



Performance

*Ett moment i utbildningen till
Uttryckande Konstterapeut*

Dokumentation och utvärdering

Helen Talme Utbildningsgrupp 05

Handledare: Gunder Forss

Tack

Utbildningsgrupp 05

&

*Mattias Jönsson som filmade och fotograferade under generalrepetitionerna
Emilie Westin som filmade under Performance på Biskops Arnö 2008
Ulf Strandberg för att han hjälpte mig klippa och redigera filmen
Elisabeth Åsbrink och Caroline Tovatt för råd och stöd i uppsatsarbetet
Åsa Harrrie & Annika Garpander*

*Till mina barn Robert, Linda, Anna och Siri för att ni
på olika sätt bidragit till att denna uppsats kunnat slutföras*

Till min handledare Gunder Forss

Att kunna ge dig tillbaka
Av din ljusa, spända källa

Av dina käkars vidgade form
är min kåpa spunnen,
Ur dina ögon brinner orden
Tysta, klara. Jag står vakt.

Framför portarna och innanför
portarna står jag vakt,
svärdet höjt, axlarna stumma
Bortom oss dimmornas
bleka slitna förhången, det är
gryningen.

Mitt hugg är säkert, långsamt,
Strömmar som vatten,

Om jag skriver nu är det inte för att döva smärtan,
Jag träder in, i spåret mot solen –
Brant mot natten stupar stjärnans
svala skugga.

Min position är utan dörrar.
Det som pressar mig bakåt är inte
skräck. Det som pressar mig framåt
är inte du. Detta är viktigt.

Ur Flerstämmigt 1992, "En byggnad åt mig" av Helena Eriksson

Innehållsförteckning

Sammanfattning	4
Inledning och bakgrund	5
Syfte och frågeställningar	5
Metod	6
Presentation av Expressive Arts/Uttryckande Konstterapi	8
Centrala begrepp inom EXA	9
Performance	10
Community Art	11
Community Work - ett större samhällsperspektiv	11
Sammanfattning	11
Teori	12
Praktik/Empiri	14
Vår performance "Livets frö"	15
Sammanfattning	16
Arbetsanteckningar	16
Första Brainstormingen september 2007	17
Den Rosa Idéboken	18
Utbildningsseminariet januari 2008	20
Resultat	20
Hur man kan se på detta genom en grupprocess teori	20
Sammandrag av indelningen i Yaloms kurativa faktorer	23
Reflektioner, intervjuer och e-post frågor	23
Utdrag ur reflektioner inskickade till Institutet ht 2008	24
Svar på e-postfrågor besvarade höst 2008 - försommar 2009	28
Utdrag ur intervjuer med deltagare i utbildningsgrupp 05	30
Utdrag ur intervjuer med lärare och utbildningsledare	33
Slutsatser	35
Resultatdiskussion	35
Avslutande Personlig Reflektion	38
Referenser	40
Bilaga 1	42
Yaloms 12 kurativa faktorer med 60 beskrivande påståenden	
Bilaga 2	44
Telefonintervju med deltagare november 2009	

Sammanfattning

Performance är ett begrepp och en metod inom Expressive Arts som kan beskrivas som en slutprodukt av en terapeutisk process som ofta föregås av bild, rörelse, musik och poetiskt skapande. Slutprodukten kan liknas vid en teaterföreställning, där huvudsyftet är att visa upp aktörens/aktörernas process och där publiken spelar en betydelsefull roll som vittnen till det som sker på scenen. Föreställningen uppförs bara en gång och skiljer sig på så sätt från traditionell teater. Framförandet av performanceföreställningen kan i sin tur bli utgångspunkt till nya insikter och nytt skapande.

Uppsatsen är en examensuppgift på terapeututbildningen vid Svenska Institutet för Uttryckande Konstterapi i Stockholm. Arbetet består av tre delar. Den första är en dokumentation av utbildningsgrupp '05:s performance arbetsprocess. Den andra delen av dokumentationen har resulterat i en processfilm. Den tredje delen består av granskningen av performancemomentets betydelse på utbildningen.

Centralt i uppsatsen har varit att belysa betydelsen av grupprocessen och den enskilde gruppmedlemmens identitetsutveckling till uttryckande konstterapeut. Med identitetsutveckling menas här utveckling av personliga egenskaper såsom förhållningssätt, reaktionsmönster, attityder, värderingar, livssyn och att handla inriktad på de krav som yrkesrollen kräver. För att ge arbetet en teoretisk förankring används grupprocessteorier och teoribildning knuten till Expressive Arts.

Arbetet har lett till fem slutsatser, som var och en speglar performanceföreställningen och själva performancemomentet i utbildningen ur olika perspektiv; individens, gruppens, utbildningens, terapeutens och slutligen klientens perspektiv.

Ur individens perspektiv: Performanceprocessen gör det möjligt att få syn på sina egna mönster och roller. Genom synliggörande får individen förutsättning att skapa förändring.

Ur gruppens perspektiv: En gemensam bearbetning av grupprocessen kan leda till nya lärdomar. Dels genom att resultatet och essensen av processen manifesteras genom föreställningen, dels genom att visa upp den inför en publik som fyller funktionen av vittnen som speglar det som sker på scenen.

Ur utbildningens perspektiv: Deltagarna får möjlighet att stärka sin identitet som blivande uttryckande konstterapeuter genom praktisk tillämpning av de konstnärliga disciplinerna musik, dans, poesi, bild, form, berättande och gestaltande.

Ur terapeutens perspektiv: I och med att terapeuten får möjlighet att gestalta olika roller på scen kan han/hon få tillgång till olika sidor av sin personlighet. Genom att få syn på de mörka, ”mindre rumsrena” sidorna av ens psyke och bli medveten om dem, kan han/hon lära sig att handskas med dem. En medvetenhet om dessa sidor kan vara en tillgång i mötet mellan klient och terapeut.

Ur klientens perspektiv: Som deltagare i en performance befinner man sig i en situation där man tar emot regi, det egna agerandet blir speglat och ifrågasatt av andra. Det kan ge en ökad förståelse för klientens utsatthet i terapisituationen.

Inledning och bakgrund

Performancemomentet är förlagt till det tredje året på den fyraåriga deltidsutbildningen i uttryckande konstterapi. Detta kursmoment – att under ett helt år i konstnärlig form gestalta sin utbildningsprocess – är unik även för Expressive Arts utbildningarna (EXA) i världen. Det finns bara i denna omfattning på det norska och det svenska institutet. De som utvecklat utbildningsmomentet performance som pedagogisk idé är Melinda Meyer vid Norsk Institutt for Kunst- & Uttrykksterapi (NIKUT) och Margareta Wårja vid det Svenska Institutet för Uttryckande Konstterapi (UKT). På utbildningen används Performance som ett samlingsnamn för den utbildningsdel som ingår i studieprogrammet under ett år. Mitt engagemang i ämnet började då vi blev tillfrågade i utbildningsgruppen om någon ville ta sig an uppdraget att dokumentera denna process. Utbildningsgrupp 05 där jag själv ingår, bestod av tjugo deltagare, vi påbörjade vår utbildning i september 2005 och avslutade utbildningen i september 2009.

Utgångspunkten för frågan var ett antal diskussioner i lärarkollegiet om performancemomentet innebar ett meningsfullt inlärningsmoment på utbildningen. Dokumentationen påbörjades i september 2007 i samband med introduktionen i ämnet och pågick fram till föreställningen som uppfördes i augusti 2008.

Arbetet med dokumentationen skedde dels genom egna anteckningar och dels genom att filma delar av repetitionerna. I november 2008 inledde jag arbetet med att redigera en film som blev klar under våren 2009.

Det är första gången ett liknande projekt varit möjligt att använda som examensuppgift på utbildningen.

Under arbetets gång har frågan om hur man kan sätta ord på denna process väckt min nyfikenhet. Hur kan man beskriva den utveckling som sker med var och en på utbildningen som deltar i performancemomentet?

Syfte och frågeställningar

Syftet med dokumentationen och granskningen är att undersöka om performance innebär ett meningsfullt inlärningsmoment på utbildningen. Jag har också velat undersöka på vilket sätt performancemomentet påverkar identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut.

Syftet med filmen som är en del av dokumentationen, är att visa processen under arbetet med performancemomentet.

Uppsatsarbetet utgår från en huvudfrågeställning och två underordnade frågor:

1. Varför ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?
2. Hur kan man se på performance ur ett grupprocessperspektiv?
3. Vad betyder performancemomentet för identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut?

Metod

För att kunna besvara de frågorna har jag beskrivit och analyserat:

- Arbetsprocessen före, under och efter performanceföreställningen
- Utbildningsgruppens grupprocess i relation till performanceföreställningen
- Betydelsen av arbetet med performanceföreställningen när det gäller den framtida identitetsutvecklingen som uttryckande konstterapeut

Under sommarseminariet på Biskops Arnö uppfördes vår grupps performanceföreställning. Efteråt lämnade deltagarna sina individuella reflektioner. De är också en del av undervisningen och bildar den avslutande delen av performancemomentet. Utbildningsgruppen fick frågan om dessa reflektioner var möjliga att använda som underlag för min granskning. Denna fråga ledde till en diskussion i gruppen utifrån etiska avväganden. Då flera av deltagarna kände sig obehagliga med att dessa mycket privata upplevelser skulle användas som underlag för uppsatsen togs ett beslut att inte använda reflektionerna. Detta resulterade i att jag istället beslöt att skicka ut två frågor till alla i gruppen att besvaras separat. Tre av nitton möjliga svar kom in.

En av frågorna omformulerades till: *Varför anser du att Performance ska ingå i utbildningen till Uttryckande Konstterapeut utifrån den erfarenhet du nu har av detta arbete?*

Omformuleringen av frågan grundade sig på en kritisk röst i gruppen som ansåg att det var utbildningsledningens ansvar att svara på den första frågan. Ännu ett svar kom in. Jag tvingades inse att metoden inte tycktes vara en framkomlig väg för att få fördjupad kunskap på området. Istället beslöt jag mig för att intervjua tre deltagare i utbildningsgruppen. De intervjuade personerna valdes utifrån sina roller i föreställningen; en huvudrolls- innehavare, en musiker och en körmedlem. Två lärare och en utbildningsledare intervjuades också. Nästa steg var att försöka förstå och dra slutsatser av intervjumaterialet.

I intervjuerna som varade mellan tjugo minuter och en timme använde jag öppna frågor och följde ingen mall. Det var svårt att göra direkta jämförelser mellan de olika svaren. Intervjuerna är utskrivna i talspråk och har inte ändrats. Ett hermeneutiskt synsätt har använts vid tolkningen av källmaterialet genom de hermeneutiska cirkelarna ”del - helhet” och ”förförståelse - förståelse.” En strävan efter att förstå, inte förklara, utmärker hermeneutiken.

”Ett huvudtema för hermeneutiken har ända från början varit att meningen hos en del endast kan förstås om de sätts i samband med helheten. Omvänt består ju helheten av delar, kan därför endast förstås ur dessa. Vi står alltså inför en cirkel, den s.k. hermeneutiska cirkeln: delen kan endast förstås ur helheten och helheten endast ur delarna” (Alvesson & Sköldberg, 2008, s.193).

Ett nytt skede i arbetet inträdde juni 2009, då förutsättningarna förändrades genom en önskan från utbildningsledningen. Den gick ut på att mitt arbete skulle fylla funktionen som underlag för att kunna bedöma nyttan av performancemomentet på utbildningen.

En ny vädjan gjordes till utbildningsgruppen att lämna in sina reflektioner eller delar av dessa. Det resulterade i att sammanlagt tolv av nitton deltagare har lämnat in någon form av svar på frågeställningarna, vilka är redovisade i resultatdelen av uppsatsen. En ny fråga lades till: *Vad betyder performancearbetet för identitetsutvecklingen till Uttryckandekonstterapi?*

I avsnittet "Hur kan man se på detta genom en gruppprocessteori?" använder jag mig av Yaloms kurativa faktorer för att se om man kan belysa gruppens process under förarbetet till performanceföreställningen (se bilaga 1).

Dokumentationsdelen i uppsatsen består av:

- En redovisning av brainstormingmomentet samt arbetsanteckningar från förberedande utbildningsseminarier.
- Den processfilm där repetitioner och performanceföreställningen visas i korta sekvenser. Filmen är tjugotvå minuter lång och innehåller repetitioner, generalrepetition samt performanceföreställningen på Biskops Arnö sommaren 2008. Den kan beskrivas som en processfilm för att belysa gruppprocessen under performancearbetet. Den kan ses både som en del av dokumentationen och som en subjektiv redovisning.

I granskningsdelen av momentet performance på utbildningen ingår:

- Reflektioner som lämnades in till Institutet för Uttryckande konstterapi (hösten 2008) av deltagarna i utbildningsgrupp '05. I reflektionerna har jag valt ut stycken i texterna som bevarar de tre ställda frågorna i uppsatsen.
- Tre e-postfrågor som besvarades separat under hela tidsperioden hösten 2008 - våren 2009.
- Intervjuer med deltagare i utbildningsgruppen och med lärare på utbildningen samt utbildningsledaren för Institutet. Då citat från intervjuerna använts finns hänvisningar i texten. Samtliga deltagares namn har tagits bort ur texten medan lärarnas finns kvar. Alla intervjuade har gett sitt samtycke till att intervjuerna får användas i uppsatsen.
- Redovisning av, hur man kan se på brainstormingen och de individuella förslagen genom en gruppprocessteori. Förslagen har belysts med hjälp av Yaloms 12 kurativa faktorer.

För att tydliggöra vad som menas i uppsatsen kommer jag att göra tillägg då begreppet performance används, performanceföreställningen, -processen, -momentet. I uppsatsen förklaras relevanta begrepp inom Expressive Arts traditionen. Den internationella beteckningen för Expressive Arts och Uttryckande konstterapi, EXA respektive UKT, används frekvent i text, citat och intervjuer. I den mån det är möjligt används begreppet Expressive Arts.

Presentation av Expressive Arts/ Uttryckande Konstterapi

Följande poem, hämtad ur *Minstrels of Soul*, kan ses som en estetisk beskrivning vad som utmärker en uttryckande konstterapeuts sätt att arbeta. Boken *Minstrels of Soul*, har tre författare, Helen Nienhaus Barba, Margo N. Fuchs och Paolo J. Knill. De lade tillsammans med Shaun McNiff, 1974 grunden till Expressive Arts på Lesley Collage Graduate School, numera Lesley University i Cambridge Massachusetts, U.S.A. Det framgår inte vem av bokens tre författare som står bakom dikten.

The Essence of the Arts in Healing

What is it then, that an Expressive Therapist is doing
if he doesn't prescribe medication,
Doesn't anesthetize, doesn't give injections,
Doesn't disinfect,
doesn't cut, doesn't sew, doesn't bandage?
His" medication" is the art material,
his anesthetic is the breathing out and in to the belly,
his injections are the laying on of hands,
his disinfecting are the sense-ualities
of getting in touch with what is touched,
his cutting is allowing the pain to be expressed,
his sewing is to serve the emerging,
his bandages are the ritual, the song, the music,
the dance, the storytelling, the enactment
the image- ing.
Yes,
the tools might be different,
yet it is always the wound itself witch is healing.

"Minstrels var de som vandrade mellan byarna och berättade historier genom att gestalta dem och sjunga dem. Att vara lite grann "on the edge" inte vara så anpassliga utan någon sorts "fri spirits" som rörde sig fritt, som inte ägdes av några kungar. Det var ju ofta så att hovmusikanterna var ägda, genom att sjunga, spela gestalta det som den kungen eller makthavaren ansåg vara konst medan Minstrels var mer fria. Det tror jag har med en tradition som Paolo Knill haft och har anammat och ser som en slags mission att föra ut i världen. Förhållningssätt - så kan man kanske kalla det. Då kan man ju se konsten som någonting som kan ses i samhället som finns i människans vardag ute i grupperingar av människor och inte bara i ett slutet rum. Den rörelsen mellan det yttre samhälleliga rummet och inre privata rummet - en rörelse har varit med hela tiden i EXA" (intervju Wårja, 2009).

EXA vilar på en fenomenologisk, (läran om det som visar sig för ett medvetande), och på en hermeneutisk samt psykodynamisk grund.

Det är viktigt att understryka att det handlar om både en ickeverbal och en verbal terapiform. Delarna hänger ihop med helheten. Man kan inte behandla en del av människan utan hela människan måste vara med för att läkande ska ske. Inom EXA betonar man människans behov av att vara skapande och att det är konstens inneboende läkande kraft som samverkar till detta.

"Vad är det att vara en Uttryckande konstterapeut? Det är att kunna röra sig mellan det yttre och det inre rummet. Det finns med i hela rotsystemet (EXA). Hur mycket du väljer att sedan göra detta som enskild terapeut är olika och har med personligheten att göra" (intervju Wårja, 2009).

CENTRALA BEGREPP INOM EXA

Det **intermodala perspektivet** är en central tanke inom Expressive Arts, som innebär att man betonar övergången mellan de olika konstnärliga disciplinerna och de sammanhängande sinnesmodaliteterna. Dessa övergångar förstärker uttrycket och leder vidare till en fördjupad förståelse. Den medvetna rörelsen mellan de konstnärliga språken och sinnesmodaliteterna kallas **intermodal transfer** och är speciell för EXA menar Per Apelmo i sin uppsats *Expressive Arts- Uttryckande konst*. Han har i sin tur hämtat detta ur Paolo Knills bok *Minstrals of Soul* som han också har översatt till svenska.

Amodal perception betecknar människans medfödda förmåga att "översätta" från en sinnesmodalitet till en annan. **Synesthesi** innebär förmågan att möta ett sinnesintryck och att detta intryck samtidigt väcker andra sinnen och andra former av stimulans (Apelmo, 2009). **Intersubjektivitet**, en icke verbal psykisk kontakt (en intersubjektiv kontakt) som uppstår mellan två människor som under ett par sekunder, upplever innebörden av meningen; "Jag vet att du vet att jag vet" (Stern, 2004). **Kristalliseringsteorin** handlar om att kasta ljus över den konstnärliga processen från dess start och den pågående omvandlingen till dess slutliga förklaring (Levine, 1999, s.47). **Decentering** ett sätt att arbeta då man upplever att man fastnat i den terapeutiska processen. Man kan då prova ett nytt sätt att uttrycka sig med hjälp av ett byte av konstnärligt språk/ konstnärligt uttryck. Problemet belyses på ett nytt sätt och övergången till andra konstnärliga språk kallas intermodal övergång. Decentering kan också beskrivas som ett sätt att lämna ett logiskt tänkande och en låst position, för att istället ge sig in i ett skapande som ger

nya perspektiv. Meningen är att öppna nya möjligheter för att gå till ursprunget och bearbeta situationen på nytt. **Estetisk respons** är ett sätt att ge konstnärlig respons på en upplevelse eller konstnärligt uttryck. Den estetiska responsen kan användas på olika sätt, i en handledningssituation eller i ett terapeutiskt sammanhang för att nå en ickeverbal förståelsenivå. Den **rituella ceremonin** betonas och skapas med hjälp av konstnärliga språk inom EXA. Syftet är att bygga broar mellan den imaginära och den yttre verkligheten. Ritualen tjänar som en påminnelse om, och ram runt, de viktiga händelserna i en människas liv. Det unika med EXA är att den omfattar alla konstnärliga språk och uttrycksformer.

Huvudgrupperna är:

Bild/form: Det innebär ett skapande med färg och form i olika material, såsom färg, lera, textil, och användande av redan färdiga uttryck och former.

Poesi/berättande/skrivande: Här uppstår ett skapande med ord genom berättelser, sagor och myter.

Dans/rörelse: Kroppens uttryck genom rörelse, dans och musik.

Musik: Ljud- och rytmimprovisationer med instrument och röst, inspelad musik och ljud.

Drama: Psykodrama, sociodrama och rollspel.

Poietics

"If one considers this artistic and therapeutic discipline in which the central concept is poiesis, as it is defined in this text and in the work of Levine, it is necessary to go further than the simple joining of art and therapy, even if the word "art therapy" has found a place in history and identity of our discipline. The addition of the word "expressive" is also insufficient grasping the power of the essence of the concept of poiesis" (Stitelmann, 2008, p. 68).

PERFORMANCE

"Performance activates a condition of concentrated "being." It is a ritual of full presence" (Mc Niff, 1992, p.121).

Det finns olika sätt att använda metoden som kallas performance, sätt som naturligtvis är beroende av syfte och sammanhang. I boken *Art as Medicine* beskriver McNiff ett mönster där han följer en målning som blir en berättelse som sedan gestaltas i performanceföreställningen.

"The ritual emerges directly from group experience with the assistance of an informed audience. However, this is not a "rule" of operation. It is just the way the method has emerged within the context of my experience. People with a primary interest in another art form will probably find it following another sequence and taking a different shape. This variety is essential to our method of practice. With art there must be room for spontaneous creations and continuous transformations. In contrast to ritual procedures that are handed down without the freedom to change them, the artistic method encourages constant alteration" (Mc Niff, 1992, p.120).

Inom UKT-utbildningen har performance utvecklats till en föreställning som sammanfattar en grupptherapeutisk process, där det väsentliga visas upp för en publik som fungerar som vittne. I performanceföreställningen visar gruppen upp sin gemensamma resa. Föreställningen blir alltså summan av gruppens och individens lärdomar, essensen av

denna process och inre resa. Performanceföreställningens innehåll bestäms av gruppen. Man väljer det tema som är aktuellt för gruppen som man vill visa upp för omvärlden.

Förarbetet är en del i seminarierna under hela det tredje året på utbildningen. Det blir vägen fram till temats slutgiltiga form och består av en gruppprocess där olika viljor och behov i gruppen belyses, konfronteras och möts för att bilda ett gemensamt uttryck. Gruppens tema görs om till varje gruppmedlems tema. Det valda temat ska sedan bearbetas och lyftas ytterligare en nivå för att få en allmängiltighet som engagerar och väcker ett personligt intresse också hos publiken. Performance är ofta ett slutsteg i den intermodala transfer som föregås av andra konstnärliga uttryck som t ex bild, rörelse, dikt. Performance kan i sin tur leda till ett nytt konstnärligt uttryck och nya insikter.

"I utbildningen byggs steg för steg upp erfarenheter av att "stå på scen". Dessa scentilldragelser benämns "performance" och innebär utvecklandet av framställningskonst genom konstnärliga språk. I framställningen tränas spontanitet och "flow". ("Flow är den känsla vi har när allting fungerar som det ska, när allting stämmer. Csíkszentmihályi, 1990.) Man övas i att hitta det som Winnicot kallar "den spontana gesten", vilken grundas i förståelsen och upptäckten av det samma självet behov av genuinitet och autentiskt uttryck(Winnicot, 1995)"(Jönsson, Wärja, 2001, s.37).

COMMUNITY ART

En annan form av kollektivt skapande är community art som fogar samman dans, musik, röst och estetiska upplevelser för att höja känslan av tillhörighet i en större grupp. Community art används i större grupper för att stärka gruppidentiteten. Arbetet byggs upp från delar till helhet med en eller flera ledare som samlar gruppen till ett gemensamt konstnärligt uttryck.

COMMUNITY WORK - ETT STÖRRE SAMHÄLLSPERSPEKTIV

Community work och social change är ett samlingsbegrepp för metoder som används vid förändringsarbete i större sammanhang i samhället, på skolor och i arbetslivet. Gemensamt är att man arbetar med hjälp av konstnärliga metoder i dessa sammanhang där både performance och community art samt enskilda konstformer, som musik, dans, bild, poesi och drama används. Det handlar mer om coaching och andra former av uppdrag, exempelvis teaterprojekt med ungdomar eller projektarbeten med avgränsade uppdrag. Arbetet bygger på tanken att göra det privata mer allmängiltigt och generaliserbart för att öka förståelsen och överbrygga missförstånd och fördomar i ett större sammanhang.

SAMMANFATTNING

Jag har valt att särskilja de tre begreppen performance, community art och community work eftersom de ofta blandas ihop. De kan dock användas som delar av varandra. I community work kan både community art och performance ingå som delmoment beroende på sammanhang och uppdragets art. Community art stärker, genom konstuttryck, gruppidentiteten i större grupper medan performance är en föreställning för att visa upp den "terapeutiska" processen.

Teori

"Teorin kan hjälpa oss sammanfatta en överskådlig verklighet. Den kan också hjälpa oss att förklara och förstå det som sker"(Berglind 1998, s.73).

Performanceprocessen är uppbyggd av olika delar som sammanfogas till en gemensam föreställning. I uppsatsarbetet har detta belysts genom försöket att beskriva delarna av processen som leder fram till föreställningen. Ett syfte med performancemomentet på utbildningen kan vara att utveckla sin identitet som uttryckande konstterapeut.

I *Mötas och Växa* beskriver Björn Wrangsjö, fler aspekter av identitetsutvecklingen. Yrkesidentiteten är central – då man arbetar med sig själv som instrument. Identiteten kan bara förvärvas genom att kunskap integreras med erfarenhet, menar *Wrangsjö*.

"En god identitet förutsätter enligt Eriksson (1969) att man upplever en kontinuitet i sitt varande - att man i en mening är den samma antingen man ser bakåt mot det förflutna eller framåt, då man projicerar sig in i framtiden. En god identitet innebär också att man känner sig hemma i sin egen kropp och att man känner sig accepterad av och förväntar sig uppskattning, från de auktoriteter som man respekterar" (Wrangsjö, 1997, s.98).

Det som är unikt med att vara uttryckande konstterapeut är att ta in konsten och hur den används i terapirummet. Att genom träning öva upp sin konstnärliga förmåga och lyhördhet för när de intermodala övergångarna ska ske/sker är en nödvändig kunskap för arbetet med det konstnärliga uttrycket. I den form som performance utgör, finns utrymme för att arbeta på många nivåer samtidigt såväl som arbetet med det konstnärliga uttrycket.

"Terapeuten måste besitta en symboliseringsförmåga, en formulerings/gestaltningförmåga av sånär konstnärlig art"(Wrangsjö, 1997, s.90).

Likheten mellan en terapisesion och en performanceföreställning är slående: i båda fall finns förarbete, arbetsfas och avslutningsfas. Modellen kallas för *"The three- phase model of group development"* finns utförligt beskriven i boken *Using groups to help people* (Whitaker, 2002, s. 12). Vikten av timing, (precision i ord och handling) genom närvaro är andra delar som övas upp genom den gruppprocess performance utgör. Inom EXA, och kanske särskilt under utbildningen, arbetar man med att öva upp sin förmåga att avgöra när skiftet mellan de olika konstnärliga disciplinerna sker i den "intermodala övergången."

"Theater is an act of ritual, where the story, the myth, is reacted to through action. The ritual itself has a therapeutic potential. It creates perspective, a space that exists simultaneously in the past, present and future. It is a bridge between the individual's inner and outer world. It leads to catharsis, change and integration. The ritual has a balancing effect between the individual and the group. Theater provides a safe structure for risk taking"(Naor 2004, s.228).

Wilfred Bion, (psykoanalytiker, 1897-1979) lade grunden till sina teorier då han under andra världskriget arbetade med gruppbehandling av krigsneuroser vid Northfield

sjukhuset utanför London. Där tjänstgjorde andra av grupppsykoterapins pionjärer. Det var i detta sammanhang Bion gjorde sina första systematiska studier av skeenden i små grupper, vilket senare skulle leda fram till den modell som *Margaret J Rioch* beskriver i artikeln *"Wilfred Bions teorier om grupper"* (Jern et al, 1998).

Enligt Bion finns det i varje grupp två grupper närvarande som han kallar "arbetsgruppen" och "grundantagande gruppen." Bion ansåg att individen, genom sitt arv, har förmågan att verka som medlem i en eller flera grupper och hans/hennes psykiska utrustning tillåter honom att göra detta parallellt på olika sätt. Arbetsgruppen är medveten om sitt syfte och kan definiera sin uppgift. Arbetsgruppens ledare är inte den enda som är skicklig och erfaren, och han/hon leder endast så länge ledarskapet tjänar gruppens uppgift (Jern et al, 1998).

Under repetitionerna av vårt performancearbete särskilt på Biskops Arnö fanns trots tidspress och stress inför föreställningen – ingen tydlig ledare. Denna funktion togs av en person i gruppen som visste något mer än de andra om just det aktuella ämne som bearbetades. Då lösningen på den del i föreställningen som bearbetats hade lösts lämnade personen över ledarskapet till nästa person. Det var inte alltid de två lärarna som bistod gruppen som innehade denna roll men den föll tillbaka på dem i mellanperioderna. Detta skedde mestadels utan ord, i ett slags flöde.

Grundantagandegruppen kan delas in i tre olika känslomässiga, outtalade antaganden som ligger till grund för beteendet i en grupp. De är beroende-, kamp/flykt- och parbildnings-gruppen. För att hela gruppen ska fungera måste grundantagandegruppen vara underordnad arbetsgruppen. I ett rum med tio personer sitter samtidigt tio osynliga personer i två separata cirklar och samtalar. Denna metaforiska beskrivning av en grupp använder Bion enligt Rioch för att visa vilka olika, ibland motstridiga rörelser, som finns i en grupp bestående av olika individer (Jern et al, 1998).

"Bion säger tydligt och klart att han anser att värdet av en gruppupplevelse ligger i att man medvetet upplever arbetsgruppens möjligheter. Detta måste man skilja från grundantagandegruppens trivsamheter och så kallade känslonärhet. Den arbetsgrupp som Bion talar om kräver inte stora mängder kärlek eller varma känslor eller att gruppmedlemmarna förenas i en känsla av gränslöst sammanflytande ("oceanic oneness"). Men den är beroende av att varje individ stärker och utvecklar sin förmåga att använda sina förmögenheter på ett ansvarsfullt sätt för att tjäna den gemensamma uppgiften" (Jern et al, 1998, s.61).

Trots att det i en grupp lagts en god grund, är gruppen ingen stillastående organism, utan samman av dess medlemmar. Grupprocessen blir ett växelspel mellan dessa delar och helheten.

"När ångesten blir svår kan gruppen, som Bion säger, liknas vid den mystiska skrämmande sfinxen. Sfinxen bestod av kroppsdelar som inte hörde ihop. Hon hade en kvinnas förföriska ansikte och en kropp som var sammansatt av delar från kraftfulla och farliga djur: lejonet, örnen och ormen. De som ville passera henne måste besvara hennes gåta: "Vad är det som går på fyra ben på morgonen, två vid middags tid och tre på aftonen?" De som inte kunde svara kastade hon ner i avgrunden, och detta öde hade drabbat alla tills Oidipus kom förbi och svarade: Människan" (Jern et al, 1998, s. 62).

Praktik/Empiri

Den utbildningsdel som benämns performance, kan beskrivas som en föreställning och slutlig sammanställning av det väsentliga i en arbets- och grupprocess; processer som, genom olika konstnärliga språk, görs mer allmängiltig och möjlig att visa upp inför en publik. Arbetet med vår föreställning påbörjades på hösten 2007 vid det första seminariet under det tredje året av den utbildning till uttryckande konstterapeuter som startade i september 2005. Att momentet är förlagt till det tredje året är en följd av att grupprocessen då kommit så långt att det är meningsfullt att arbeta på detta sätt. Samtidigt är det ett år kvar på utbildningen och man har tid att bearbeta det som hänt under ledning och guidning.

"En särskild form av konstnärlig framställning som syftar till att gynna grupputvecklingen är att beskriva och presentera grupprocessen i dramaform. Efter två års studier får gruppen i uppgift att under det kommande året skapa en dramaföreställning som gestaltar processen och viktiga händelser i utbildningsgruppens liv. Dramat ger konstnärlig form åt erfarenheterna under tre års studier. Gruppen skriver ihop berättelsen, arbetar med scenografi, kostymer, rekvisita, ljus och ljud. Detta "grupp – performance" presenteras inför övriga utbildningsgrupper och lärare" (Jönsson, Wärja, 2001, s.38).

Temat för utbildningsgrupp 05's performance var: *Hur kan konsten hjälpa oss att leva och att dö?* Detta tema fanns tidigt i gruppens medvetande. Runt den huvudrubrik som slutligen röstades fram i gruppen, kom vårt arbete att spinna. Arbetssättet var en process där vi, genom diskussioner och manglande i gruppen, arbetade fram något som kunde bli en gemensam föreställning, något vi kunde förhålla oss till, både som grupp och som individ. Den första inledande fasen med "brainstorming" gjordes dels i storgrupp och dels i de mindre, så kallade basgrupperna, som bestod av fem-sex personer. Vid återsamlingen redovisas förslagen i storgrupp. I mars 2008 hade vi arbetat fram ett tema och en rubrik för vår performance: *Hur kan konsten hjälpa oss att leva och att dö?*

Vi kom fram till performanceföreställningens två huvudroller: Mortis – kvinnan som inte är beredd att dö, samt Viva – kvinnan som inte vill leva.

Nästa steg bestod av att bilda tre mindre grupper utifrån deltagarnas intresse för manus, musik och rekvisita. Grupperna arbetade mellan seminarierna och höll kontakt via e-post. (För mer detaljerade beskrivningar av gruppens performancearbete under mars och maj seminarierna hänvisas till *Gert Ohlssons minnesanteckningar av Utbildningsgrupp 05*, 1 sept. 2005–12 sept 2009). Först på Biskops Arnö sammanträdde de olika arbetsgrupperna och bildade en hel grupp. Nu skulle allt sättas samman till en föreställning. Performanceföreställningen hade fått namnet Livets Frö. Under tre hektiska dagar skulle delarna smältas samman och bli till ett stycke.

I rollfördelningsfasen användes en psykodramametod: gruppen väljer de personer som de anser är mest lämpade för rollerna. Det går till så att den/de personer som vill ha en roll träder in i cirkelns mitt och gruppmedlemmarna lägger en hand på den de anser mest lämpad för rollen. Alla rollerna valdes på detta sätt i utbildningsgrupp 05's performance. Den som får mest händer på sig får rollen. Då det är jämnt antal, upprepas valet på samma

sätt mellan de som har lika många röster. Denna rollfördelning gjordes bara tre dagar före uppförandet på Biskops Arnö.

VÅR PERFORMANCE "LIVETS FRÖ"

Föreställningen börjar med att en grupp svart och vitklädda människor sitter i stelfrusna positioner på scenen, då publiken kommer in. I arbetsmanuset är scenen mer preciserad och beskriven som "Alla dör och uppstår i slowmotion." I mörkret, med endast spotlight riktad mot sig, står en person och läser en dikt: "*Att leva eller inte leva, det är frågan.*" Då dikten klingat ut och musiken tar vid reser sig de svart/vita upp i slowmotion och lämnar sedan scenen.

Därefter följer en scen som visar läkarmottagningen där Mortis får besked om att det inte ser bra ut av läkaren. Hon kommer att dö. Mortis vill inte tro att beskedet är sant. "*Jag vill ju leva*" utbrister hon. Efter ett samtal till himmelriket, som bekräftar att hon snart ska dö, går Mortis bort från scenens mitt men står kvar på scenen i en stelfrusen position och ser ut över publiken.

Ljuset riktas på Viva som gör sin morgontoaletten framför en fiktiv spegel. Scenen visar hur svårt hon har att se någon mening i sitt liv. Av himmelriket får hon besked om att hon har 43 år kvar att leva vilket gör henne lika nedslagen som Mortis blev över beskedet att hon bara har tre veckor kvar att leva.

Här kommer "vardagsorkestern" in på scenen. Denna orkester gör vardagen till "musik" med hjälp av kvastar, dammsugare, kaffekoppar med klirrande skedar, en hårtork, rakapparater och vispar som instrument. En hyllning till vardagen, att göra det vardagliga kärleksfullt, "to energise the boring"(Melinda Meyer, 2008). Det är ett musikaliskt försök att skildra hur man upplever omvärlden då man är i kris. Livet bara fortsätter runt omkring men man får kontakt med livets förgänglighet.

I föreställningen skildras Mortis och Vivas liv parallellt och de blir på så sätt två aspekter av varandra och den vanmakt de känner inför sina olika besked och livsvillkor. Konsten kommer till dem och lockar dem att måla och dansa. De möts genom musiken och konsten som hjälper dem båda att bli mer levande. Besöket de gör i underjorden inleds av en svart och en vit dansare som är varandras motsatser men kan ses som två sidor av samma sak. Viva och Mortis möter sina mörka sidor, sina inre rädslor, de tvingas konfrontera sin ångest, sina aggressioner och hat genom de groteska varelser som befolkar underjorden. Syftet med denna scen var att visa hur mötet med vars och ens skuggsidor kan berika och hjälpa människan till en bredare repertoar. Den förlösning de upplever äger rum på tre plan; i mötet med varandra, genom konsten och den slutliga oundvikliga döden för den ena av dem. Samtidigt förmedlas ett motto genom musiken: Lev livet nu, imorgon kan det vara för sent. "*Det är nu som du lever ditt liv.*"

I slutet av denna scen dör Mortis. Hon faller ner på scengolvet och slutar andas. Ett svart skyнке sveps över henne, Viva lägger en ros på hennes kropp, sitter sedan vid Mortis och sörjer henne. Diktläsning: "Moder Jord"(dikt skriven av gruppsmedlem). Efter detta inferno kommer skönheten och barnet dem till mötes. Ur en stor röd sammetsmantels mitt uppenbarar sig ett barn (i föreställningen en docka) i knäet på en vitklädd modersgestalt. Med det röda tyget som bakgrund, ett tyg som hålls upp av de svart/vit klädda körmedlemmarna, ser dockan Frö ut över publiken med ögon "som mörka, outgrundliga brunnar." Genom publiken kommer ett grönskimrande väsen (det tredje)

svävande med en röd glaskula i sina händer. Hon lämnar den till barnet. Manteln faller till golvet och nu samlas alla på scenen och sjunger tillsammans ledmotivet i förställningen. *"Varje liten mänskas fot gör spår, gör ett litet avtryck där hon går"*(ur sångtext skriven av gruppmedlem).

SAMMANFATTNING

Performance uppförande och slutliga form kan alltså indelas i tre steg, alla tre lika viktiga delar av grupprocessen:

- Förarbete
- Arbetsfas
- Efterbearbetning

Förarbetet

I detta ingår en förberedelse och förståelse av momentet, att söka efter ett tema i gruppen samt gemensamma ställningstaganden och beslut. Indelningar i arbetsgrupper och förberedande arbete med manus, musik och rekvisita genomförs.

Arbetsfasen

Under repetitionerna sker många omformningar – shape and reshape – för att hitta rätt uttryck. Under general repetitionen fick vår grupp en kritisk granskning och omfattade estetisk respons av en person som inte varit med under performancearbetet men som var väl förtrogen med gruppen. Detta ledde till en förstärkt tydlighet med budskapet och spelet. Effekten blev att samtliga personer i gruppen skärpte sin prestation och närvaro i performanceföreställningen.

Efterbearbetningen

Här finns en möjlighet att reflektera och bearbeta sin roll i gruppen och i performance. Det blir också en möjlighet att få syn på de andra gruppdeltagarnas process. Om man ser på det ur ett större perspektiv kan man också dra en parallell till hur man som gruppmedlem lämnar sina individuella spår för att gå in i ett gemensamt arbete och att här i efterbearbetningsfasen åter sätta fokus på den individuella upplevelsen med nya erfarenheter. Dessa processer sker under ledning med psykodramametoder. Melinda Meyer leder den svenska utbildningsgruppen och Margareta Wårja, den norska utbildningsgruppens efterarbete.

ARBETSANTECKNINGAR

Här följer ett avsnitt med texter och anteckningar från förarbetet till Performance i ett försök att belysa processen i gruppen och utformningen av ett gemensamt tema.

Syftet med performance är att skildra och berätta något som har att göra med identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeuter. Performance blir en kristallisering och kastar ljus över den konstnärliga processen från dess start, den pågående omvandlingen fram till den slutliga förklaringen av den. Det är resultatet av en serie val som görs inom gruppen, vad man berättar om gruppens liv och vad som är allmäntillgott. Performance kan liknas vid teater eller opera. Ett annat sätt att beskriva det är att använda "Den arketyppiska resan." En inre livsresa i mytens form som alltid följer samma mönster

iklädd olika skepnader. Detta finns utförligt beskrivet i *Joseph Cambells* bok *The hero with a thousand faces* (Cambell,1988,1993). Begreppet arketyp omfattar de psykiska element och allmänmänniska kollektivt omedvetna symboler som förekommer hos människan i drömmar och bilder(images), världen över enligt *Carl Jung* i *Människan och hennes symboler* (Jung,1964,1981).

Det handlar om att framställa processarbetet i en konstnärlig form så att man förstår hela grupprocessen. Men det är ett skeende som inte lätt låter sig ringas in av ord eftersom mycket sker intuitivt och ordlöst. Man kan likna det vid en stor decentering – den process som äger rum när man lämnar ett logiskt tänkande eller en låst position för att ge sig in i skapandet, något som ger nya perspektiv och möjligheter att gå tillbaka till ursprunget (problemet) och upptäcka nya sidor av sig själv.

Avsnitten nedan bygger på mina anteckningar från de förberedande seminarierna. Det som beskrivs är en inledande övning, vars syfte var att återkalla utbildningsresan som blev en inledning till sökandet efter ett tema i gruppen.

Uppvärmningen gick till så att vi, med hjälp av att musik, fokuserade på dessa teman och väckte kroppsmindet genom rörelse. Därefter fick vi skriva ner en positiv och negativ mening på fem olika papper, på det sjätte pappret sammanfattades en mening från varje år:

- Året innan introduktionen
- Introduktionen
- Tiden mellan introduktionen och utbildningens start
- 1:a året
- 2.a året
- Sammanfattande meningar om de 5 åren

Först skrev vi ner egna individuella minnen och önskningar. Sedan delade vi det parvis. Därefter bildades ”sextetter” bestående av tre par. Var och en läste sina sammanfattande meningar för varandra. Syftet var att finna *Tema- Focus - Kärna* i gruppens material. Gruppen skulle sedan forma en performance (en till fem minuter) som framfördes inför de andra i gruppen. Feedback gavs individuellt genom en i förväg utvald person i en annan ”sextett.”

FÖRSTA BRAINSTORMINGEN SEPTEMBER 2007

Nedan följer en redovisning/dokumentation av det förarbete som gjordes i gruppen under året innan vår performance uppfördes på sommarseminariet augusti 2008 på Biskops Arnö. Grunden är de anteckningar jag förde under denna tid.Vi delade in oss i basgrupper och talade om hur vi vill ha vår performance. De fyra basgrupper vi var indelade i genomförde mycket arbete tillsammans de två första åren av utbildningen.

Grupperna bestod av fem till sex medlemmar vardera.

Vi skrev tankar, känslor och idéer på stora blädderblock. Därefter möttes vi igen i den stora gruppen och redovisade vad vi kommit fram till i varje basgrupp. De fyra basgruppernas namn var färgbaserade; röda-, gula-, gröna- och blå gruppen.

Utgångspunkten var frågan: Vad ska vår grupp performance på Biskops Arnö sommaren 2008 ha för tema och hur vill vi ha den?

Följande ord kom vi fram till i våra respektive grupper:

Röda gruppen:

*Kvaliteter - Vacker - Poetisk - Humoristisk- Musikalisk - En rytmisk rörelse - Flow
Bygga föreställningen som ett musikstycke - Rent - Värdigt - Inga transport sträckor
Övrraskningar - Oförutsägbart - Crescendo - Flödigt - Avskalat - Sammanhållande*

Gula gruppen:

*Mandala - Använda hela rummet, scen mitt i rummet - Bygga en pyramid
Roll; kvinna med de talande bröstet
Lejontämjare - Cirkusdirektör - Clown - Cirkusprinsessa - Cirkusorkester - Lindansare
Dumbo - Ormtjuserska - Skäggiga Damen - Positivhalare
Ens tillkortakommanden blir ens styrka - Masker, Blind, Döv, Halt
Det groteska - Det bulreska - Knivkastare - Projektion - Isärsågning - Splitting brottning
Innsäljningen; - Affischer - Planka med alla böcker
Djur - Fotspår- Dansande Björn - Pudel - Sjölejon- Bajshögar- Jonglering
Cirkus EXA kommer till stan - Bygga en Cirkus - Start: ett famlande vi får tag i alla våra
sidor, det Hemska, det Fula*

Blåa gruppen:

*Cirkus Oidipus(dramat) - Saga: Farbror Blå, Tanterna och Pricken - Formen; Cabaré,
"Damen und Herren"
Hållande monolog - Ytterlighet - Tempo - Änglagård - Det onda/ det goda bröstet
Den allvarsamma leken - Aggressivitet/sexualitet - Dansen
Psykoslinjen - "On the borderline"*

Gröna gruppen:

*Form/Inramning - Saga - Cirkus – Cirkelformation - Interagera med publiken - Bjuda in
Musikstycke - Orkestermetafor - Vad vill vi berätta? - Vad vill vi ge? - Hur ska de känna?
Disciplin Träning Glädje - Tydligt kroppsspråk - Icke språk - Gestalta - Möjlighet - Estetiskt
Orkestern - Väntsal - Avskalat vackert - Det grova - Delaktighet (publik)*

DEN ROSA IDÉBOKEN

Den rosa idéboken låg alltid framme i rummet under seminarierna då vi arbetade med performance men ännu inte bestämt temat. Alla hade möjlighet att skriva ner tankar och idéer då de uppstod i stunden. Jag har här uteslutit vem som skrev vad och endast redovisat förslagen så som de skrevs ner i boken. Det man kan utläsa är deltagarnas olika ingångar till performancearbetet, var de skiljer sig åt och var de liknar varandra. Man kan utläsa att frågeställningarna ligger på olika plan, och att vissa är mer intresserade av att bearbeta teman som EXA i större perspektiv medan andra är mer intresserade av att skildra sin egen och gruppens utvecklingsprocess. Man skulle kunna se det som att i idéboken kan man utläsa individerna intresse och teman, medan brainstormingsdelen blir

gruppens gemensamma förslag. Ur dessa förslag och brainstormingen vaskades de slutliga frågeställningarna fram – de som kom att bli gruppens teman.

Vad som skrevs i den rosa idéboken:

Sagan om en idé som ville bli en saga.

Kabaré med lite parodi på lärarna!

Använda oss själva som rekvisita mm.

Inte ha för mycket annan scenuppbbyggnad.

Less is more.

En stor livmoder finns på scen. Den rör sig, krampar till typ "stjärnornas krig" musik. Ur den föds A med röd näsa och triangel. Och här börjar en resa om att finna sin plats. Kanske möter hon olika grupper situationer händelser!?!

Jag kan tänka mig att göra en humoristisk liten sketch om att ha gått i terapi hos en UKT.

Fabeltema.

Cirkus.

Lindansarskens dröm (hennes/hans andra sidor).

Dikten (?) Röd Längtan får en parodi med korsläsning, valv efter valv efter valv efter valv efter valv efter valv.

Projektioner på vägg med bilder av oss.

Rund spelplats med fyra ingångar publik runtomkring.

Gemensam rörelse improvisation typ det vi gjorde med Ulf men med ett tema som passar den ram vi sedan beslutar.

En scen med bara skor som gestalter som möts.

Hälsoskola för UKT.

På liv och död.

En döende kvinna/man, kan inte dö innan hon/han har fått sjunga/spela fiol osv.

En annan man/kvinna har tröttnat på livet och söker sången/musiken för att kunna fortsätta leva.

Värför är det så viktigt att vara skapande, att fortsätta skapa?

To be or not to be in playing there is the question? D.W.Winnicot.

Hur skapa lekutrymme i vardagen?

Vad gör Uttryckande Konsten med människor?

Hur kan vi föra ut Uttryckande Konst i Samhället?

Hur kan konsten ge mod att våga förändring?

Vart går vägen till det sanna självet?

Att de nya upptäckterna kommer fram och de saker som måste släppas för att kunna förändra.

Vad händer i mig, med mig och omkring mig i resan och tillblivelsen till Uttryckande Konstterapi?

UTBILDNING SSEMINARIET JANUARI 2008

Nästa skede i arbetet inför vår performance ägde rum under utbildningsseminariet 17-19 januari 2008. Nu hade det blivit dags att välja tema.

Valet gick till så att alla som ville, kunde skriva upp ett förslag på ett blädderblock som stod framme under seminariet. Vid omröstningen var det nitton av tjugo personer som röstade på nedanstående frågor. Vi pratade också om att en grupp skulle utses som skulle bearbeta den fråga som fått mest röster och presentera ett manusförslag nästa gång vi skulle ses, i mars. Nedan följer frågorna och de röster de fick. De slutgiltiga teman som vaskades fram via brainstormingen och Rosa idé boken blev gruppens gemensamma tema. De två teman som fick mest röster är markerade. Det första förslaget blev vårt tema. Det andra blev till en av frågorna i denna uppsats.

1. **Hur kan konsten hjälpa oss att leva och dö?** sju röster
2. **Vad händer i mig (oss), med mig (oss) och omkring mig (oss) i tillblivelsen till uttryckande konstterapi?** sex röster
3. Varför är det så viktigt att vara skapande och fortsätta skapa? tre röster
4. Vart går vägen till det sanna självet? (Winnicott) tre röster
5. Hur kan konsten ge mod att våga förändring?
6. Hur skapa lek utrymme i vardag?
7. Vad gör UKT med människor?
8. Hur kan vi föra ut UKT i samhället?
9. Att gestalta nya upptäckter som kommer fram och vad som måste släppas för att förändras och utvecklas till terapeut.

Resultat

HUR MAN KAN SE PÅ DETTA GENOM EN GRUPPROCESSTEORI

"Den amerikanske grupppsykoterapeuten Irvin Yalom har i sin forskning undersökt hur grupppsykoterapi hjälper patienter till en mer meningsfull tillvaro. Hans kanske viktigaste teoretiska bidrag är de grupp-specifika faktorer han funnit vara de som främst påverkar gruppens arbete i gynnsam riktning. Yalom beskriver tolv kurativa faktorer, vilka återges nedan i komprimerad form utifrån Bloch & Crouch (1985) och Yalom (1975)" (Jönsson, Wärja, 2001, s. 16).

Till varje faktor finns fem påståenden som förtydligar och ytterligare beskriver de kurativa faktorerna. Dessa påståenden har översatts till svenska av Märit Jönsson och Margareta Wårja (bilaga 1).

Genom att analysera brainstormingen och de individuella förslagen, och belysa dem genom Yaloms kurativa faktorer, har jag försökt se på grupprocessen bortom min förförståelse. Frågan är om man kan dra några slutsatser om processen och försöka skilja ut vilka teman som är aktuella på individ- och gruppnivå. Slutligen försöker jag se om dessa teman motsvarar de frågor som ställts tidigare, och som rör syftet med identitetsutvecklingen samt performansmomentets plats i utbildningen. Men först återgår jag till arbetsprocessen och redogör för hur vi gemensamt kom fram till de termer och begrepp som användes.

Efter brainstormingen vid återsamling i storgrupp hade vi en gemensam redovisning från basgrupperna som var märkbart lika varandra. Då orden placerades i ett gruppsammanhang uppstod ett nytt mönster. Vissa ord och begrepp fanns i flera grupper. Till exempel återkom ord som anknöt till ett cirkustema – med alla dess roller. Det var clown, det onda/det goda bröstet, kvinna med de talande bröstet, musik, musikstycke, musikaliskt, vackert, estetiskt, tempo, flow. En av grupperna beskrev föreställningens önskvärda kvaliteter och dessa visade sig överensstämma mycket väl med övriga grupperns önskemål. De överensstämde också med innehållet i en av gruppernas brainstorming. Det finns ett samband mellan ”Den Rosa Idéboken”, brainstormingen och de slutliga omröstningsförslagen. I boken kunde var och en lämna sina individuella önskemål och teman. Samtidigt pågick brainstorming i basgrupperna, men också gemensamt i storgrupp. Resultatet blev nedanstående formuleringar, som jag kommer att belysa med hjälp av Yaloms faktorer.

Altruism

Form/ Inramning - Saga - Cirkus - Cirkelformation - Interagera med publiken - Bjuda in. Musikstycke - Orkestermetafor - Vad vill vi berätta? – Vad vill vi ge? - Hur ska de känna? Disciplin Träning Glädje - Tydligt kroppsspråk - Icke språk - Gestalta - Möjlighet - Estetiskt-Orkestern - Väntsal - Avskalat vackert - det Grova - Delaktighet (publik) (gröna gruppens brainstorming förslag)

To be or not to be in playing there is the question? D.W.Winnicot (rosa idé boken)

Hur skapa lekutrymme i vardagen? (rosa idé boken)

Vad gör Uttryckande Konsten med människor? (rosa idé boken)

Hur kan vi föra ut Uttryckande Konst i Samhället? (rosa idé boken)

Gruppsammanhållning

Start: ett famlande vi får tag i alla våra sidor, det hemska, det fula

Cirkus Oidipus(dramat) - Saga: Farbror Blå, Tanterna och Pricken - Formen; Cabaré, ”Damen und Herren”

Hållande monolog - Ytterlighet - Tempo - Änglagård - Det onda/ det goda Bröstet - Den allvarsamma leken - Aggressivitet/sexualitet - Dansen Psykoslinjen - ”On the Borderline”(blå gruppens brainstorming förslag)

Projektioner på vägg med bilder av oss. (rosa idé boken)

Lindansarskens dröm(hennes/hans andra sidor) (rosa idé boken)

Gemensam rörelse improvisation typ det vi gjorde med Ulf men med ett tema som passar den ram vi sedan beslutar (rosa idé boken)

Universalitet

Hur kan vi föra ut Uttryckande Konst i Samhället? (rosa idé boken)

Hur kan konsten ge mod att våga förändring? (rosa idé boken)

Roll; kvinna med de talande brösterna - Bygga en pyramid- Lejontämjare - Cirkusdirektör - Clown - Cirkusprinsessa - Cirkusorkester - Lindansare- Dumbo - Ormtjuserska - Skäggiga Damen - Positivhalare- Ens tillkortakommanden blir ens styrka - Masker, Blind, Döv, Halt Det groteska - Det Burleska - Knivkastare - Projektion - Isärsågning - Splitting - Brottning Djur - Fotspår-Dansande Björn - Pudel - Sjölejon- Bajshögar- Jonglering (gula gruppens brainstorming förslag)

Interpersonell inläring - "input"

*Kvaliteter - Vacker - Poetisk - Humoristisk- Musikalisk - En rytmisk rörelse - Flow - Bygga föreställningen som ett musikstycke - Rent - Värdigt - Inga transport sträckor - Övriga
- Ojförutsägbart - Crescendo - Flödigt - Avskalat - Sammanhållande (röda gruppens brainstorming förslag)*

Interpersonell inläring - "output"

Rådgivning

Katharsis

En stor livsmoder finns på scen. Den rör sig, krampar till typ "stjärnornas krig" musik. Ur den föds A med röd näsa och triangel. Och här börjar en resa om att finna sin plats. Kanske möter hon olika grupper situationer händelser?!?! (rosa idé boken)

Kabaré med lite parodi på lärarna! (rosa idé boken)

*En döende man/kvinna kan inte dö innan hon/han har fått sjunga/spela fiol osv.
(rosa idé boken)*

Identifikation

Återupplevande av familjekonstellationen

Självförståelse

Ens tillkortakommanden blir ens styrka (brainstorming)

Varför är det så viktigt att vara skapande, att fortsätta skapa? (rosa idé-boken)

*Vad händer i mig, med mig och omkring mig i resan och tillblivelsen till Uttryckande Konstterapi?
(rosa idé-boken)*

Att de nya upptäckterna kommer fram och de saker som måste släppas för att kunna förändra. (rosa idé boken)

Vart går vägen till det sanna självet? (rosa idé boken)

Använda oss själva som rekvisita mm. (rosa idé boken)

Hopp

Existentiella faktorer

På liv och död. (rosa idé boken)

*En annan man/kvinna har tröttnat på livet och söker sången/musiken för att kunna fortsätta leva.
(rosa idé boken)*

*Dikten (?) Röd Längtan får en parodi med korsläsning, valv efter valv efter valv efter valv efter valv
efter valv. (rosa idé boken)*

SAMMANDRAG AV INDELNINGEN I YALOMS KURATIVA FAKTORER

Man kan se att i de individuella förslagen från ”Den rosa Idéboken” ligger fokus på:

- Självförståelse – sju förslag
- Altruism – fyra förslag
- Existentiella faktorer – tre förslag
- Gruppsammanhållningen - tre förslag
- Katharsis - tre förslag
- Universalitet – två förslag

I Brainstormingsförslagen kan man se att grupperna fördelar sig enligt följande:

- Altruism - den gröna gruppen
- Interpersonell inläring, ”input” - den röda gruppen
- Gruppsammanhållning - den blåa gruppen
- Universalitet - den gula gruppen

En intressant iakttagelse är att i den lilla gruppen håller man sig med få undantag inom samma område som sin grupp. Trots att brainstormingen bygger på fria associationer. Trots att förslagen i sig påminner om de andra gruppernas, så finns ett uppenbart ”grupp - samband” ett mönster då man läser ihop gruppens förslag.

”De resultat vi fick visade stor samstämmighet i de båda årskurserna. Samtliga intervjupersoner ansåg att utbildningsgruppen haft en väsentlig påverkan på deras utveckling till uttryckande konstterapeut. I båda årskurserna uppgav man att gruppsammanhållning (GSH), katharsis(KAT), interpersonligt lärande-output(INT-OUT) och självförståelse(SF) var de kurativa faktorer som framför allt främjat utvecklingen av psykoterapeutidentiteten”

(Jönsson, Wärja, 2001, s.4).

Ovanstående resultat är hämtade ur uppsatsen; *Utbildningsgruppens betydelse för identitetsutvecklingen till psykoterapeut, En studie av färdigutbildade respektive blivande uttryckande konstterapeuters föreställningar.*

REFLEKTIONER, INTERVJUER OCH E-POST FRÅGOR

Mina tre källor har varit frågeställningarna som skickades ut via e-post, reflektionerna samt intervjuer. Sammanlagt femton uppgiftslämnare varav tolv av nitton av utbildningsgruppens tjugo deltagare (jag räknar bort min egen reflektion) två lärare och en utbildningsledare utgör undersökningsunderlaget. Jag benämner reflektioner med R, intervjuer av deltagare med D, och e-postfrågor med F här nedan.

- sex deltagare lämnat in delar eller hela sin reflektion, kod, R1- 6.
- tre deltagare endast har besvarat frågorna, kod, F1-3.
- tre intervjuer med deltagare från utbildningsgruppen, kod, D1-3.
- tre intervjuer med lärare och utbildningsledare.
- sju deltagare har hört av sig men av olika anledningar inte lämnat några bidrag.

UTDRAG UR REFLEKTIONER INSKICKADE TILL INSTITUTET HT 2008

I reflektionerna har jag valt ut stycken i texterna som bevarar de tre ställda frågorna i uppsatsen. Efter varje avsnitt finns ett stycke där likheter, olikheter och slutsatser av svaren redovisas.

Varför ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?

R1: *"Mycket tid har ägnats detta utbildningsår att förbereda vårt performance. Processen inleddes för min egen del med viss skepsis. Hur mycket tid skulle detta ta? Vad skulle jag egentligen få ut av detta? På vilket sätt var detta en nödvändig del av utbildningen? Frågorna baserades rätt mycket på erfarenheten av att ta del av 2 performance från publikhåll. Dessutom hade ju tidigare gruppers erfarenheter spritt vissa förutfattade meningar, både positiva och negativa. När själva arbetet kom igång gick det förvånansvärt smidigt. Återigen infann sig känslan av att "detta blir bra", "detta ordnar vi tillsammans i gruppen"*

R2: *"Den största resursen, så som jag ser det efteråt, var att kunna gå dit, vi alla från olika håll, och börja leka. Våga leka med varandra tills det skapas substans, form, känsla. Att kasta sig in i dansen och ändå bevara sig själv. Upptäckten över att lekar är ett givande och tagande"*

R3: *"Jag tänker på hur mycket vår performance betyder för mig och hur verksamt det är att vara i konsten. Som Melinda menade att det finns en rörelse i teatern. Rörelse har inte varit en självklarhet i mitt vuxna liv men jag kan känna hur verksamt det är i min kropp. Rörelse betyder liv för mig. Rörelsen måste till för att jag ska vara levande och ge mig kraft att gå vidare och att släppa mina gamla mönster."*

R4: *"Performance-arbetet hjälpte mig att formulera frågor, frågor som nu, när jag är på väg in i en nyorienteringsfas, cirkulerar kring vart jag är på väg – och är det verkligen dit jag vill gå? Ansvar. Jean-Paul Sartres definierar ansvar som att tvåra författare tillf. Vi tog ett gemensamt ansvar och var och en blev författare till den pjäs som kom att handla om livet."*

R5: *"Något som jag blev medveten om i arbetet med föreställningen, var att det är lika viktigt att kunna ta plats på scen som att kunna lämna plats. För en del var det en självklarhet att ta plats, för andra jättejobbigt. Jag känner själv ett motstånd mot att konkurrera med personer som är mina vänner och fick tvinga mig till att ta för mig. Till att börja med kände jag mig lite stressad av det, men allt eftersom föreställningen växte fram spred sig en känsla av att vara en del i något större. Jag upplevde det hela som en dans, där vi som tidvattnet flöt in och ut på scenen."*

R6: *"Det har varit en ynnest att få vara med om en sådan erfarenhet av kraft, respekt, tillit och koncentration och i ett fält där helheten är större än jag själv men där jag som person samtidigt i varje in och utandning gör en skillnad för helheten. Det verkar som att demokrati kan vara möjlig! Det fanns tid för att skratta, känna lust och glädje eftersom vi tog detta på absolut största allvar och detta gjorde att våra hjärtan fylldes och lyftes av stolthet och kärlek som för alltid förflyttat vår grupp till en högre och djupare nivå som vi fr.o.m. nu äger eftersom vi haft det. Vi vet nu vad som är möjligt. Till detta adderas dessutom det stora arbete vi gör tillsammans dagen efter."*

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är en gemensam upplevelse av tillit och lätthet som gruppen löste sina uppgifter med. Däremot har de skilda uppfattningar om vilka vad som vad som var huvudorsaken till ”smidigheten”, ord som allvar, lek, rörelse, dans gemensamt ansvar förekommer. Min slutsats är att performancearbetet genom konsten och lekens kraft hjälpt respondenterna att formulera sig kring existentiella frågor i sitt liv och släppa gamla mönster.

Hur kan man se på performance ur ett grupprocessperspektiv?

R1: *”Jag har lärt mig mycket om hur en grupp kan utvecklas och stärkas genom ett gemensamt projekt på detta sätt. Att gestalta en gemensam upplevelse, erfarenhet, som en grupp har är en aspekt att bära med sig. Alla grupper har något gemensamt, något som bidrar till att just dessa personer ingår i den. Att låta det gemensamma på detta sätt ta form i en performance skapar sammanhållning. En sammanhållning som i sin tur ger en identitet som grupp. På så sätt skapas en tydlighet om gruppens syften, mål, styrkor, svagheter.”*

R2: *”Växelspelet emellan processer på gruppnivå och individnivå är mycket intressant och givande. I arbetet med performance lägger vi på ytterligare ett djup av att trola fram de egna resurser och visa upp det för världen. Att se och att bli sedd. Jag tänker på Yaloms kurativa faktorer i en grupp- process. Han talar om mekanismer som stärker gruppens positiva identitets- skapandet. Vi tillsammans kan göra mycket för varandra och för världen, blev en känsla som infann sig mer och mer.”*

R3: *”Kommer 1 augusti 2008 vara den dag då jag inte längre behöver balansera mellan att känna gemenskap och utanförskap/ ensamhet. Istället kunna känna mig viktig i mitt liv, inte behöva tvivla på om jag duger, inte behöva tänka att jag inte är värd att vara med. Få fast mark under fötterna och kunna acceptera att ensamhet och gemenskap finns där för att undersökas och tillåtas att vara i. Att de är en del av mig. Jag behöver hitta sätt som hjälper mig att stå ut.”*

R4: *”Vår arbetsprocess blev ett träningsläger jag fick möjlighet att framträda och utvecklas. Vi ställdes inför utmaningen av att ytterligare öppna upp. Fanns den grundtrygghet som kunde göra detta möjligt? Skulle vi hålla? I vårt arbete togs chansen att möta både glädjeämnen och det svåra i närvaro och kontakt med andra. I arbetet delade vi oro och farhågor och stöttade varandra med idéer och impulser till nya lösningar. Det finns så mycket längtan och så mycket smärta, alldeles under ytan, på bara några minuters djup, som en klok person uttryckte det. I vårt delande gavs nya perspektiv. Våra livshistorier steg fram. Min bild av arbetet var också att vi, trots rollbesättningar, växlade mellan att vara huvudperson, medspelare, åskådare eller hjälpare. Förmågan att kommunicera utvecklades. Vi utgick från den bas av trygghet som utvecklats under våra tidigare år tillsammans och med denna sammanhållning, acceptans och tillit som låg till grund, fanns också förutsättningar för att lyckas. Kanske kan man se vår performance som ett socialt mikrokosmos?”*

R5: *”Jag har tillägnat mig en större förståelse av hur en grupprocess fungerar. Det skulle ha varit omöjligt att läsa sig till samma kunskap. Erfarenhetsbaserad kunskap är WOW! Storheten med grupprocess har jag också fått smaka på, det är verkligen så att summan av alla del är större än varje del för sig. Det fick jag uppleva både i the performance, men även i psykodramat med Melinda.”*

R6: *”Det första jag kommer att tänka på är att vara medveten om var gruppen befinner sig och att låta gruppen medvetandegöra för sig själv vad den befinner sig så att ledarskapet kan följa och styra på rätt ställe som gagnar uppdraget och gruppen. Jag tror det är viktigt att kommunicera med*

gruppen vilka förväntningar som finns på ledarskapet så att den funktionen blir definierad och uttalad. Vikten av att låta reflektionen få utrymme och att släppa lös processen men med tydligt definierade ramar och en god arbetsstruktur att vila på blev också mycket tydlig.”

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är upplevelser av något som stöds av Bions teorier om gruppen som en egen varelse. Det blir särskilt tydligt när de redovisar rent kroppsliga upplevelser av att tillhöra en grupp. Däremot skiljer sig uppfattningarna om upplevelsen av att vara del av denna ”grupp kropp”. Det kunde vara utmanande då man ställdes inför sina svårigheter. Min slutsats är att performancearbetet blev ett koncentrat av utbildningsgruppens process och en gemensam manifestation av denna process.

Vad betyder performance arbetet för identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut?

R1: *”Jag har provat på teater tidigare i olika sammanhang och visst kan jag i efterhand känna att jag hade velat gå in i tydligare roll på scenen. Denna känsla kom först under lördagen, då vi skulle arbeta med karaktärerna tillsammans med Melinda. Plötsligt insåg jag nyfikenheten, styrkan, lärdomen av att bearbeta en teaterroll på det sättet.*

Under det intensiva arbetet de första dagarna på Biskops Arnö blev det tydligt för mig hur nyttigt det var att ”gå in och ut” i olika roller. Å ena sidan sitta passiv och låta andra styra arbetet, å andra sidan kliva fram och ta ett förväntat ansvar. – Att stora delar av arbetet vara passiv, låta andra styra, väckte viss frustration och leda, märkte jag. Nyttigt att vara i den känslan, låta den få relevant utrymme, inte låta den förleda mig. Med att förleda menar jag insikten om att hur lätt det är för mig att tappa fokus, bli snudd på nonchalant, när jag inte själv är den som leder.”

R2: *”Det uppstod ett behov av att skapa energi kring den gestalten. Fanns det en ryggrad att bygga kring? Efter att ha hittat ryggraden, började jag bygga närvaro och substans kring rollen. Först då blev den viktig för mig. Den tog mig på jorden. Ställde frågor som: ”Vem är du egentligen? Kan du vara väldigt tydlig kring din identitet? Kan du visa det och nå ut med budskapet?” Att jobba med det lilla, gav stora perspektiv till mina egna frågor.*

Både med individual- terapi och i arbetet med grupper är det viktigaste att skapa värme, trygghet, att allas resurser får komma fram. Då får också svagheten bli synlig.

Av min roll har jag lärt mig att terapeuten kanske är lite av en vitklädd person, som står vid processernas port, släpper fram både himmelska toner och helvetets faser.

Att ha en ryggrad som terapeut är viktigt. Skapa närvaro, känsla av substans är också viktigt. Att vara tydlig i sin roll som terapeut, den som ser, som finns med hela vägen, skapar trygga ramar, håller sina egna känslor nära sig själv utan att behöva utagera omedelbart i stunden.

Att ta vara på det som händer i ögonblicket, agera närvarande, medvetet skapande eller stå i bakgrunden och hjälpa en annan komma fram. Att ge sitt fulla stöd till den som står i action.

Att hitta rätt i ögonblicket.”

R3: *”Melinda menade att dramat innehåller allt som finns i livet. Där får känslor kläs i kött och blod. Dramat erbjuder direkta möten med våra inre gestalter. Jag ser fram emot att arbeta vidare med mina klienter i drama. Med kunskap om vilka effekter det haft på mig själv vill jag skapa möjligheter för klienterna att med dramats kraft få återskapa sina händelser och hitta nya vägar. Dramat har hjälpt mig att möta pappa och att få förståelsen av att jag måste klippa av skam*

och skuld för att hitta lusten och glädjen igen. Att jag kan bli äkta när jag får vara i leken och i det skapande. Daria Halprin menar att konstnärskapet och den symboliska processen frigör våra destruktiva energier och impulser. De tillåter oss att möta och arbeta kreativt genom konflikter och att se våra problem på andra sätt. Processen kastar om våra erfarenheter, förändrar våra uppfattningar och öppnar upp för nya möjligheter.”

R4: ”Vår performance och de olika roller vi tillsammans bidrog med, utgjorde alla de ingredienser som ger möjlighet att åter och åter närma mig mitt inre själv för att på så sätt växa och utvecklas. En egenutveckling som också är min grund till att vägleda och följa mina klienter på deras livsresa. Ett terapeutarbete innebär på sätt och vis att spela en roll utifrån ett autentiskt jag. Att spela en roll innebär att gå in och ur. För terapeut såväl som för skådespelaren är denna förmåga nödvändig för att överleva i en funktion som lätt kan bli så engagerande att man tappar det empatiska fotfästet och i stället börjar ta över och ta med sig hem. Terapeutrollen har också likheter med arbetet att sätta upp en performance. Som terapeut ska jag etablera äkta relationer till mina klienter och i varje relation, denna inte undantagen, ingår att, i likhet med att bygga upp en performance, uppleva en avsevärd otrygghet och osäkerhet. Förmågan att stå ut med otrygghet och osäkerhet är en nödvändig förutsättning för yrket och i performance arbetets framväxande fanns denna träningsingrediens inbyggd.”

R5: ”Jag har upplevt hur en roll som från början bara lektes fram utan djupare funderingar, visade sig vara en rollfigur med många bottenar och väl värd att arbeta med. Flera av mina kamrater visade sidor hos sig själva som skulle ha varit omöjligt i en vanlig situation. De fick syn på sidor hos sig själva som varit dolda och hade även vittnen därtill. Jag kommer definitivt att använda mig av detta i gruppterapin.”

R6: ”Efterarbetets betydelse är central för att plocka tillbaka hela upplevelsen och arbetsprocessens alla delar till en personlig nivå igen. Till detta adderas dessutom det stora arbete vi gör tillsammans dagen efter. Vårt arbete tillsammans innebar också en ökad förståelse för mina kamraters utmaningar och svårigheter. Det som hade varit en enkel och rolig gestaltning för mig att göra innebar en stor prestation att bara välja att vara kvar i för någon annan, jag fick genom detta en annan inblick och medvetenhet om en del av mina kamraters historia, upplevelse och verklighet än tidigare.”

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är upplevelsen av att få syn på sina mönster och se vägar att förändra dem. Det har skett genom att de vågat prova nya roller och genom att falla tillbaka i vana roller. Däremot har de skildra uppfattningar om hur den egna rollen i performanceföreställningen utformades och hur den skulle gestaltas. Det finns ett ifrågasättande av den egna prestationen och valet av förhållningssätt, mellan att träda fram eller stå tillbaka. Min slutsats är att efterarbetet var en nödvändig och viktig del för att förstå sina erfarenheter under performancemomentet. Genom att få möjlighet att reflektera över sin egen prestation och tid att lyssna på varandras berättelser kunde de erfarenheter som gjorts lyftas fram. Det ledde i sin tur till nya insikter om den egna upplevelsen. I ett större perspektiv kan man se hur man som gruppmedlem lämnar sina individuella spår i förarbetet för att sedan gå in i ett gemensamt arbete och slutligen i efterbearbetningsfasen sätta fokus åter på den individuella upplevelsen.

Melinda Meyer som nämns vid förnamn i flera av svaren var den som ledde den schemalagda feedbackdagen för utbildningsgrupp 05, också kallat "efterarbetet." Margareta Wärja var den som gav estetiska responsen/kritiken på gruppens arbete inför performance föreställningen. Då den norska utbildningsgruppen uppför sin performance – föreställning är rollerna ombytta.

SVAR PÅ E-POSTFRÅGOR BESVARADE HÖST 2008 - FÖRSOMMAR 2009

Frågorna skickades till deltagare i utbildningsgruppen via e-post i tre olika omgångar under tidsperioden hösten 2008 och försommaren 2009.

Varför ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?

F1: *"Jag ser också en parallell i arbetet med drama och terapin i det att det handlar både om att fördjupa och lyfta fram kända egenskaper och resurser men också att göra rum för upptäckten av nya sidor och förmågor. Att både fördjupa och bredda varje persons rollrepertoar. Arbetet med performance har varit en påminnelse om hur oerhört kraftfullt det är att arbeta med drama i terapi. Arbetet med själva storyn tycker jag var spännande då våra olika bilder av vad utbildningen förmedlat skulle jämkas samman och kanske hjälpte vi varann att se detta från olika vinklar. Att fråga sig vad är det vi har varit med om egentligen?"*

F2: *"Jag har förstått i känslan över vad det är som egentligen gör något så häpnadsväckande, överraskande, inspirerande mm. En del av det handlar om mitt egna engagemang. Min perfektionism som jag så ofta bannat över fann jag som oerhört viktig igen. att ge fullt ut 100 procent i alla mina inslag där performance ger en väsentlig betydelse för att ta fram ett budskap, väcka nyfikenhet eller bara ge inspiration och hopp. Det estetiska berör. Men om jag inte ger mitt engagemang och autentiska intresse för det så blir inte performance något berörande och häpnadsväckande. Det är också viktigt med tajming, när performance skall utföras - alltså inte bara hur."*

F3: *"Det var en stor upplevelse för mig att få vara med om att skapa en sån här föreställning tillsammans med så många duktiga människor. Vi har ju flera proffs i gruppen, ffa på det musikaliska området, och deras gemensamma skapande liksom bar hela arbetet. Jag upplever det som att vi var/är en förhållandevis mogen grupp. Vi klarade av att låta kompetens komma fram och ta ledning när det behövdes, och vi klarade även att låta nybörjare få framträda och lyftas till enastående prestationer. Vi hade ju tämligen ont om tid, och alla blev stressade, men arbetet fortskred hela tiden. Vi klarade att dela upp oss i mindre grupper som sen tränade på sitt bidrag till helheten."*

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är att de beskriver performance som ett betydelsefullt moment under utbildningen. En möjlighet att prova nya roller och fördjupa sin rollrepertoar. Däremot har de skilda uppfattningar om vad som var den viktigaste faktorn i grupprocessen, förslag som mognadsnivån i gruppen, engagemanget hos den enskilde deltagaren eller generositeten och kompetensen i gruppen finns med i svaren. Min slutsats är att alla de faktorer som nämns är väsentliga och bidragande till performance – föreställningens resultat.

Hur kan man se på performance ur ett grupprocessperspektiv?

F1: "Jag upplevde performancearbetet som en grupprocess i koncentrat. Det var som att hålla ett förstoringsglas över den organism som vår grupp utgör. Det var ett arbete som väckte många tankar och känslor kring vilken plats jag själv tar i en grupp och jag tror att det har bidragit till min förståelse av vad som är viktigt för att en grupp ska kunna "vara en mylla att växa i." När en grupp är trygg är möjligheterna väldigt stora....Det är en viktig lärdom."

F2: "Jag upplevde att jag kunde tillföra de bitar som jag var bäst på genom att hjälpa till att regissera dansen för underjordsfolket. Jag fungerade som ett bollplank till X som i sin roll skulle synas mer. Jag lärde mig att finna vad som krävdes för att kunna hjälpa andra att ta fram sina kvaliteter då dom behövde hjälp. Jag är också fascinerad över hur vår stora grupp kunde gå från noll till 100 i topp då vi kvällen innan fått sådan stark kritik av vår lärare. Här verkar det som att samtliga i vår klass trädde fram med sina bästa kvaliteter i rätt tid (tajming) och situation. Jag har fått uppleva och blivit påmind om hur befriande det är när arbetet blir avpersonifierat vilket betyder att vad som än sker behöver det inte bli personligt i första hand utan det är uppdraget och målet som är det väsentliga och paradoxalt nog gör det att arbetsprocessen som sådan blir så personligt värdefull. Det ger mig en mäktig frihet när hänsynen till det gemensamma blir det centrala."

F3: "Vi som grupp kände oss ju som kungar/drottningar efter framträdandet. Vi kunde göra vad som helst. Hit med en uppgift – vi löser den! Det var väl i ett lätt euforiskt tillstånd, men helt klart lyckades vi med en bra process och ett bra resultat. För mig var det en mycket bra känsla och erfarenhet att få vara med i ett sådant arbete, där vi både hade fokus på en bra grupprocess samtidigt som vi hade höga kvalitetskrav. I mina tidigare erfarenheter så har det varit fokus på det ena eller det andra. Här var det verkligen synergieffekter på riktigt. Jag uppskattade verkligen att M vågade säga oss kvällen innan, och att alla, efter en natts sömn, blev triggade att topprestera och gjorde det! Det var unikt och fantastiskt."

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är en förundran över hur performanceföreställningen växt fram genom allas gemensamma bidrag. Däremot har de skilda uppfattningar om performanceföreställningen var en möjlighet att undersöka den egna rollen i gruppen eller en möjlighet att träda tillbaka, för att hjälpa andra. Min slutsats är att performancemomentet har bidragit att tydliggöra gruppens möjligheter och vilka höjder man kan nå med ett gemensamt mål. Erfarenheten av att ha varit del av en "god grupp" och vad man kan åstadkomma är en tillgång både på det personliga och på det professionella planet.

Vad betyder performance arbetet för identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut?

F1: "Efterarbetet som vi gjorde med Melinda gav ju hela arbetet ytterligare ett djup som verkligen gjorde att performance arbetet kom att handla både om gruppens gemensamma resa och våra individuella resor. Väldigt, väldigt starkt. Sist men inte minst ett fantastiskt minne!"

F2: "Jag har haft mkt nytta av vårt performance-arbete och framförallt för att finslipa mitt förhållningssätt och kunskaperna inom konst och skapande med ett starkt syfte."

F3: "Vad har då detta med min utveckling till konstterapeut att göra? Flera saker. Dels att jag vågat utmana en inre omöjlighet och känsla av skam som jag aldrig någonsin kunnat tänka att

jag dessutom skulle göra på scenen. Men att göra det i ett sammanhang, skyddad av en roll som krävde att bli tolkad, så blev det möjligt. Jag kände att jag kunde bidra till helheten samtidigt som jag bearbetade ett djupt trauma på ett personligt och privat plan. Det känns så här efteråt som att bli avlastad en djup känsla av skam, en känsla av att här är jag – fuck you! Att våga möta denna skräck och skam i mig själv och känna att jag kunde resa mig ur den med en känsla av skönhet och stolthet, det tror jag bidrar väsentligt till att kunna och våga finnas med för mina klienter på deras resa i underjorden. Jag kommer inte att bromsa processen pga av obearbetade upplevelser runt skam och sexualitet, och jag tror att jag kommer att kunna lyssna och vara närvarande i mötet på ett annat sätt. Jag har gått otroligt många timmar i egenerapi, men aldrig lyckats ta mig igenom skam med en känsla av stolthet och en känsla av att jag är vacker.”

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är att alla upplever att de kommer ha nytta av de erfarenheter de gjort under performance-momentet i sin kommande yrkesidentitet. Däremot finns skilda uppfattningar om vilken den starkaste upplevelsen var på ett personligt plan eller som del i gruppen. Min slutsats är att få arbeta med de konstnärliga disciplinerna på ett medvetet sätt stärker identiteten som uttryckande konstterapeut men kan också vara en starkt personlig och genomgripande upplevelse. Att delen i performance- momentet som benämns efterarbetet (schemalagd feedbackdag) har en stor uppgift att fylla genom att här finns möjlighet till reflektion och förståelse för att tydliggöra upplevelsen.

UTDRAG UR INTERVJUER MED DELTAGARE I UTBILDNINGSGRUPP 05

Intervjuer med tre deltagare i utbildningsgrupp 05. De valdes utifrån de roller de innehade i föreställningen: en huvudroll, en musiker, en körmedlem gjorda under våren - 2009. Svaren är ordagrant citerade ur intervjuerna.

Varför ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?

D1: *”För mig har hela utbildningen varit som flera nivåer av utforskande. Dels har du ett utforskande kring det vi faktiskt ska ta till oss, som kunskap. Dels har det varit utforskande i den kunskap och kompetens som jag har jämfört med en väldig massa ny kunskap så att det har blivit på något sätt en integrering eller vad man ska säga... för mig är kunskap och kompetens lite olika, kompetens är mer praktiska arbetet. Sedan har det också varit som en liten terapi- en resa. Jag tänker att Performance koncentrerade allt och ett av det allra viktigaste tycker jag, det vet ju du, var dagen efter med Melinda.”*

D2: *”Ett väldigt bra inslag i utbildningen det finns otroligt många infallsvinklar. Att bli de uttryckande konstterapeuter vi ska bli. De stora penseldragen En grupp där jag är terapeut att begära av våra klienter att de ska utföra detta. Större format om jag gör si eller så hur bli det då, jobba med nyanser. Hur blir jag trovärdig i min roll. Vi hade ett år på oss att förbereda denna Performance. Att få vara i skapande process under så lång tid är spännande. Ett så långsiktigt arbete kan bli så starkt. Ett arbete som detta gör att gruppen svetsas samman ytterligare. Planeringen, allas deltagande och ansvarstagande i de olika grupperna innebär att alla växer. Tilliten växer sig ännu starkare. Ur planeringsprat bygger vi tillsammans en konkret fysisk miljö. Orden blir handling. Det bygger tillit! Det känner vi nu, och det kommer alltid att finnas med oss sen.”*

D3: "Det närmaste man kan komma att uppleva krafterna i en grupp utan att det är grupp terapi. Att var i en grupp där man får tillåtelse att synas på scenen att ta plats. Får jag ta plats uppleva krafterna i en grupp. Den erfarenheten hur det är att ha är god att ha med sig. I en grupp där det finns påfrestningar att tre plus blir tio. Enorm kärlek till alla i gruppen Att vi var och en tillsammans befinner sig i en grupp där man känner sig trygg. Att skapa vårt Performance var en upplevelse av ett fantastiskt samarbete. Vi var en grupp där alla deltog, alla tillförde det de kunde och alla gav sitt allra bästa. Det låter otroligt jag har aldrig upplevt något liknande."

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är en enighet i att performance är ett viktigt inslag på utbildningen. Däremot har de skilda uppfattningar huruvida det främst är en praktisk tillämpning av de konstnärliga språken eller en integrering av kunskaper som inhämtats under utbildningen eller om det är en möjlighet att vara delaktig i en gruppprocess utan att det har ett terapeutiskt syfte. Min slutsats är att denna mångfald och bredd på vad performance-momentet kan innebära är ett bevis på momentets betydelse på utbildningen.

Hur kan man se på performance ur ett gruppprocessperspektiv?

D1: "Grupp kropp. Jag tänker jättemycket den här har du läst Sterns, Ögonblickets psykologi? Han har skrivit om nuvarande ögonblick. Nu tappade jag bort hans uttryck! Några sekunder du blir medveten om ett skeende som inte behöver vara jättemärkvärdigt men någonting som ställer till problem för dig. Han ger ett exempel om någon som öppnar kylskåpet. Åh det finns inget smör! En frustration något som stör så medvetenheten kommer. Det som ofta sker är att jag lyfter ur mig och ställer mig bredvid. Han skriver om det att då kan man tro att man ser på det som händer men i själva verket är det så att det är ett eget sådant nuvarande ögonblick i det ståendet bredvid. Det som händer mig i ståendet bredvid är att jag har ett nuvarande ögonblick! Det förstår jag nu vad jag gjorde då. Det förstår jag nu idag. Det kommer tillbaka, och tillbaka, det som var så stort, det vi gjorde, det var så stort. Det går att använda och använda och... Hur jag förhåller mig och till andra. Det ställs man ju inför hela tiden. Ett koncentrat av hur jag förhåller mig till mig och andra. Och så kan jag plocka delar av det jag kan lyfta det till olika nivåer till en teoretisk terapeutisk nivå jag kan lyfta det till vetenskapsteoretisk nivå. Jag kan lyfta det till mig själv i hantverket som terapeut. Jag kan lyfta det till mig själv då jag lever mitt liv. Det hände så mycket skulle räcka för ett helt livs terapi. Att bara jobba med den delen Att jag inte går in eller när jag säger nå nu j...År det någon som lyssnar när jag säger det? Eller vad är det som gör att dom lyssnar eller inte lyssnar Jag blir så hårt speglad så speglad. Å det tänker jag är terapi."

D2: "Vi delar upp oss i grupper men då vi återsamlas är vi samma och gjorde så ända från början det handlar mest om att sammanfoga detta. Med variationer så klart! Hela grupparbetet ser jag som en enda stor erfarenhet på hur man kan bygga tillit i en grupp. Upptäckten av hur stark en grupp kan vara och bli, är något att aldrig glömma. Jag lärde mig vikten av att lyssna på alla röster. Alla har lika stor del i förandet av en produkt. Det hade kanske varit viktigt att ta upp i förarbetet."

D3: "Att få vara med om detta. Nyckeln ligger inte i Performance utan i förarbetet i gruppen som gjort detta. Själva Performance en del i en organism kommer egentligen inte ihåg vad som hände. För mig var vi en organism. Det känns som om jag varit musiker, kvastsooperska jag visste att jag var Mortina men hon var en del av en grupp. Med publiken där kunde man inte avbryta den ordlösa

kommunikationen behövdes. Det är en förutsättning för att detta ska träda i kraft. Jag tror inte att jag mötte publiken jag var i gruppen.

Av gruppens skapande har jag lärt mig mycket. Att det går att vara olika, ha olika åsikter, olika viljor men ändå förenas i ett gemensamt uppdrag. Att just skillnaderna mellan individerna är det som för processen framåt om stämningen är accepterande och kärleksfull. Jag har lärt mig att lita på mina gruppmedlemmar och deras förmåga, att lyssna, att ta hjälp.”

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är en upplevelse av att känna en stark gruppstillhörighet, även om de hade olika roller så upplevde den enskilde personen en stark delaktighet i föreställningen. Däremot hade de skilda uppfattningar om hur dessa roller skulle utformas. Min slutsats är att en gemensam lärdom var att trots eller till och med för att det fanns olika åsikter så blev detta till en styrka i gruppen något man lärde sig av.

Vad betyder performance arbetet för identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut?

D1: *”Att lägga till efter den här efterbearbetningsdagen. För där gjorde jag terapi med mig. Dels fick jag förstå kraften dels så gjorde det något med mig. Sen säger ju Melinda en massa om det här med...ehm... hur stark man blir som terapeut när man har vågat närma sej flera av sina roller i livet, det man gömt undan skuggsidor och sådant.”*

D2: *”Något jag haft nytta av och erfarenhet av är att; Tar du en fot på scenen så måste du fullfölja att stå kvar i skarpt läge inte backa. Går jag in så går jag in. God kvalitet i detta nyttigt för alla terapeuter att ha funnits i detta. Att vara närvarande i en grupp det skvallrar om hur gruppen mår. Att göra något tillsammans i skarpt läge kan stärka gruppen. Redan där börjar folk vackla. Handledarens roll och ansvar. Man måste backa till man har lekt in sig. De här åren har gjort oss modigare. Vi får inte glömma det.*

Alla ingredienser som växt fram till en helhet, bär frukter till mitt framtida jobb. Grupparbete, min egen process i växande, verkets utförande och emottagande ger mig styrka och tillit att vara med den andre. Att våga vara i leken, i det imaginära, i konsten och se och känna att det är nog, för att något ska ske.”

D3: *”Gruppen var min spegel, den speglade sidor av mig som inte blev speglade då jag var barn. Nu förstår jag vad dessa ord innebär, det är inte längre ord jag läst i en bok utan en ovärderlig upplevelse jag haft som gjort stor skillnad i mitt liv. Jag har känt att gruppen är en egen varelse och det är något jag förut bara visste i huvudet. Nu vet jag det med kroppen. Jag har en väldig respekt och känner ödmjukhet inför ”gruppvarelsen” och det kommer vara väldigt viktigt i mitt arbete som terapeut i en grupp. Jag skulle aldrig vilja vara utan denna upplevelse men jag kan inte riktigt formulera betydelsen av detta ännu. Kanske var det att vi visade upp vår grupp för andra. Det mest värdefulla den dagen efter var att få höra de andras resa det hade jag inte förstätt eller haft möjlighet att förstä tidigare då jag var så upptagen av min egen process.”*

Jag har funnit att det som förenar respondenterna är övertygelsen om att performance- momentet är en viktig del på utbildningen. Däremot har de skilda uppfattningar om vad i processen som var mest verkningsfullt. Min slutsats är det finns utrymme för många erfarenheter i performanceprocessen och att de tidigare

individuella erfarenheterna påverkar vad som blir mest verkningsfullt för var och en. Den erfarenheten kan bli en personlig styrka i identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapi.

UTDRAG UR INTERVJUER MED LÄRARE OCH UTBILDNINGsledare

Lärarna på utbildningen samt utbildningsledaren för Institutet har intervjuats för att få ett övergripande och historiskt perspektiv på begreppet performance. Då citat från intervjuerna använts i texten finns hänvisningar till intervjuerna. Dessa svar kan läsas som en bakgrund till ämnet och sammanfattas därför inte.

Varför ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?

Margareta Wärja: *”Performance har funnits med från början i Expressive Arts framför allt ifrån starten på Lesley Graduate School och på Expressive Arts (EXA) utbildningarna i världen. Expressive Arts är en tradition som handlar om att lägga fram sin berättelse, visa fram sin berättelse och gestalta sin historia. Att inte göra den så privat utan tillräckligt angelägen för andra att ta del av. Man skulle kunna säga att performance är en aktiv teater där man gestaltar det personliga och genom att visa upp på scen gör det allmängiltigt. Så att performance-akten blir ett möte mellan den som gör sin gestaltande performance och mottagaren. Ett möte som har med existentiella perspektiv att göra, allmänmänskliga teman och sammanhang, samhälle, politik/ ideologi, människosyn. Inte bara en passiv publik som bara sitter och tar emot en föreställning. Det vill väcka frågor som; Vår står jag i mitt liv? Vad har jag att berätta, som du som publik kan ta del av?”*

Gert Ohlsson: *”Det är jag helt övertygad om det går också att använda i olika sammanhang både med klienter och ett visst urval av klienter och arbetslag. Så jag tror mer på den här modellen faktiskt. Det måste ges tid för detta det blir för stor belastning att göra på fritid. Ni gjorde ju mycket ändå, manus, musik, allt det här med rekvisita. Jag tror stenhårt på detta, väldigt utvecklande, så jag har ändrat mig.”*

Erika Sinander: *”Spännande fråga har inte varit självklart för mig att det momentet ska vara med. Då jag gick på utbildningen gjorde vi performance i basgrupperna – jag tycker om att stå på scenen mig passar det. Däremot finns det personer o gruppen som inte trivdes i rollen men ändå kom att bli goda uttryckande konstterapeuter. Väldigt fint att kunna beskriva med de konstnärliga språken och gestalta sin resa.”*

Hur kan man se på performance ur ett gruppprocessperspektiv?

Margareta Wärja: *”Om jag går tillbaka till utbildnings gruppen och grupperspektivet. Gruppen som form. Att lära sig det här värvet genom gruppen som containar en massa, i gruppen som form kan man lära sig att möta delar av sig själv som man projicerar på andra och få hjälp att se sina styrkor. Gruppens kraft är en del av hela utbildningsprocessen. Vi har ju hela tiden gruppen som form att få hjälp att se sina styrkor.”*

Gert Ohlsson: *”Så jag såg det inte som om vi skulle repetera fram en föreställning ett performance utan vi arbetade med en process som hade en tidsram och när det blev dags så visade vi en bild ur den här processen och den blev då som den var då. Hade vi arbetat ytterligare en månad hade det blivit en ny performance. Det är jag säker på. Jag tror att det blivit annorlunda om vi gjort det dagen efter.”*

Erika Sinander: "Det kan jag säga som lärare, så kändes det som att bli inbjuden i ett flöde där allt var möjligt. Det var så intensivt som att bli inbjuden i ett konstverk och få lov att ha åsikter. Att minnas tillbaka är som att minnas en dröm där allt var glasklart när det skedde men svårare att minnas. En forsaning process."

Vad betyder performance arbetet för identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut?

Margareta Wärja: "Många klienter kommer med hemligheter och de ska man ju förvalta och vara varsam om förstås, men dom här hemligheterna är inte alltid så totalt hemliga. De finns andra som delar liknande erfarenheter. Jag tror ju och menar att känna igen sin egen historia i en annan människas historia, de ser ju inte exakt lika ut, att känna igen min utsatthet, min ensamhet, mitt lidande i en annan människas historia gör att jag delar detta med en annan och jag tror att delad erfarenhet gör mig rikare. När det är dags att göra hemligheterna offentliga när det är dags att gestalta detta så är det också ett läkande som sker. Att måla sin historia Att skriva en bok och att skriva sin berättelse släppa loss, släppa fram, så den blir intressant för andra. "Att man arbetar för att göra någonting mer tillgängligt för andra genom att skriva texter om detta eller filma något. --- När det sker, när man gör det skiftet, det är en väldigt terapeutisk intuitiv, lyhörd process. När är det dags, när är det användbart och bra för den personen att stå ut med sin historia. Jag tänker att detta skiljer lite det vi gör inom UKT från samtalsterapi: att vi har konsten. För tio år sedan var det ingen schemalagd feedbackdag. Det som händer efter Performance är viktigt. Numera förstår vi att detta är en väldigt viktig del av processen. En väldigt stark synergieffekt. Många nivåer av lärande, jag själv, individnivå, gruppnivå, min historia, min berättelse, min relation till andra i gruppen, min egen identitet, att stå fram att stå tillbaka, det är också något det är inte alltid det bästa att stå fram utan att faktiskt luta sig mot andra. Att kunna luta sig mot andra att känna att jag tillhör. . Hur har jag haft det i min ursprungsfamilj i mina nätverk i mina system med dessa frågor. Allt blir så tydligt."

Gert Ohlsson: "Man lär sig mer för det blir mer processer. På olika nivåer varje individ gör en insats som ska bli en hel grupps framträdande. Mer komplicerat att få ihop det men med en större tillfredsställelse när man får ihop det. Ni var ju väldigt glada efteråt. Det gick ju så bra, en så bra performance. Jag var så stolt att jag höll på att spricka. (skratt) Ni har blivit mer sammansvetsade och framför allt tycker jag att många enskilda personer har blivit modigare att träda fram och ta plats och vågar mera. Det tycker jag mig märka. Det tycker jag är sunt att våga prova sina talanger. Det tycker jag är positivt."

Erika Sinander: "Spontant i stunden tänker jag att performance visas upp på Biskops Arnö, inför hela "communityn" som ett vittne. Däremot måste jag berätta att jag inte tyckte det var så kul att det var just performance jag skulle arbeta med den sommaren. Jag tänkte detta ska också göras. Det brukar vara hårt och slitigt att under så kort tid få fram något som inte är för amatörmässigt. Lite för svårt på lite för kort tid. Men det kom att bli en av höjdpunkterna för mig i mitt liv som Uttryckande konstterapeut att vara med och få se er göra denna föreställning. Det fungerade som en initieringsrit. På det sättet att ni arbetar i gruppen utifrån var och ens personlighet ni intog som nyförlösta konstterapeuter. Det var väldigt rörande genom tomma stolen. Arbetet dagen efter blev en bearbetning av en viktig del. Efterarbetet minst lika viktigt med förarbetet - verkliga värden för min självkänsla vad jag behöver gå vidare med. Både på grupp- och individnivå. Intog ni era nya roll. Väldigt mycket smälte ihop och tog uttryck. Hela gruppen tog ett steg framåt i sin personliga utveckling samtidigt. Som när evolutionen tar ett

språng! Alla i den arten kan plötsligt samma sak. Plötsligt är det som att alla aporna samtidigt lär sig att man kan tvätta rotknölar. Något viktigt för er som människor och Uttryckande konstterapeuter tog form. Våldigt gripande när ni berättade vad som skett.”

SLUTSATSER

Arbetet har lett till fem slutsatser, som var och en speglar performance-föreställningen och själva performance-momentet i utbildningen, ur fem olika perspektiv; individens, gruppens, utbildningens, terapeutens och slutligen klientens perspektiv.

Ur individens perspektiv: Performance-processen gör det möjligt att få syn på sina egna mönster och roller. Genom synliggörande får individen förutsättning att skapa förändring.

Ur gruppens perspektiv: En gemensam bearbetning av grupprocessen kan leda till nya lärdomar. Dels genom att resultatet och essensen av processen manifesteras genom föreställningen, dels genom att visa upp den inför en publik som fyller funktionen av vittnen som speglar det som sker på scenen.

Ur utbildningens perspektiv: Deltagarna får möjlighet att stärka sin identitet som blivande Uttryckande Konstterapeuter genom praktisk tillämpning av de konstnärliga disciplinerna musik, dans, poesi, bild, formberättande och gestaltande.

Ur terapeutens perspektiv: I och med att terapeuten får möjlighet att gestalta olika roller på scen kan han/hon få tillgång till olika sidor av sin personlighet. Genom att t ex få syn på de mörka, mindre ”rumsrena” sidorna av ens psyke och bli medveten om dem, kan han/hon lära sig att handskas med dem. En medvetenhet om dessa sidor kan vara en tillgång i mötet mellan klient och terapeut.

Ur klientens perspektiv: Som deltagare i en performance befinner man sig i en situation där man tar emot regi, det egna agerandet blir speglat och ifrågasatt av andra. Det kan ge en ökad förståelse för klientens utsatthet i terapisituationen.

Resultat/Diskussion

Huvudfrågeställningen i uppsatsen har varit *Vår för ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?*

För att kunna svara på den frågan har jag fördjupat mig i:

1. Arbetsprocessen före, under och efter performance-föreställningen.
2. Utbildningsgruppens grupprocess i relation till performanceföreställningen.
3. Betydelsen av arbetet med performanceföreställningen när det gäller de framtida uttryckande konstterapeuternas identitetsutveckling.

Försöket att tolka svaren i reflektioner, e-postfrågor och intervjuer om erfarenheter och upplevelser gjorda under performancemomentet görs med utgångspunkt i de frågor som ställts i uppsatsen. Svaren och reflektionerna samt intervjumaterialet är komplext. Även om det går att dra vissa slutsatser, är det också så att inga entydiga svar finns.

"All kunskap är oavslutad och det är inte möjligt att bevisa något, framtiden kan alltid förändra"
(Per Espen Stoknes, föreläsning om vetenskapsteori i februari 2008).

Bortfallet: Trots att det under tiden genomfördes flera omformuleringar av frågor och vädjanden till utbildningsgruppen om att få ta del av reflektionerna. Är det endast tolv av nitton deltagare som lämnat någon form av svar. I utbildningsgruppen ingick tjugo deltagare (i svarsfrekvensen utelämnar jag mig själv). Detta relativt stora bortfall gör att de slutsatser som dras inte är lika tillförlitliga som om hela gruppen svarat. Jag kommer här att föra ett resonemang kring orsakerna till bortfallet.

En orsak kan vara att på utbildningen fanns många skriftliga och obligatoriska inlämningsuppgifter. De flesta i utbildningsgruppen heltidsarbetade och hade många åtaganden parallellt med utbildningen. En prioriteringsfråga som en i gruppen uttryckte det, dessa frågor hamnade längst ner på "att göra" listan. Frågorna är som tidigare nämnts komplexa och kräver ingående resonemang att besvara.

Min roll som deltagare i gruppen och samtidigt den som granskar och utvärderar processen har en del komplikationer inbyggda. En kan vara, att reflektionsmaterialet upplevs som personligt och riktat till utbildningsledningen och lärarna dvs. inte ämnat för läsning och analys av en deltagare i utbildningsgruppen. Som motargument kan man invända att det funnits möjlighet att besvara e-post frågorna separat. En fördel kan vara att ha ett inifrån perspektiv på vad som beskrivs, men finns också en risk att inte förhålla sig objektiv till materialet. En kritik som finns i undersökningsunderlaget är att performancemomentet är alltför tidskrävande.

"En mycket tidskrävande uppgift att sätta upp en performance, ... kritiken var bra, men hur mycket kan man kräva av oss" (ur intervju med deltagare i utbildningsgruppen).

Kan det vara så att deltagare som varit mer kritiska och inte upplevt att performancemomentet som meningsfullt på utbildningen valt att inte svara eller lämna bidrag till granskningen? Jag låter frågan om bortfallet finnas med som något som bör beaktas vid läsningen av de slutsatser jag dragit. Jag anser emellertid, att det kvalitativa materialet med dess komplexitet och samstämmighet mellan skilda respondenter tillsammans med mina egna iakttagelser ger ett gott stöd åt de slutsatser och resonemang som förs fram. Mitt resonemang i uppsatsen bygger på de svar som inkommit och på de iakttagelser jag gjort under dokumentationsarbetet.

Att performancemomentet är av stort värde på utbildningen har framkommit i källmaterialet. Momentet innehåller många olika delar som stärker identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut.

På utbildningen är performancemomentet förlagt till det tredje året av utbildningen och har med det perspektivet och grupprocessen att göra. Gruppen är i arbetsfas. Med det menas att gruppen passerat den förande inledande delen av grupprocessen och är

inriktad på att lösa sina uppdrag. Samtidigt finns det tid kvar på utbildningen att bearbeta de fördjupade teman som blir synliga under performancearbetet.

En risk med detta arbetssätt skulle kunna vara att om en grupp inte är redo för steget att visa upp sin process skulle arbetet kunna få motsatt effekt än den förväntade, och gruppen skulle kunna fastna i oförenliga tvister och svåra konflikter. Alla grupper utvecklas inte på samma sätt och kan inte förutsättas vara i samma fas då momentet är förlagt på utbildningen (Whitaker, 2001). Vad händer med gruppen och individen i en sådan situation?

Det finns inget enkelt svar på den frågan men förmodligen skulle även det kunna vändas till en god erfarenhet, ur insikten om vikten av att lägga en god grund i en grupp. Reflektioner, svar och intervjuer ger en inblick i att även i "en god grupp" – något som Utbildningsgrupp 05 måste anses vara – upplevde enskilda individer under performancearbetets gång emellanåt en stark press och ett ifrågasättande av den egna rollen i gruppen och föreställningen. McNiff menar att även om performance oftast föregås av andra konstnärliga uttryck såsom bild, berättelse och dialog, finns det i varje fas en potential och en del som innehåller de andra konstnärliga språken.

I undersökningsmaterialet har det framkommit att samtliga individer i gruppen brottades med personliga svårigheter och ifrågasättanden av den egna rollen och insatsen. Trots det, var den övergripande viljan att forma något som gagnade gruppen överordnad den egna processen. Detta finns beskrivet i källmaterialet och visades upp under efterbearbetningen då individen i gruppen fick utrymme att visa upp sin personliga resa inför gruppen. Här fanns utrymme att sätta ord på erfarenheter och tydliggöra dem för både andra och sig själv.

"Jag vill gärna tänka mig en människas psyke som ett slags pensionat befolkat av ett större antal karaktärer, eller delpersonligheter. En del är regelbundna gäster, korrekta och förutsägbara. Medan andra håller sig bakom stängda dörrar och kanske bara vågar sig fram om natten. En uttömmande beskrivning måste ta hänsyn till alla aktörer, såväl de stora som de bifigurer som bidrar med enstaka inpass och oväntade inhop. Det är ofta de här gestalterna som får handlingen att ta en ödesdiger, eller tragisk, eller farsartad vändning" (Hillman, 2001, s. 70).

Ovanstående citat av Hillman bekräftar beskrivningarna av deltagarnas upplevelser under performancearbetet som framkommer i källmaterialet. Där beskrivningar av betydelsen av att möta dessa gestalter och roller är avgörande för identitetsutvecklingen på ett djupare plan. Dramaformen erbjuder direkta möten med våra inre gestalter. Konstnärskapet och den symboliska processen frigör våra destruktiva energier och impulser. De tillåter oss att möta, och genom kreativt skapande, se våra problem på andra sätt. Processen kastar om våra erfarenheter, förändrar våra uppfattningar och öppnar upp för nya möjligheter. Efterarbetet, (feedbackdagen) i performancemomentet har en stor uppgift att fylla. Här finns möjligheter till reflektion och förståelse av upplevelsen. Genom att reflektera över sin egen prestation, tid att lyssna på varandras berättelser kan de erfarenheter som gjorts lyftas fram och förstås på en kognitiv nivå, vilket leder till nya insikter om den egna upplevelsen (Knill et al, 2005, s.147). Om man ser på det i ett större perspektiv kan man också dra en parallell till hur man som gruppmedlem lämnar sina individuella spår i förarbetet för att gå in i ett gemensamt arbete, men att i efterbearbetningsfasen sätts åter

fokus på den individuella upplevelsen.

Min slutsats är att performancemomentet, performanceföreställningen och gruppprocessen har bidragit till att tydliggöra gruppens möjligheter och kraft. Det har stått klart vilka höjder man kan nå med ett gemensamt mål. Erfarenheter av att ha varit del av en ”god grupp”, och vad man kan åstadkomma genom den, är en tillgång både på det personliga och på det professionella planet.

Avslutande Personlig Reflektion

Den tredje dagen av intensiva repetitioner från morgon till kväll av vår performance föreställning ”Livets Frö” skulle den visas upp. Åskådaren skulle vara någon som var väl insatt i utbildningsgrupp 05:s process, men som genom ett medvetet val inte varit delaktig i föreställningens tillkomst. Den personen var Margareta Wårja som tillsammans med Gert Ohlsson och Erika Sinander såg vår performanceföreställning från början till slut. Den estetiska responsen från Margareta Wårja, inför generalrepetitionen var oerhört kritisk. Det fanns dock inte något i denna kritik (i mina öron) som var obefogad. Det som hände var bara att luften gick ur samtliga i gruppen, som om vi var en blombukett utan vatten. Först tyckte jag att kritiken och åsikterna som framfördes var fantastiskt träffsäkra, mitt i prick. Senare drabbades jag av osäkerhet och en hopplöshetskänsla då jag inte förstod hur jag skulle förändra mitt uttryck. Jag tyckte att jag redan gjort allt jag förmått men, trots dessa känslor hos mig och andra i gruppen, hände något. Plötsligt fanns det som saknades där i tid inför föreställningen. Det som skedde var att alla skärpte till sitt spel och på något sätt omvandlade kritiken till något positivt och välgörande för vår performance. Att vi skulle klara av att framföra vår performance tvivlade jag aldrig på. I efterhand kan jag bara dra slutsatsen, att vi kunde klara av denna svidande kritik därför att den kom från en person som kände tillit till vår grupps förmåga.

”Nathalie Roger skriver att Carl Rogers forskning gällande den terapeutiska processen visade att när en klient kände sig accepterad och förstådd - då uppstod läkande, helande. Det är en sällsynt erfarenhet att få känna sig accepterad och förstådd just i de stunder när man känner rädsla, raseri, sorg eller avundsjuka. Ändå är det just acceptandet och förståelsen som verkar läkande. Som vänner eller terapeuter tänker vi ofta att vi måste ha ett svar eller ge ett råd. Detta skymmer dock en grundläggande tilltro. Genom att genuint höra djupet i den emotionella smärtan och samtidigt respektera individens förmåga att hitta sitt eget svar ger vi den största av gåvor”(Apelmo, 1996).

Att jag, från det tillfälle då momentet performance fördes in på utbildningen, parallellt har dokumenterat arbetet har varit spännande och lärorikt. Uppdraget har tvingat mig att forma en medvetenhet i stunden samtidigt som mitt förhållningssätt har varit att i första hand vara delaktig i processen.

Efterarbetet var en oerhört viktigt för att vi skulle kunna förstå och dra egna slutsatser av de erfarenheter som gjordes under performancemomentet. Avrollning, en psykodramametod, en struktur på hur man tar avsked från en roll, är känslomässigt en av de mest nakna upplevelserna jag var med om i vår grupp. Alla kändes helt avklädda inför

varandra, inte på ett otäckt sätt men skyddslöst och naket. Intervjuerna visar hur viktigt efterarbetet är i performanceprocessen för deltagarna.

Om jag ska vara kritisk till mitt eget uppsatsarbete så skulle jag önska att jag från början varit mer tydlig och metodisk i mitt tillvägagångssätt. Jag borde på ett tidigare stadium ha ställt mig frågan om hur dokumentationen skulle användas i arbetet, än vad som blev fallet. Jag önskar också att jag filmat mer konsekvent och använt mig av utomstående filmare i större utsträckning. Det är oerhört svårt att befinna sig i en process och samtidigt filma den. Kanske är det omöjligt?

Då jag nu närmar mig slutpunkten för detta arbete, är det med en känsla av att varje del skulle kunna utvecklas var för sig och bli till en ny uppsats. I källmaterialet finns många infallsvinklar. Intervjuerna gjordes med öppna frågor och där finns mycket obearbetat material som relaterar till frågorna ställda i denna uppsats. Det skulle också vara intressant att jämföra utbildningens moment med andra motsvarande terapeututbildningar. Försöket att förstå har lett till nya fält av, för mig, utforskad mark och nya frågor.

Referenser

- Alvesson, Mats – Sköldberg, Kaj**, 2008. *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. 2 uppl. Lund: Studentlitteratur.
- Apelmo, Per**, 1996. "Uttryckande konstterapi. Förhållningssätt", Stockholm: Examinationsuppgift på Svenska Institutet för Uttryckande Konstterapi.
- Apelmo, Per**, 2008. *Expressive Arts – Uttryckande konst. Teoretiska perspektiv och exempel för skola och socialtjänst*. 2 uppl. Eskilstuna: Apelmointermodal.
- Apelmo, Per**, 2008. "Den icke verbala kommunikationens betydelse. Kommunikation av kroppsligt förankrad erfarenhet", Lunds universitet.
- Berglind, Hans (red)**, 1998. *Skapande ögonblick. Psykodrama och sociodrama*. Stockholm: Cura.
- Berglind, Hans**, 1998. "Att förändra världen – att förändra sig själv" i *Skapande ögonblick*. Stockholm: Cura.
- Campbell, Joseph**, 1949, 1993. *The hero with a thousand faces*. Princeton: Princeton University Press.
- Hillman, James**, 2001. *Finna själens styrka. Om människans sanna väsen och meningen med ett långt liv*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Jern, S, et al**, 1995. *Grupprelationer: texter om förhållandena mellan individ, grupp och organisation*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Rioch, Margaret**, 1995. "Wilfred Bions teorier om grupper" i *Grupprelationer*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Jung Carl G, et al**, 1964, 1981. *Människan och hennes symboler*. Stockholm: Forum.
- Jönsson, Märta**, - Wärra, Margareta, 2001. *Utbildningsgruppens betydelse för identitetsutvecklingen till psykoterapeut*. Stockholm: Psykoterapisällskapet AB.
- Kjörup, Sören**, 1999. *Människovetenskaperna. Problem och traditioner i humanioras vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.
- Knill, Paolo J**, 1999. "Soul nourishment, or the intermodal language of imagination" in *Foundations of Expressive Arts Therapy. Theoretical and Clinical Perspectives*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Knill, Paolo J. – Barba Nienhaus, Helen – Fuchs, Margo N**, 2004. *Minstrels of Soul. Intermodal Expressive Therapy. 2nd ed*. Toronto: EGS Press.
- Knill, Paolo J. – Levine, Ellen G. – Levine, Steven K**, 2005. *Principals and Practice of Expressive Arts Therapy. Towards a Therapeutic Aesthetics. 2nd ed*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Levine, Ellen G. – Antze, Paul**, 2008. *In praise of Poesis. The Arts and Human Existence. A Festschrift for Stephen K. Levine*. Toronto: EGS Press.

- Stitelmann, Jacques**, 2008. "Order to deconstruct!" *In praise of Poiesis. The Arts and Human Existence. A Festschrift for Stephen K. Levine*. Toronto: .EGS Press.
- Levine, Stephen K. – Levine, Ellen G**, 1999. *Foundations of Expressive Arts Therapy. Theoretical and Clinical Perspectives*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Lübcke, Paul (red)**, 2004. *Filosoflexikonet*. Stockholm: Bokförlaget Forum AB.
- Mc Niff, Shaun**, 1992. *Art as Medicine. Creating a Therapy of the Imagination*. Boston & London: Shambhala Publications, Inc.
- Naor, Yaacov**, 2004. "The theater of the Holocaust." in *Foundations of Expressive Arts Therapy. Theoretical and Clinical Perspectives*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Ohlsson, Gert**, 2009. *Utbildningsgrupp 05*. Minnesanteckningar 1 sept. 2005 - 12 sept. 2009. Stockholm: Expressive Arts AB.
- Stern, Daniel N**, 2005. *Ögonblickets psykologi. Om tid och förändring i psykoterapi och vardagsliv*. Stockholm: Natur och kultur.
- Wrangsjö, Björn**, 1997. *Mötas och växa. Reflexioner kring psykoterapeutyrket. 2 uppl.* Borås: Natur och Kultur.
- Westberg, Monica**, 1998. "Är det fel på person eller organisation" i *Skapande ögonblick*. Stockholm: Cura.
- Whitaker Stock, Dorothy**, 2002. *Using Groups to help People. 2nd ed.* East Sussex: Brunner-Routledge.
- Yalom, Irvin D**, 1970. *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York & London: Basic Books, Inc.
- Film: Talme, Helen**, 2009. *En film om Performance, om ett moment på uttryckande konstterapi utbildningen*. Stockholm: Expressive Arts.

Bilaga 1

YALOMS 12 KURATIVA FAKTORER MED 60 BESKRIVANDE PÅSTÅENDEN

Irvin Yalom har formulerat 12 kurativa faktorer som är verksamma i gruppterapeutiska processer och förlopp (1975). Till varje faktor finns 5 påståenden som förtydligar och ytterligare beskriver den kurativa faktorns innebörd och betydelse. Dessa påståenden har nedan översatts till svenska av Margareta Wärja och Märিত Jönsson. Någon tidigare översättning till svenska har inte gått att finna.

Altruism

1. Att hjälpa andra har gett mig självrespekt.
2. Att sätta andras behov framför mina egna.
3. Att glömma mig själv och tänka på att hjälpa andra.
4. Att ge en del av mig själv till andra.
5. Att hjälpa andra att bli mera betydelsefulla i sina egna liv.

Gruppsammanhållning

6. Tillhörighet och acceptans från en grupp.
7. Fortsatt nära kontakt med andra människor.
8. Avslöja pinsamma saker om mig själv och ändå bli accepterad av gruppen.
9. Inte längre känna mig ensam.
10. Att tillhöra en grupp människor som förstår och accepterar mig.

Universalitet

11. Att lära mig att jag inte är den enda med min typ av problem: "Vi är alla i samma båt."
12. Att jag har det ungefär lika bra som alla andra.
13. Att lära mig att andra har ungefär likadana "dåliga" tankar och känslor som jag.
14. Att lära mig att andra också har föräldrar och bakgrunder som är ungefär lika dåliga och röriga som min.
15. Att lära mig att jag är inte mycket annorlunda från andra människor gav mig en upplevelse av: "välkommen till mänskligheten."

Interpersonell inläring - "input"

16. Gruppen lär mig om vilka intryck jag gör på andra.
17. Att lära mig hur jag upplevs av andra.
18. Andra gruppmedlemmar berättar ärligt vad de tänker om mig.
19. Gruppmedlemmar påtalar några av mina beteenden och manér som irriterar andra.
20. Att lära mig att jag ibland gör människor förvirrade genom att inte säga vad jag verkligen tänker.

Interpersonell inläring "output"

21. Förbättra min förmåga att umgås med andra människor.
22. Känna större tillit till grupper och andra människor.
23. Lära mig på vilket sätt jag relaterar till andra gruppmedlemmar.
24. Gruppen ger mig möjlighet att lära mig hur jag kan närma mig andra.
25. Att reda ut svårigheter med en särskild medlem i gruppen.

Rådgivning

26. Doktorn (terapeuten) föreslår eller ger mig råd kring vad jag kan göra.
27. Gruppens medlemmar föreslår eller ger mig råd kring vad jag kan göra.

28. Gruppens medlemmar talar om för mig vad jag ska göra.
29. Någon i gruppen ger ett bestämt förslag inför ett livsproblem.
30. Gruppens medlemmar ger mig råd hur jag ska bete mig annorlunda med en viktig person i mitt liv.

Katharsis

31. Att få utlopp för det som trycker mig.
32. Att uttrycka negativa och/eller positiva känslor gentemot en annan gruppmedlem.
33. Att uttrycka negativa och/eller positiva känslor gentemot gruppledaren.
34. Att lära mig hur jag kan uttrycka mina känslor.
35. Att säga vad som besvärar mig istället för att hålla det inne.

Identifikation

36. Att försöka efterlikna någon i gruppen som fungerar bättre än jag.
37. Att se att andra kan visa pinsamma saker och ta risker har hjälpt mig att göra likadant.
38. Att ta efter manér eller ett sätt att vara från en annan gruppmedlem.
39. Beundra eller bete mig som terapeuten.
40. Hitta någon i gruppen som jag kan efterlikna.

Återupplivande av familjekonstellationen

41. Att vara i gruppen var, på ett sätt, att återuppleva och förstå mitt liv i den familj som jag växte upp i.
42. Att vara i gruppen hjälpte mig på något sätt att förstå gamla fixeringar och problem som jag haft med mina föräldrar, mina syskon och med andra viktiga personer.
43. Att vara i gruppen var, på ett sätt, som att vara i en familj men denna gång var der en förstående och accepterande familj.
44. Att vara i gruppen hjälpte mig på något sätt att förstå hur uppväxten var i min familj.
45. Gruppen var på något sätt min familj- några medlemmar och terapeuten var som mina föräldrar och andra som mina släktingar. Genom gruppen kunde jag förstå mina tidigare förhållanden med mina föräldrar och släktingar (syskon, etc).

Självförståelse

46. Att lära mig att jag gillar och ogillar en person på grund av orsaker som kan ha mycket lite att göra med den personen och mer med mina tidigare fixeringar och erfarenheter.
47. Att lära mig varför jag tänker och känner som jag gör (med andra ord, att lära mig om några av orsakerna till mina problem).
48. Att upptäcka och acceptera tidigare okända och oacceptabla sidor av mig själv.
49. Att lära mig att jag reagerar på vissa människor eller situationer på ett orealistiskt sätt (med känslor tillhörande en tidigare period av mitt liv).
50. Lära mig hur jag känner mig och betar mig idag är relaterat till min barndom och min uppväxt (det finns orsaker i mitt tidigare liv till varför jag är som jag är).

Hopp

51. Att se andra bli bättre var inspirerande för mig.
52. Att veta att andra har löst problem som liknar mina egna.
53. Att se att andra har löst problem som liknar mina egna.
54. Att se att andra gruppmedlemmar har utvecklats har uppmuntrat mig.
55. Att veta att gruppen har hjälpt andra med liknande problem som mina har uppmuntrat mig.

Existentiella faktorer

56. Att erkänna att livet ibland är orättvisst och obefogat.
57. Att erkänna att ytterst finns ingen utväg från livets smärtor och döden.
58. Att erkänna att hur nära jag än kommer andra människor så måste jag ändå möta livet ensam.
59. Möta de grundläggande förutsättningarna och problemen i mitt liv och inför min död, och således leva mitt liv på ett mera ärligt sätt och bli mindre involverad i trivialiteter.
60. Lära mig att jag måste ta det yttersta ansvaret för hur jag lever mitt liv oavsett de råd och det stöd jag får från andra.

Bilaga 2

TELEFONINTERVJU MED DELTAGARE NOVEMBER 2009

Intervjun gjordes i samband med slutförandet av uppsatsen om orsaken till bortfallet i källmaterialet. En önskan att besvara frågorna ledde till att intervjun finns med här men svaren är inte inräknade i underlaget.

T1: *"Jag har trots att jag tycker det är osolidariskt prioriterat bort detta pga av tidsbrist. Det är mycket lättare att bli intervjuad per telefon. Vill gärna svara på frågorna nu."*

Varför ingår performance som en del i en terapeututbildning till uttryckande konstterapeut?

T1: *"Innan performancemomentet påbörjades, ja t.o.m. innan utbildningen startade undrade jag varför detta moment fanns med på en terapeututbildning. Vi ska ju inte bli skådisar! Men sedan tyckte jag att det var lite småroligt när vi började vårt arbete men inte så att jag ville engagera mig i grupper utanför utbildningen. Det var först på BA och repetitionerna där som jag kände att detta var ett väldigt viktigt arbete. "Alla" fick roller som de behövde komma i kontakt med."*

Hur kan man se på performance ur ett gruppprocessperspektiv?

T1: *"När man känner varandra väl hettar det till. I mötet utsätts man under hela processen för varandra. Performanceföreställningen upplevde jag som en ända stor utandning, i gemenskap och faktiskt kärlek. Skillnaden mellan performance och psykodrama, som jag ser det. Är att i performance är det något som ska visas upp för en publik och att rollen ska finslipas för att få rätt uttryck. Detta gjorde att jag fick upprepa min roll gång på gång under repetitionerna, och att många hade åsikter om hur jag skulle gestalta den. Det var irriterande att så många i gruppen hade åsikter om min roll. I psykodramat gör man den roll man blir tilldelad en gång men det känns inte alls lika laddat som det blev för mig med min roll i performance."*

Vad betyder performance arbetet för identitetsutvecklingen till uttryckande konstterapeut?

T1: *"Jag fick fatt i en skuggsida jag inte kände till. Detta var en svårighet som jag också är tacksam för. Denna sida har jag sedan under månaderna som gått sedan vår föreställning på olika sätt fortsatt att bearbeta och mött igen bl.a. genom en kollega. Performance är ett mycket spännande sätt att arbeta på och viktigt för oss som terapeuter att ha koll på våra skuggsidor, men man kan absolut ha nytta av det också i vardagen."*



Omslagsbid: "Nedstigningen" scen från performanceföreställningen.
Målning/akryl Helen Talme.