

Fler färger på paletten!

Publicerad på Bildterapiens dag den 7 oktober 2017 i Nerikes Allehanda
<http://www.na.se/opinion/debatt/bildterapi-ger-fler-farger-pa-paletten>

Idag, lördag den 7/10, är det Bildterapiens dag. Jag tar tillfället i akt att berätta om bildterapi och till att hävda att vi människor, när vi inte mår bra psykiskt, borde ha tillgång till fler behandlingsmetoder än som nu är fallet. Nu erbjuds vi läkemedelsbehandling och möjligen, i mån av tillgång till psykologiskt skolad personal, kognitiv beteendeterapi.

Svenska riksförbundet för bildterapeuter (SRBt) har som ett av sina mål att sprida kunskap om bildterapiens möjligheter. Det behövs - bildterapi är en behandlingsform som inte syns och hörs så mycket. I vårt land har vi i den offentliga vården mycket få bildterapeut-tjänster. I USA och Storbritannien är professionen mer etablerad. Art therapy är den internationella beteckningen. På sina håll i vårt land finns det dock psykologer, kuratorer (och andra) som utöver sin grundutbildning också har utbildning i bildterapi och använder metoder därifrån i sin yrkesutövning. Andra bildterapeuter är egna företagare. En bildterapeut har grundläggande psykoterapiutbildning och kompetens i bildterapeutiska metoder. En del är legitimerade psykoterapeuter. Bildterapi brukar räknas till de skapande och kroppsbaserade komplementära terapierna. Hit hör även dansterapi, musikterapi och basal kroppskännedom.

I bildterapi möts konst och psykologi. Skapande följt av reflekterande samtal med utgångspunkt i bilden ingår. Klienten behöver inte ha några konstnärliga kunskaper. Här handlar det om själv-uttryck, inte om teknik och prestation. En upplevelsebaserad terapiform. Alla sinnen används och bägge hjärnhalvorna aktiveras. Grunden är övertygelsen att bildskapande i en terapeutisk relation främjar hälsa, läkande, genom att kognitiva, emotionella och sensomotoriska processer integreras. Finns det forskning på området? Ja, utomlands och även i Sverige. I vår offentligt finansierade vård ska vi använda evidensbaserade metoder, och randomiserade kontrollerade studier har i den medicinska världen en avgörande särställning när det gäller att slå fast vetenskaplig grund. Här finns det inte tillräckligt med evidens för bildterapi (mer inom kvalitativ forskningsmetod). Det finns alltså ett visst men (ännu?) ej tillräckligt vetenskapligt stöd. Studier pågår. Denna månad disputerar en bildterapeut vid Göteborgs universitet och i januari en annan vid Halmstad högskola. Följsamheten till de idag evidensbaserade metoderna, godkända för den offentliga vården, är ofta låg; Terapeuterna följer inte manualerna då man finner att metoden i alla delar inte passar patienterna/Patienterna är mer komplexa än de personer som medverkat i forskningen/ Förutsättningarna i verksamheten lägger hinder i vägen/ Patienterna fullföljer inte behandlingsplanen...Bekräftar det kanske att vi behöver ett mer varierat utbud när det gäller behandlingsmetoder på det psykologiska området? Människor är ju olika. Vi bildterapeuter är övertygade om bildens kraft. Vi menar också att den moderna hjärnforskningen ger stöd för det. **Mer och fler färger på paletten!**

Karin Greve, auktoriserad bildterapeut