

## BisS rapport från Bildterapians dag 2016

BisS anordnade program i Folkuniversitetets stora ateljé i Helsingborg mellan kl. 10 00-16 00. Dagen inleddes med att styrelsen presenterade sig, föreningen samt programmet för dagen.

### **När orden inte räcker till: Föredrag och miniworkshop om konstnärliga metoder i psykoterapiforskning.**

Jenny Butler som höll i denna programpunkt har i sin utbildning till psykoterapeut bl.a. intresserat sig för "det ordlösa mötet" inom klienten, inom terapeuten och mellan klienten och terapeuten. Det är "det ordlösa mötet" mellan klient och terapeut som är terapeutiskt och detta möte blir särskilt påtagligt när bildskapande får vara en del av terapin menar Jenny. I programpunkten ingick en miniworkshop som gick ut på att åskådliggöra ett minne av "när orden inte räckt till" i bild.

### **Hopp- Bildterapeutisk workshop**

Efter fika och mingel var det dags för dagens första workshop ledd av Elisabeth Engström Franzén. Genom fokusering på vissa av våra inre bilder och målande blev det mycket konkret hur vi snabbt kan styra våra tankar och känslor i en viss riktning. Elisabeth tog med deltagarna på en bildskapande resa från vars och ens känslor av oro över till glädje och hoppfullhet. Elisabeth som är psykoterapeut arbetar i sin vardag både psykodynamiskt och med kognitiv beteendeterapi. Hon är nu i färd med att djupare utforska användandet av bildskapande i kognitiv beteendeterapi.

### **Gryning och skymning- bildterapeutisk workshop**

Efter lunch följde dagens andra workshop. Efter att ha lyssnat till ett litet musikstycke som kunde associeras till gryning fick deltagarna måla på detta tema. Efter en dikt om skymning målade var och en på detta tema. Till sist knöts gryning och skymning ihop i en längre målningssession. Vissa motsatsord som: natt - dag, ljus - skugga, glädje- sorg gavs till deltagarna att associera till samt ett citat från London Times (1984): "Våra liv är som solens gång. När det är som mörkast finns ett löfte om gryning". Workshopen leddes av Gudrun Willén (bildterapeut/psykoterapeut) och Christina Andersson (bildterapeut/sjuksköterska).

Dagen avslutades med en kortare samling där deltagarna erbjöds dela med sig sina upplevelser. Deltagarna utvärderade även programmet skriftligt. Av de sju personer som var närvarande utöver styrelsen var de flesta mycket nöjda.