materiale: A4 tegneblok. Vandfast tuschpen. Vokskridt og akvarel.

Dokumentation: klient får originaltegning. Jeg laver en kopi + foto samt registrerer hvad jeg laver.

Meget Jeg støttende men også konfronterende:

Ud fra dagligdags samtaler om problematikker, spejler jeg visuelt informationer på en tegneserieagtig måde. Arketyper, konkrete og imaginære figurer.

Efterfølgende får klienten tegningen og jeg fortæller hvad/hvilken af vores samtale jeg blev inspireret ud fra.

Efter gennemgang aftaler vi hvad der nu skal laves.

Fx Ønsket om et "grimt billede" kan være et konfrontationsbillede ud fra andet personales information om misbrug, gæld osv. Eller klientens ønske om et billede af et mareridt.

Opstår der undervejs episoder, f. eks. gode oplevelser, sommerhus, besøg hos personale eller klients egen kontakt til kendt person (her: håndbold + Anja Andersen), laver jeg en meget Jeg støttende tegning som spejler min klients ressourcer.

Hele tiden en dobbelt spiral af konfrontationer og støttebilleder ud fra samtale og hyggelige kaffestunder. De svære følelser taler vi om undervejs.

Evaluerings af billederne:

Det virker lige så godt som 30 pamoler. – Det virker, men du må gerne tegne den mere uhyggelig, for DET virker. – Jeg er ikke så langt endnu som glaspigen. – Vil du lave et billede med runer? ...Det gode billede med blæksprutten ser jeg på hver morgen jeg vågner.. - Smerten bliver konkret. – Billedet er uhyggeligt, men det skal handle om mig.

Tegneterapien startede med en dagbog hvori vi skrev ned hvad der var svært og hvis der også var gode oplevelser.

Følgende tegninger har jeg lavet ud fra samtalerne:

1. Mit raske/ mit syge jeg. *Dobbeltportræt.*
2. Mandala. *Hjerteinddelt med ressourcer.*
3. Min idelle familie fra 9 år.... *Ressourcebillede, imaginært.*
4. Min relle familie. Hvordan det virkelig var. *Konfronterende.*
5. God sommerhus tur med elev og personale. *Ressourcebillede.*
6. Bytte hund til god familie og få kat. *Ressourcebillede.*
7. Parafraze over Christian Lemmerz "Virginia. *Arketyrisk konfrontation.*
8. Mit mareridt/mit relle liv. *Konfrontationstegning med imaginært blæksprutte/dyr som visualiserer den destruktive side.Del 1*
9. Mit relle liv/ sådan er det også. *Samme imaginære blæksprutte der også indeholder alle ressourcerne . Del 2.*
10. Rune billede. Ud fra samtale om runebillede til personale som går på pension.
11. Mareridt: Never ending story....

Kilde: Eva Holmsgaard Andersen. 25. september 2005.