



Bildterapi Dag 4 oktober 2014

Den här gången valde vi i Göteborg att hyra in oss i Hus 8 på Konstepidemin som ligger nära Linnéplatsen och temat för året var ju "vad är bildterapi". Som tidigare år hade vi förmånen att samarbeta med Sensus!

Under dagen hade vi cirka 40 intresserade personer som deltog i och uppskattade dessa fyra programpunkter:

- **Kan bildterapi starta hälsofrämjande processer som leder till individuell utveckling?** Presentation av en avhandlingsplan. Möjlighet att ställa frågor kring forskning och evidens inom bildterapi. - **Gärd Holmqvist**, doktorand i bildterapi och arbetsterapeut
- **Trädet som tema i bildterapi** - **Sara Voxendal**, leg. arbetsterapeut och magisterexamen i bildterapi, Umeå
- **"Sagens kreativa och läkande kraft"** - workshop med **Ingela Nyström**, dipl. psykosyntes-terapeut, storyteller och symbolpedagog
- **Självbilden - ur ett hållbart perspektiv**. Workshop med **P-O Gerhard Larsson**, skådespelare & dramatisk formgivare och **Lena Nilebrant**, cert. bild-terapeut & lic. mental tränare

Gärd Holmqvist hade skapat följande intressanta löpsedlar om bildterapi utveckling och forskning:

- Det var i samband med att bilder började betraktas som visuella representationer av bildskaparens inre tillstånd som intresset för bildterapi började spridas i England och USA runt 1940-talet.
- **"Art in therapy"** kallade förgrundsgestalten **Margret Naumburg** sin bildpsykoterapeutiska modell, inspirerad av Freud och hans tankar om drömtydning
Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy : its principles and practices : illustrated with three case studies*. New York ;: Grune & Stratton.
- **"Art as therapy"** kallade förgrundsgestalten och bildläraren **Edith Kramer** den teoretiska modell hon utvecklade i sitt arbete med barn. Kramer såg sig främst som en konstnär.
Kramer, E. (1971). *Art as therapy with children*. New York.

- Bildterapi började utvecklas i Sverige på 1960-talet med **Jan Thomäus** i förgrunden
Thomäus, J: *Den förnekade bilden* (1980) Wahlström & Widstrand
- **Theorell, m.fl.** har visat att konstnärliga uttryck och intryck som aktivt bearbetas verbalt, kan ändra förloppet i psykosomatisk sjukdom
Inom ramen för ett rehabiliteringsprogram för patienter med kroniska smärttillstånd och sjukdomar med psykosomatiska inslag erbjöds konstnärliga terapier: dans-, drama- musik- och bildterapi.
Theorell, T., Konarski, K., Westerlund, H., Burell, A-M., Engström, R., Lagercrantz, A-M., Teszary, J. & Thulin, K. (1998). Treatment of patients with chronic somatic symptoms by means of art psychotherapy: a process description. *Psychotherapy and Psychosomatic*, Vol 67, pp 50-56
- **Bildterapi är på väg tillbaka**
Under senare tid har uppmärksammats att kulturella aktiviteter, så som **bildskapande, kan vara en lämplig metod för att förebygga ohälsa**
Statens Folkhälsoinstitut, 2005
Det anses finnas ett samband mellan kulturkonsumtion och bättre hälsa och i propositionen *Forskning för ett bättre liv* har regeringen framfört att **forskningen på området bör stärkas**
Pagrotsky, 2005
- **Generella antaganden om bildterapi:**
 - Individens bildskapande står i centrum
 - Konstnärligt material appellerar till kreativitet
 - Olika konstmaterial har sin egen specifika attraktionskraft, vilket kan användas medvetet i den bildterapeutiska processen
 - Bildskapande kan göra det inre livet tillgängligt för samtal och reflektion
 - Bilden kan härbärgera starka känslor så som rädsla och skräck, utan att känslorna tar över
 - Den triangulära relationen, patient – produkt – terapeut, skiljer bildterapi från andra verbala terapiformer
 - Kreativa processer möjliggör förändring och utveckling
- **Inger Öster:** Har i sin forskning visat att **bildterapi kan vara ett värdefullt komplement** vid rehabilitering av kvinnor med bröstcancer
Öster, I. (2007). Bildterapi vid bröstcancer. Kvinnors berättelser i ord och bild. Doktorsavhandling, Umeå universitet, Institutionen för omvårdnad

- **Karin Egberg Thyme:** Har visat att bildpsykoterapi och samtalsbaserad psykoterapi är **likvärdigt** men att sambandet mellan kroppen och känslorna tydliggörs genom bilderna.
Egberg Thyme, K. (2008). What do you see?: studies on time-limited psychodynamic art psychotherapy. Doktorsavhandling, Umeå universitet, Institutionen för Klinisk vetenskap.
- **Hälso- och sjukvården kan erbjuda personer med schizofreni och kvarstående symtom bildterapi,** när behov av icke-verbala terapiformer finns och musikterapi inte är lämpligt.
Citat ur Socialstyrelsens förslag till nationella riktlinjer för psykosociala insatser vid schizofreni eller schizofreniliknande tillstånd.
Socialstyrelsen (2010). Nationella riktlinjer för psykosocial insatser vid schizofreni eller schizofreniliknande tillstånd 2010 – stöd för styrning och ledning.
<http://www.socialstyrelsen.se>
- **Gärd Holmqvist** som jämfört två olika system för utvärdering av bildterapi vid psykosomatiska besvär, ätstörningar och kris.
Systemet GRADE, som används av SBU i Sverige godkände endast 16 % av studierna, medan systemet USPSTF/Task Force godkände 59 %.
Holmqvist, G. & Lundqvist Persson, C. (2011). Is there evidence for the use of art therapy in treatment of psychosomatic disorders, eating disorders and crisis? A comparative study of two different systems for evaluation. Scandinavian Journal of Psychology.

Vid pennan
Lena Nilebrant