

Praksisbeskrivelse - skabende udtryksformer

Jeannette Cold. 2005

Baggrund som ergoterapeut.

Jeg blev uddannet som beskæftigelsesterapeut, som det dengang hed i 1959.

Herefter arbejdede jeg 1 år på Risskov Psykiatriske Hospital, 1 /2 år på Centre de Réadaptation Fonctionelle, Nancy Frankrig, to år på Glostrup Psykiatriske Hospital og derefter vikarjobs på Risskov i to år..

I 1966 – 72 var jeg dels timelærer på Ergoterapeutskolen i Århus i aktivitetsfagene, vævning, fletning, tovværk og ler, samt underviser i ergoterapi teori og metode inden for det psykiatriske område og dels timelærer på Skolen for Beskæftigelsesterapeuter i nogle af de samme fag.

I 1972 – 2001 var jeg fastansat på Ergoterapeutskolen med hovedvægten på psykiatrisk ergoterapiteori og metode, samt i fagene krop og bevægelse og formning/billedterapi afbrudt af et år 1975 – 76 hvor jeg var konstitueret skoleleder.

Fra 2001 – 2003 fortsatte jeg som ergoterapi lærer på nedsat tid, for at få tid til at skrive om skabende udtryksformer.

Baggrund i forbindelse med skabende udtryksformer.

”Billedterapeutisk forening” blev stiftet den 23. februar 1978 på Psykiatrisk Hospital Risskov. Af vedtægterne i den billedterapeutiske forening fremgik det, at man skulle formidle kontakt mellem personer og organisationer, der arbejdede med billedterapi, man skulle sprede information omkring billedterapi og arbejde for oprettelse af uddannelse for billedterapeuter. Endvidere skulle man arbejde på at udvide og bedre arbejdsvilkårene for billedterapeuter samt udveksle og støtte forskning inden for billedterapi.

Ser vi på vedtægterne i Skabende Udtryksformer – fagligt netværk i Ergoterapeutforeningen ligger de tæt op ad hinanden.

Billedterapeutisk forening udgav et blad, hvor det første kom i 1978 – og det sidste i midten af 1994. Flere billedterapeutisk grupper blev dannet på tværs af faggrupper bl.a. i Århus.

I 20 år har jeg været med i en billedterapeutiske gruppe, der mødes en gang om måneden

I 1980 – 81 var jeg på en række kurser hos Jette Fenger og Ulrik Haahr. Siden lavede de deres egen uddannelse ”Spektrum” hvor jeg i 1984 – 86 fik en billedterapeutisk uddannelse.

Mellem 1981 – 1998 har jeg deltaget i forskellige kurser, konferencer og seminar i.f.m. skabende udtryksformer.

I 1990 – 95 arbejdede jeg som terapeut på Center for Integreret Medicin, hvor jeg bla. anvendte billedterapi som en metode i behandlingen specielt til cancerpatienter.

I 1998 – 99 var jeg deltager i det nordiske kursus ”Skapande som arbejds terapeutisk behandling” under Karolinske Institut i Stockholm. Uddannelsen var et samarbejde mellem ergoterapeutuddannelserne i Stockholm, Tronhjem og Næstved.

Igennem årene har jeg undervist og holdt kurser mange steder i billedterapi/skabende udtryksformer, samt anvendt billedterapi/visualisering til private klienter.

I 2001 startede jeg sammen med Jytte Kokholm ”Skabende udtryksformer – fagligt netværk i Ergoterapeutforeningen.”

Emnet for denne praksisbeskrivelse er anvendelse af billedkunst som inspiration til et projektforsløb og til maleprocesser.

Målgruppe. Ergoterapeutstuderende i 1 - 3 og 4 semester

Hvad kan kunst fremkalde?

Der er ikke noget som kunst, der kan få folk til at diskutere. For hvad er kunst? Jeg har hørt en del studerende sige, når de ser et abstrakt maleri, at det kunne de ligeså godt have lavet. Da faget skabende udtryksformer tidligere havde flere skematimer var der tid til at tage de studerende med på enkelte udstillinger af nyere kunst. Nogle af de studerende tog afstand fra det de så, andre var nysgerrige, selv om de sagde, at de ikke forstod det de så. I en senere diskussion talte vi om holdninger til kunst.

Hvis man på forhånd lukker af for, hvad man ser og hører, lukker man også af for vigtige impulser, der kan være med til at føre en videre. Er man nysgerrig og åben og siger, at jeg ikke forstår dette eller hint nu, men lad det komme an på en prøve, tiden vil måske vise mig noget af det, selv om jeg ikke forstår lige nu, så er der en åbning og en potentiel mulighed for personlig udvikling. Holdningen til kunst drejer sig også om forholdet til mennesker og til verden i bredeste forstand. Har de studerende en åbenhed, afspejler det sig i hvad de ellers beskæftiger sig med teoretisk som praktisk, i uddannelsen som i privatlivet.

Hvert hold har besøgt Kunstmuseet på Psykiatrisk Hospital i Århus, hvor man har samlet kunst lavet af kunstner med en psykisk sygdom. Det har altid været et besøg, der har givet mange diskussioner om kunst og psykisk syge.

Hvordan kan billedkunst anvendes som et pædagogisk middel til at nå et andet mål.

Følgende er et eksempel jeg anvendte en del år, hvor jeg underviste i 1. semester, hvor de studerende efter nogle få uger startede deres første gruppeprojekt.

Formålet var at sætte fokus på vor profession.

De studerende skal finde frem til en problemstilling på baggrund af et kunstbillede, litteraturstudier og interviews med en eller flere ergoterapeuter beskrive et arbejdsområde indenfor ergoterapi.

En metode til at finde et emne og en problemstilling var et farvefoto i A4 størrelse af en billedkunstners værk.

Mindmap. De studerende fik besked om til næste dag at lave et mindmap på alle de associationer, de fik ved at se på billedet. Som optakt til dette arbejde havde de studerende fået en forelæsning med lysbilleder om "Outsidere" og "Hvad kunst kan fremkalde af tanker og følelser"

Fællestegning. Når gruppen mødtes den følgende dag med deres mindmap, fik de til opgave uden at tale sammen at male (med guitar oliekridt) et fællesmaleri på et stort stykke papir 120 x 90 indeholdende deres associationer. Gruppen fik ca. ½ timer hertil.

Opsamling. Derefter fortalte hver gruppe på skift om indholdet af deres tegning, hvad de havde tænkt, og hvad der spontant kom frem på det fælles papir og hvordan de blev inspireret af hinanden.

Gruppeprocessen fik også nogle ord med på vejen. Eks. hvem startede med at male på papiret, fik de udtrykt det de ville, var der nogen der stod i vejen o.s.v .

Ved evaluering af gruppeprojektet laves et nyt fællesmaleri. Begge malerier hænges op og kommenteres af projektgruppen.

Starten på et projektforsløb i 1. semester:

En gruppe fik udleveret "Terapeuten" af René Magritte fra 1937. (Oliemaleri 92 x 65)
Courtesy Galerie Isy Brashot, Brussels - Paris.

Billedet kan findes på www.google.dk Tryk på billeder og skriv Magritte under søgning.



Gruppens fortolkning af billedet.

“Billedets titel antyder, at det er behandleren generelt, der fortælles noget om. Symbolerne har vi tolket således, at fugleburet er det indre psykiske rum. Lågen til buret er imidlertid åbne, sådan at fuglene kan flyve både ud og ind. Duen er kendt som en budbringer (brevdue), hvilket kan forstås som noget, der skal kommunikeres. Den ene due er uden for buret. Det er den del af sig selv, behandleren skal bruge til at kommunikere noget af sig selv ud til patienten. Den anden due er inde, hvilket kan forstås som behandlerens private rum, det han skal beholde for sig selv. At det er personlige psykiske forhold, der omhandles, understøttes af det faktum, at personen sidder ved havet, vandet, der i flg. en jungiansk fortolkning er symbol på det ubevidste. En væsentlig faktor i billedet er terapeutens manglende ansigt, hvilket gør ham anonym og upersonlig. Hans rygsæk vidner om, at han har en bagage med sig, som på symbolplanet kan forstås som hans psykiske bagage. Stokken er et middel til at komme fremad. Den kan være det redskab, der bevæger ham, udvikler ham, hvorfra han henter sin opladning og nye ressourcer. Personen eller buret bærer en rød kappe, som er et dominerende element i billedet. Rød kendes som kærlighedens farve, så det er måske betingelserne for, at terapeuten kan blive en god terapeut, at han hyller sig i rødt.”

Gruppens problemstilling ”Hvilke krav og betingelser stilles der til ergoterapeuten på det personlige, psykiske plan og hvorfra henter man ressourcerne til det videre arbejde.”

Kunstabilleder anvendt som start på en maleproces.

Når vi står i en aktivitetssituation med studerende eller patienter/ brugere, hvor det at male er en meningsfuld aktivitet for dem, kan en vis struktur være nødvendig. Et ofte tilbagevendende spørgsmål er, "hvad skal jeg male," eller "det har jeg ikke prøvet før, det er for svært." Vi er vant til at tænke, og kommer let til at intellektualisere. Det kan gøre det svært at finde på et motiv. Billedet kan blive fortænkt, eller det forestiller ikke det, man havde forventet. Frustrationen indsniger sig.

En enkel metode til at komme i gang med at male på er at anvende billedkunst som inspirationskilde. Her har jeg igen anvendt postkort eller billeder med gengivelser af kunstners værker. Valg af et kunstbillede som igangsætter opleves af de studerende som en god struktur og mindre konkurrenceskabende. (Cullbergs støtteterapi ved at give struktur.)

I 1. semester anvendte jeg fortrinsvis kunstbilleder med iøjnefaldende farve- og naturkompositioner eks. Jens Søndergaard, Carl Henning Petersen, Van Gock, Edvard Munch, Joan Miro og Paul Klee. I 3. og 4. semester er en del af kunstbillederne mere abstrakte eks. Marc Chagall, René Magritte, Salvador Dali. Her er der større fortolkningsmuligheder.

Maleprocessen i 1. semestre.

- Formålet er: At kunne vælge, at anvende associationer, og at udtrykke evt. tanker og følelser der opstår undervejs, samt evt. at flytte grænser i maleprocessen.
- Emne: Vælg et kunstpostkort - som du umiddelbart kan lide.
Det kan være farverne, motivet, indholdet, associationer der giver valget.
(Det kan være en god ide, at der på bagsiden af billedet står lidt om kunstnerens liv og tanker.)
- Midler: Kunstpostkort med koloristiske motiver, overvejende naturalistiske.
Akrylfarver, staffeli, pensler, spatler, skumgummi, ruller m.v., blandbakker, vand, køkkenrulle, papir til akrylmaling.
- Metode: Mal et billede med udgangspunkt i det valgte billede. Det kan være en kopiering eller en association, en stemning du får ved at se på billedet. De studerende opfordres til ikke at bruge "hovedet" og tænke over, hvordan bænken eller bølgen skal males, men i stedet at bruge øjnene, se og lade penslen og hånden bestemme, hvad der sker.
Giv billedet en titel og signer billedet.
Ca. 60 min. til maling af et billede.
- Flowskema. Den studerende udfylder et flowskema om processen, som danner baggrund for efterfølgende diskussion. Skemaet handler bla. om hvordan tiden er brugt, evnen til koncentration, kontrol over maleprocessen samt oplevelsen af slutresultatet. (Ryssdal og Jonsson 2001)
- Evaluering. Alle malerier stilles op sammen med det dertil hørende kunstpostkort. På skift fortæller hver studerende om valg af sit kunstpostkort, hvordan man kom i gang, hvad der evt. var svært eller godt i processen, hvad de synes om slutresultatet og hvad der blev titlen på deres billede.

Analyse. Ud fra ovennævnte øvelse og teorier fra psykiatri og skabende udtryksformer analyseres aktivitetens anvendelsesmuligheder, begrænsninger, krav og gradueringer.
I analysen indgår anvendelsen af Cullbergs model: jeg- støttende, jeg- styrkende og indsigtsgivende, samt elementer fra den øvrige litteratur.

Ved den efterfølgende evaluering af hele forløbet har der på hvert hold været flere studerende, der ikke har været motiveret fra starten ” hvad er nu det for noget, vi skal i gang med”. Men efter forløbet er de studerende blevet forbløffede over deres eget engagement og resultat. På hvert hold af 22 studerende har der kun været 4 - 5 studerende, der tidligere havde malet.

Vedr. brugen af flowskema i praksis anvendte jeg det på studiebesøg på Middelfart Sygehus, i 2001, hvilket fremgår af Anette Graversen praksisbeskrivelse.

Maleprocessen i 3 – 4 semester, det psykiatriske tema.

Senere i uddannelsen har øvelsen med kunstpostkort også været anvendt, men med lidt mere tid til selve maleprocessen og et andet udbud af kunstpostkort med abstrakte og surrealistiske billeder, idet der er større fortolkningsmuligheder i de billeder eks. Magritte og Dali.

Målene med denne maleøvelse har nu fokus på den enkelte studerendes ressourcer.
(Cullbergs jegstøttende terapi)

Metoden er den samme som i 1. semester hvad angår selv maleprocessen.
Når billedet er færdigt, sidder de studerende i mindre grupper, hvor de hver især sætter ord på sit billede ud fra en række vejledende spørgsmål. Maleprocessen bliver mere personlig. Der bliver plads til at komme lidt tættere på sig selv og få støtte til at trække ressourcerne frem. Øvelsen afsluttes med, at hver enkelt studerende skriver et eventyr – ”der var engang” eller et digt på 10- 15. min. på baggrund af det valgte billede, kommentarer fra deres medstuderende og selve maleprocessen

Evaluering: Mange studerende siger spontant, at de ikke kan skrive et eventyr eller et digt og slet ikke på så kort tid. Men der er der ingen, der ikke har kunnet gøre det. Og stor er deres egen overraskelse. Gruppeseancen slutter med oplæsning af eventyrerne eller digtene i den lille gruppe.

Psykologiske teorier er dels Cullbergs terapeutiske kontinuum, dels erkendelsesprocesser i freudiansk, jungiansk og gestaltterapeutisk forstand fra Hanne Hostrup, Tegneterapi side 120 1987 dels brug af skabende udtryksformer som overgangsobjekt fra Winnicott og flowteorier beskrevet af Chikszentmihalyi.

I analysen af de enkelte øvelser trækkes de psykologiske teorier ind.

Se endvidere Jytte Kokholms praksisbeskrivelse, da vi har haft hvert vores delhold.

Sundhed forudsætter kreativitet. Mangel på kreative muligheder i en selv eller i omgivelserne får mennesket til at tørre ud og gå i stå. (Kjeld Fredens.)

Obligatorisk litteratur til de studerende i 1 – 3 – 4 semester.

- Artikelsamling. Skabende udtryksformer – billedterapi.(Red. Kokholm og Cold.)
- Creek, Jennifer. 2005. Psykiatrisk ergoterapi – teori, metode praksis.
Kap 15, Kreative aktiviteter. FADL's forlag.
- Fidler, Gail S. Velde, Beth P. 1999. Activities. Reality and Symbol. SLACK.
Kap. 10. Voices of Arts.
- Högberg, Åke. 1991.Symboler, eventyr, metaforer. Side 65 – 113. Olivia.
- Haahr, Ulrik. 1990. Tegneterapi. Billedterapi 12. årg. nr. 3.
- Ryssdal, C og Jonsson, H. 2001. Oplevelse av terapeutiske aktiviteter.
Ergoterapeuten nr. 3. Norge.

Øvrig litteratur.

- Atkinson & Wells. Creative Therapies. 2000. Stanley Thornes.
- Cold, Jeannette. Eriksen, Ulla Uldahl hold 95/jan. 1995. Foredrag på Nordisk Seminar. "Brug af billeder som inspiration i problembaseret læring.
- Cold, Jeannette. 1999. Skabende udtryksformer i Ergoterapeutuddannelsen.
Nordisk Kurs i skapande som arbetsterapeutisk behandling.
- Grönlund (red) 1999. Konstnärliga terapier. Bild, dans och musik i den läkande processen
Natur och kultur.
- Kaplan, Frances F. 2000. Art, Science and Art Therapy. Jessica Kingsley Publishers.
- Rosen,David H. 1999. Depression och skapande. Natur og Kultur.

1. Hvordan er **tiden** gået i denne malesituation?

- Har du tænkt på tiden hele tiden?
- Har du tænkt på tiden en gang imellem?
- Har du været så optaget af at male, at du har glemt tiden?

2. Hvordan har du kunnet **koncentrere** dig i dag.

- Var det let at koncentrere dig om at male i dag?
- Blev du forstyrret af og til?
- Kunne du slet ikke koncentrere dig om at male i dag?

3. Hvordan har du været **optaget af at male** i dag.

- Har du i dag når du malede ofte tænkt på dit dagligliv?
- Har du kun en gang imellem tænkt på dit dagligliv?
- Blev du så optaget af at male, at du glemte din dagligdag.?

4. Hvordan havde du **kontrol over maleprocessen** i dag?

- Syntes du, du fik malet det du ønskede?
- Syntes du kun du delvis fik malet det du ønskede?
- Syntes du slet ikke du fik malet det du ønskede?

5. Hvordan synes du om **slutresultatet**, er du tilfreds med det?

- Var det let for dig at komme frem til slutresultatet?
- Var det svært for dig at komme frem til slutresultatet.
- Var det hverken let eller svært at komme frem til slutresultatet?

6. Hvilke **ord vil du sætte på din maleproces** i dag?

(Sæt en streg under et eller flere ord. Brug gerne dine egne ord.)

motiverende - morsomt - kedeligt - spændende - langsommeligt - gav nye ideer -
overraskende - frustrerende eller andre ord.....

7. Hvad fik dig til at vælge dit kunstpostkort.

8. Er der noget ved denne maleproces du kunne have ønsket anderledes?

9. Hvad synes du om selve aktiviteten med udgangspunkt i et kunstpostkort?

10. Hvad er formålet med aktiviteten?

11. Hvilke muligheder, begrænsninger og krav ligger der i denne aktivitet?

12. Har du tidligere arbejdet med maling – hvor og hvordan?

13. Har du interesse for området, selv om du ikke har malet før?

14. Hvis ja, hvor har du interessen fra?

Kilde: Ryssdal, Carina og Jonsson, Hans. 2001. Flow teorien. Opplevelsen av terapeutiske aktiviteter. Ergoterapeuten nr. 3. (N)

