

Marianne Hinsch

er utdannet billedkunstner, pedagog og kunst- og uttrykksterapeut med fordypning i traume. Siden 2004 har hun arbeidet med enslige mindreårige flyktninger bosatt under det kommunale barnevernet.



FAGARTIKKEL

Uttrykksterapi

Hanas blomst

Kunst- og uttrykksterapi i møte med unge flyktninger

Kunst- og uttrykksterapi kan være et lavterskeltilbud som styrker og bygger opp det psykiske immunforsvaret, og kan brukes i mange sammenhenger.

«Lenge før verden ble skapt var det bare tomhet. I denne tomheten fantes det en kraft. Den Allmektiges kraft. Denne kraften trakk seg først sammen i seg selv - og utvidet seg - dette var den aller første bevegelse! Fra denne utvidelsen kom det en mørk masse og etter hvert trådte ti kar fram, hver av dem fylt med Den Allmektiges lys. Disse ti karene ble sendt ut i tomheten - lik en skipsflåte - hvor hver båt bar med seg sin last av lys. Hvis disse skipene hadde kommet frem i behold, hadde vår verden vært perfekt. Men det var ikke det som skjedde - disse tandre nye karene - de første skapte sluttende former, var nettopp det, sluttende former fylt av Den Eviges lys og kraft. Ettersom denne kraften er uendelig, skjedde det uunngåelige. Karene sprenget. Alle de hellige gnistene ble slynget ut som sand, som frø, som stjerner og falt ned over hele den verden som ble skapt etterpå, den verden vi kjenner. Og det er derfor vi ble skapt - for å samle gnister fra den første skapelsen - uansett hvor de gjemmer seg. Vi er skapt for å gjøre verden hel igjen.» (fritt oversatt etter Schwartz)¹

Denne legenden har vært en del av mitt faste fortellerrepertoire i kunst- og uttrykkgruppen i prosjektet «Kunst som forebyggende intervensjon»² finansiert av Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering. I løpet av den treårige prosjektperioden ble det utviklet en forebyggende og stabiliserende metode for ungdom som har vært utsatt for store belastninger eller traumer.

Artikkelen vil fokusere spesielt på enslige mindreårige flyktninger (EM) som har fått oppholdstillatelse og er bosatt i kommuner. Statistikken viser at disse ungdommene har dårligere psykisk helse enn annen ungdom: 60% av jentene og 52% av guttene utvikler alvorlige psykiske problemer.³ I tillegg dropper 80% ut av skolen⁴ - noe som fører til redusert psykisk helse over tid.



IMAGINASJON

En fortelling er en strøm av ord som skaper bilder i tilhørernes bevissthet. Strømmen av bilder og forestillinger som foregår inne i oss er en viktig del av kreativiteten som Winnicott beskriver som en grunnleggende del av livsfølelsen.⁵ Stern beskriver videre hvordan barnet sanser verden og er i ett med verden. Barnet har en illusjon av omnipotens som blir bekreftet av omsorgspersonen ved hjelp av intoning.⁶ Når barnet senere kan tåle separasjon er det fordi barnet har laget indre bilder på tilknytningen gjennom et symbol, et overgangsobjekt. Derfor er grunnleggende tilknytning avhengig av imaginasjonen. Imaginasjonen er den kraft som gjør at menneskene er i stand til symbolisering. Imaginasjon er ikke avhengig av en kognitiv prosess, men er måten vi erfarer på.

Winnicott beskriver dette som et potensielt rom - et erfaringsområde som verken er utenfor eller inni oss.⁷ I dette potensielle rommet er symbolisering mulig.

Når barnet leker og når den voksne skaper kunst lager vi et rom utenfor det dagligdagse. Det er en *alternativ væren*⁸ hvor vi forholder oss til verden på en ny måte. I kunst- og uttrykksterapi snakker man om å skape *det tredje*⁹ bildet, >>

fortellingen eller musikkstykket som hverken er utenfor oss selv eller inni oss selv.

Vår psykiske helse er avhengig av at vi bærer i oss det potensielle rommet hvor imaginasjonen er levende. Det er her vi finner mening og det er gjennom det vi kan knytte oss til andre. Mennesker som har vært utsatt for store påkjenninger kan i ettertid miste følelsen av mening med tilværelsen, tilliten til andre mennesker forsvinner sammen med evnen til symbolisering. Imaginasjonskraften er såret.

TRAUME

Vi kan gå ut i fra at mennesker som vokser opp i krigsområder kan ha blitt utsatt for gjentatte og vedvarende traumer uten noe fungerende støtteapparat til å ta seg av dem.

Mennesker som utsettes for traumatiske hendelser har reaksjoner man kjenner igjen fra ville dyr i naturen. I litteraturen betegnes dette som *fight flight freeze* –reaksjoner. Hvilken strategi man ubevisst velger, er automatisert ut fra situasjonen.

Peter Levine beskriver hvordan det limbiske system overtar styringen når vi er i livsfare. Men frystilstanden som er en beskyttelse i situasjonen, blir et hinder for livsutfoldelse seinere¹⁰. Finnes det mulighet til kamp eller flukt, kan man likevel være utsatt for posttraumatisk stresslidelse (PTSD)¹¹ hvis man ikke blir ivaretatt i etterkant av hendelsen.

Disse observasjonene bekreftes av undersøkelser som viser at frontallappens aktivitet reduseres og at aktiviteten i amygdala øker hos personer med PTSD.¹² Amygdala regnes for å være den eldste delen av hjernen og er knyttet opp mot overlevelse. Den lagrer minne om blant annet frykt og sinne og tar opp sansestimuli raskere enn frontallappen som på en annen måte vurderer og resonnerer situasjonen. Derfor kan man se at traumatiserte personer «overreager» selv om faresituasjonen for lengst er over.¹³

Traumatiske opplevelser ødelegger båndene mellom individet og samfunnet. Traumatet isolerer. Man kan gjenopprette tilliten til andre gjennom nye erfaringer. Herman beskriver derfor gruppeterapi som den mest effektive terapiform for traumatiserte.¹⁴

Samtidig er det vanskelig for traumatiserte å tåle gruppen. Skadene i forhold til andre mennesker kan synes for store.

FASETENKNING

Judith Herman etablerte en ny forståelse for traumebehandling på 90-tallet. Hun anbefaler behandling av traumatiske opplevelser i tre faser:¹⁵

Stabilisering er den første fasen og også den som tar lengst tid. Ved å oppmuntre den traumatiserte til å fortelle om hendelsen før trygghet er etablert kan man utsette vedkommende for *retraumatisering*. Dette er ikke veien ut av traume. Men å få kunnskap om normale reaksjoner etter traumatiske opplevelser er stabiliserende (psykoedukasjon). Øvelser som fokuserer på her-og-nå er stabiliserende. Derfor kan arbeid med kunst være viktig i denne fasen. Lek og kunst er nært beslektet. Både i kunsten og leken lager vi et rom rundt oss – *a field of play*. I dette rommet er vi *her og nå*. Winnicott beskriver terapirommet som et rom for lek: «Psykoterapien utføres i overlappingen mellom to lekeområder, pasientens og terapeutens. Hvis terapeuten ikke kan leke, eigner han sig ikke til dette arbeidet, hvis pasienten ikke kan leke, skal det gjøres noe for å sette pasienten i stand til å leke, hvorefter psykoterapien kan begynne. Grunnen til at leken er så viktig, er at det er i leken at pasienten er kreativ.»¹⁶

Det trengs spontanitet for å aktivisere kreativitet. Spontaniteten finnes i barnet vi har inne i oss og dette barnet må fødes på nytt og på nytt. Derfor er lek og humor viktig for å skape en atmosfære som gjør forandring mulig.

Bearbeiding er den andre fasen av traumebehandlingen. Denne fasen gir rom for fortelling om det man har vært utsatt for, minner, sorg, følelser og tanker. Historien kommer fram når det er nok trygghet og stabilitet rundt den enkelte og at han har fått en følelse av at han ikke er alene.

Integrering av traumehistorien er den siste delen av traumearbeidet og skal føre den traumatiserte tilbake til dagliglivet. Han må da hjelpes til aksept av sin egen historie – finne en mening i smerten.

Å gjennomgå disse fasene etter en traumatisk hendelse er viktig for den psykiske helsen uansett om man utvikler PTSD eller ikke. Et godt og ivaretagende miljø kan være stabiliserende nok for at man kan bearbeide og integrere den traumatiske hendelsen og unngå PTSD. Ny tenkning innen feltet beskriver ikke lenger disse fasene lineært, men faser som glir over i hverandre. Både i bearbeidings- og integreringsfasen kan det bli behov for stabilisering.

LIMINAL FASE

Enslige mindreårige flyktninger er ingen ensartet gruppe når vi ser på de personlige historiene, men felles for dem er at flukten er et resultat av kriser som innebærer brutte relasjoner. Ungdommene står i overgangen – liminalitet – mellom to verdener, den de har forlatt og den de skal lære å kjenne.

*Liminale faser*¹⁷ er en del av livet, vi møter det alle: fødsel,

død, flytting, søke ny jobb, ungdomstid og oppbrudd. Å være i på flukt eller bo på et asylmottak er å være i liminalitet. Å være i liminal fase for lenge er skadelig. Likevel ser vi at enslige mindreårige kan være opp til et og et halvt år på asylmottak.

Ritualer og rytmer i hverdagen er nødvendige rammer for liminalfasen. I alle kulturer blir det skapt ritualer for å tåle å være i liminalitet. Bryllup, gravøl, navnefester og konfirmasjon er rituelle overgangsmarkeringer som ser ut til å overleve i dagens sekulære samfunn. EM-ungdom opplever det utålelige – liminaliteten – uten ritualer, rammer og trygge omgivelser for å løses igjennom krisen.

Man kan si at EM-ungdom opplever en trippel liminalitet:

Overgang fra barn til voksen (livsfase)

Reisen – overgang fra et land til et annet (kulturtransitt)

Flukt – fra krig til fred (psykologisk transitt)

EKSILPSYKOLOGI

Å være i eksil betyr å ha brutt opp fra relasjoner på minst tre plan: fra nære relasjoner, fra den sosiale gruppen og fra kul-

turen. Vi vet at det kan ta flere generasjoner før bruddene er helet og nye relasjoner er skapt på alle plan.¹⁸

«Å være i eksil fra kroppen»¹⁹ er et presist uttrykk for hvordan mange flyktninger har det. Det de har opplevd er ikke til å bære. Derfor prøver de å distansere seg fra det. Evnen til å se muligheter, til kreativitet og læring blir kraftig redusert. Imaginasjonen er blitt såret og dermed også evnen til symbolisering.

Prosjektet «Kunst som forebyggende intervensjon» har hatt som mål å vise enslige mindreårige flyktninger veien tilbake til imaginasjonen.

KUNST- OG UTTRYKKSTERAPI

Kunst- og uttrykksterapi har sitt fundament i fenomenologien²⁰ og er en metode hvor man bruker alle kunstuttrykkene: bevegelse, bilde, skrijving, musikk, drama og samtale. Dvs verbale og ikke-verbale kommunikasjonsmetoder. Derfor kan man nærme seg den enkelte ungdoms behov uavhengig av språkkunnskaper.

Kunst og uttrykksterapi²¹

Kommunikasjonsmodell	Hensikt	Kan utvides til -	ved overgang til ny kunstform	Utvidet forståelse
<i>Tegning, maling og poesi</i>	<i>Individualisering</i>	<i>Sosialisering</i>	<i>Et kollektivt dikt, bildet osv</i>	<i>Å finne min plass i gruppen</i>
<i>Musikk</i>	<i>Sosialisering</i>	<i>Individualisering</i>	<i>Oppgaver alene</i>	<i>Hvordan vi kan forholde oss til hverandre</i>
<i>Dans</i>	<i>Koalisjon</i>	<i>Individualisering</i>	<i>Fokus gjennom f.eks miming</i>	<i>Hvem er jeg i gruppen</i>
<i>Drama</i>	<i>Interaksjon</i>	<i>Sosialisering</i>	<i>Fokus gjennom lyd, språk og bilde</i>	<i>Hvem er vi som gruppe</i>

>>

Vi etterstreber dynamiske overganger mellom de forskjellige kunstuttrykkene. Bevegelsene som gjøres i oppvarmingen har sammenheng med eventyret som fortelles like etterpå osv. Når kunstuttrykkene er godt vevet sammen oppnår man en dybde og intensitet i arbeidet som godt kan sammenliknes med barns lek som ofte er multimodal. (Når barn leker kan vi se dem tegne, synge og dramatisere samtidig.) Denne dybden og intensiteten av opplevelsen er en forutsetning for ny erkjennelse -krystallisasjon.

Kunst og uttrykksterapi er en terapiform hvor individet har mulighet til å trekke seg tilbake. Man er ikke eksponert for gruppens blikk hele tiden. Det at man går inn og ut av innadvendte og mer utadvendte aktiviteter gjør terapiformen spesielt egnet for grupper med traumeproblematikk.

Basisen for kunst og uttrykksgruppene med flyktning ungdom har vært:

Det trygge rommet som ble etablert gjennom den faste strukturen i møtene.

Struktur og rutiner er spesielt viktig for traumatiserte for å skape forutsigbarhet som igjen gir trygghet og tilhørighet. Først når dette er etablert er det mulig å komme i bevegelse, få nye perspektiver.

I kunst- og uttrykksterapi bruker man strukturene som terapeutiske ritualer som hjelper gruppemedlemmene i en overgangsfase. Trygghet skapes også ved tydelige gruppe-regler: Her er hver stemme unik. Respekt for den enkelte må stadig tematiseres. I gruppen kan det ligge mange motsetninger grunnet i kjønn, religion, og etnisitet.

Oppvarming: For å gjøre gruppen i stand til å ta imot, varmer vi opp, får kroppene i bevegelse. Stabiliseringsøvelser kan være leker, pusteøvelser, balanseøvelser, øvelser for å myke opp kroppen og bli bevisst at man har en kropp. Vi har mimet leker fra det fjerne barndomslandet for å minne kroppene på at det finnes et sted hvor latteren kommer fra magen.

Spontaniteten i leken motvirker angst. Det stabiliserende i leken er at den alltid er her og nå.

Å komme i bevegelse er fundamentalt i kunst og uttrykksterapi.

«Bevegelse er kroppens morsmål og selve livets grunnlag.» (Halprint²²)

Handling: Gjennom oppvarmingen har ungdommene blitt ledet inn i *the range of play*.²³ Ellen Levine kaller dette frihetsrommet for *et ildsted*.²⁴ Hun bruker dette som en metafor for den terapeutiske forvandlingen: Man må bygge et ildsted, man må tenne ilden og holde den ved like. Ildste-

det blir et trygt sted for forvandling i den grad stedet holdes av en leder som forstår alvoret og potensialet i dette stedet.

HISTORIEN OM HANA

Hana er fra Somalia. Da jeg traff henne første gang var hun 17 år, kledd i tradisjonelle klær og meget sint. Hun ville kjøres til skolen, hun ville ha datamaskin og halalkjøtt.

Etter hvert kom det fram at hun hadde store fysiske smerter etter å ha vært utsatt for omskjæring da hun var fem år. Det var her snakk om omskjæring av 3. grad: *«Delvis eller fullstendig fjerning av ytre genitalia, og gjensyng slik at vaginalåpningen forsnevres.»*²⁵

Den første intervensjonen som måtte gjøres var å få henne operert, men Hana ville ikke.

«Jeg er en ordentlig jente,» sa hun. Det foregikk en intens diskusjon mellom jenta, fastlegen og henne primærkontakt.

Mitt arbeid var å drive den ukentlige kunst og uttrykksgruppen på skolen med lek, fortelling og maling, i tillegg til en intern gruppe i bofellesskapet en gang i uka hvor ungdommene kunne komme og male. Kunstbøker lå framme. Noen bare bladde, så på bilder. Andre gikk rett på maleriet. Hana valgte et bilde av en blomst. Vi snakket aldri om hvorfor hun valgte blomsten. Vi bare jobbet med bildet. Vi forholdt oss fenomenologisk til overflaten i bildet. Diskusjonen om operasjonen var mellom Hana og hennes primærkontakt.

I atelieret kjempet Hana sin kamp uten ord. Da bildet var ferdig hadde hun bestemt seg. Hun valgte operasjon. Hva hadde skjedd? Var det bildet som hjalp Hana?

Hana gjorde et intuitivt valg. Hana tillot seg å gå inn i dette ordløse arbeidet som hjalp henne til å ta et viktig valg for å kunne begynne sitt nye liv i Norge som ung somalisk kvinne.

Og hva ble så hennes neste valg?

Hana er ingen intellektuell. Hennes valg er intuitive og spontane. Hun er nyoperert og sår og åpen – og ikke lenger en ærbar somalisk kvinne. Og hva velger hun for å lege sine sår, for å bli hel igjen? Hun velger krukken. Hun tegner krukker, hun maler krukker og hun former krukken i leire.



Selv om Hana på ingen måte er ordløs, tok det lang tid for henne å hente fram imaginære bilder i form av historier. Dette foregikk i den ukentlige kunst og uttryksgruppen på skolen. Gruppen besto av EM-ungdommer og unge voksne flyktninger bosatt i kommunen eller på asylmottaket. Timen med kunst foregikk på følgende måte:

Oppvarming: bevegelse, dans, lek, miming.

Fortelling: Når alle er godt oppvarmet, er det tid for å lytte. Stolene står i en krets på gulvet. Gruppen sitter tett sammen. For å formidle historiens bilder til disse ungdommene som har begrensede norskkunnskaper, må man ha blikkontakt, tone seg inn på deres språkunivers. Når noen blir fjerne i blikket, mister interessen fordi det blir for mange uforståelige ord, må det avklares, søke etter hjelp fra en i gruppen som kan hjelpe oss videre.

Ungdom som er vokst opp i krigsområder og har smertefulle brudd bak seg, har god grunn til å beskytte seg. De tåler ikke flere sår. Men dilemmaet deres er at de må åpne opp for å kunne leve videre, skape seg et nytt liv. Ved å gå veien om det allmenne, det som forener oss, gjøres veien farbar og mulig. Ungdom som har mistet mening og sammenheng trenger en kur for å opparbeide tillit. Kuren disse unge flyktningene har fått er eventyr.

EVENTYR SOM FORLØSER

Valg av eventyr er avgjørende i denne sammenhengen: Historien om Terje Vigen hjalp ungdommene til å sette bilde og ord på sine dramatiske båt historier og forvandle dem til heltereiser.

Askeladden og de gode hjelperne utløste et skred av fortellinger om askeladder både fra Irak og Eritrea – merkelige hjelpere dukket opp i ørkenen og i fjell langt fra norske skoger.

Historien om *Vasilisa og Baba Jaga* satte lys på styrken de måtte hente fram i møte med overveldende fare.

Felles for eventyrene er den ene som blir forstøtt, som kommer bort fra flokken sin og må igjennom voldsomme prøvelser for å finne en ny flokk, en prinsesse eller et nytt kongerike. At Askeladden gang på gang må inn i fjellet og i kamp med trollet forbauser ingen. Kongeriket må erobres og de mørke kreftene både inne og utenfor ham må overvinnes igjen og igjen.

I kunst og uttryksgruppene på skolen har det ikke vært rom for terapeutisk bearbeiding av de personlige historiene. Disse ungdommene har for det første ikke bedt om terapi! For det andre er en slik skolegruppe ikke stabil nok til å fungere som vitne til de dype personlige historiene.

Skolegruppen har mer hatt en funksjon som en stabilise-

rende gruppe, og historiefortelling har blitt brukt for å lage et rom som ikke er personlig, men allment. Likevel har fortellingen en dyp terapeutisk funksjon når den henter fram arketypen av den overgitte, den utstøtte, den forlatte. Fortellingen følger helten ned i underverdenen, tilkaller hjelpere og er vitne til transformasjon og oppstigning. Eventyrene tematiserer de dype menneskelige verdiene på et allment plan. Eventyret blir fortalt, aldri tolket, aldri snakket om. Ungdommene responderer på eventyret i samme mytiske språk og får på den måten hentet fram sine hjelpere og sin styrke.

Bilde: Etter å ha hørt fortelling, skal ungdommene male et av de bildene de får inni seg under fortellingen. For de fleste av ungdommene er muntlig fortelling en kjent situasjon. Å tegne og male bilder er derimot ganske ukjent.

Hva forteller Hana meg når hun uke etter uke maler det somaliske flagget som respons på fortelling? Gruppen har en samtale om det å finne fram indre bildene, leke med farge, pensel og papir for å se om et bilde dukket opp. Mange forteller at de ikke har bilder inni seg. De kan ikke se innover. Hanna er ikke den eneste som tegner flagg.

Skriving: I løpet av noen måneder utvikler gruppesamlingene seg til at ungdommene skriver en tekst med utgangspunkt i bildet de har malt. Skrivningen utvikler seg i takt med økende norskkunnskaper. Bilder og tekst blir presentert for gruppen ved slutten av hver sesjon.

Etter uker med det somaliske flagget (hvit stjerne på blå bunn) kommer et nytt bilde og den første teksten:

«*Dette er somaliske flagg. Hvit stjerne. Blå farge.*»



Noe er forandret! Det er ingen måne i de offisielle somaliske flagget. Men månen viser at det dukker opp noe nytt fra hennes indre som krever plass i bildet.

Men jeg ser vi trenger hjelp. Eventyrene er ikke nok.

Jeg tar med meg kunstbøker – kunstkalendere og kunstkort. Ungdommene blar i bøker, ser og velger. Hana gjør sitt

>>

valg i en kunstkalendar, maler og skriver to linjer - så nær en fenomenologisk tekst man kan komme. Bildet har truffet henne. Hun tillater seg å lengte til noe som var og som kanskje er langt bortenfor det somaliske flagget.

«Dette er mars. Forsjele(forskjellige) fjell og gjerde i Somalia også mange farger. Blå hvite grønn, gull, rød rosa svart og lilla. Dette er solnedgang»



Så møter Hana Picasso – i en bok med Picassos bilder finner hun en fugl og tegner en kopi. Denne fuglen hjelper



Hana med den først lille historien på norsk:

«Dette er en fugl som heter dua. Den fuglene er velde fint. Jeg liker den fuglene fordi det var en gang jeg og kjæreste min vi sitter sammen ute. Det var fint vær. Vi kysset og klemte hverandre også kommer hvite den dua. Vi var veldig glad. Fordi fuglene singer. Jeg savner den fugl.»

Hva er det som skjer i overgangen mellom bildet og teksten? Picassos bilde nøyaktig kopiert fra en kunstbok fremkaller et indre bilde hos Hana: hun og kjæresten omgitt av fred og fryd.

Vi ser også en overgang inne i teksten. Fra en fenomenologisk fortellende stil forandrer teksten seg i siste setning til poesi:

Hana har gjennom malingens meditasjon åpnet seg og inviterer bildet inn. Hun slipper også ordene inn, de norske ordbildene, leker med dem. Prøver dem og skaper nye bilder.

Samtale: ungdommene viser bildene for hverandre og forteller det som dukket opp under malingen. Man kunne tro at ungdommene ville fortelle grusomme krigshistorier når de først begynte å fortelle. Det viser seg at historiene som kommer fram, er mer i slekt med eventyrene enn med krigsjournalistikk. Ungdommene forteller fabler, kjærlighetshistorier og fortellinger med høy moral. De skriver dikt, drømmer og heltehistorier.

Den nye tryggheten og lekenheten som gruppen gir dem, flytter inn i språket og blir til poetisk erkjennelse.

Bildet Hana maler etter at hun har hørt skapelseslegenden (gjengitt i begynnelsen av denne artikkelen) er et



gjennombrudd. Hva har skjedd med det somaliske flagget? Stjernene har eksplodert i et stjernehav. Månen er i ne. Mellom det første bildet av det somaliske flagget og dette arbeidet ligger det måneder av intens jobbing på mange plan. Hana går på skole og arbeidstrening. Hun går på treningssenteret i treningstøy, men med hijab. Hana har i tillegg lært å svømme og sykle!

I kunst og uttrykksgruppa har vi hele året arbeidet med bevegelse, lek, fortellinger, bilder og tekst. I de intermodale overgangene fra bevegelse til eventyr, fra eventyr til bilde og tekst har muligheter som bare hadde vært til stede som et håp, eller et frø, nå foldet seg ut i blomst.

Her er Hanas svar på skapelsesberetningen:

«Det er kald vinter. Det er mørk. Jeg er helt alene. Jeg ser måne. Plutselig jeg ser det er en mann i måne. Mannen kommer ut fra måne-langsomt. Langsomt han kommer ned mot meg. Han er veldig vakker. Utrolig vakker! Jeg besvimer fordi den mann er så vakker. Plutselig han kysser meg og jeg våkner. Det blir kjærlighet. Vi gifter oss.»

Jubelen står i taket når Hana leser historien sin. Hver enkelt ungdom har hatt sin reise uttrykt i tekst og bilder. Jubelen over nettopp denne historien er jubelen over forvandlingen. Ungdommene er vitner til Hanas forvandling og tar imot henne.

FANT IMAGINASJONEN

Fortellingen om Hana slutter ikke her, men dette er så langt jeg følger henne i denne artikkelen.

Hanas egne ressurser, hennes egen søken etter de riktige metaforer for å føle seg hel har vært en viktig læring for meg som terapeut.

Arbeidet har også vist en vei tilbake til imaginasjonen. Hjemlandets flagg ble båret som en fane for å fortelle om forlattheten i et flyktningeliv. Både hjemland og familie er borte, det eneste vi har er flagget. For å finne tilbake til historiene bak flagget fikk Hana og hennes medelever en kur bestående av kunst og eventyr. Sentralt her er fortellingene hvor den

forlatte flyktningen er helten. Gradvis kom de indre bildene og fortellerstemmene tilbake. Imaginasjonen ble gjenerobret!

I løpet av de tre årene prosjektet har vart, har det skjedd store forandringer i bofellesskapene. Ungdommene er blitt mer sosiale. Det er lettere å samle dem i fellesrommene. De har mer besøk av venner enn før.

Ungdommenes psykiske helse har hatt en markant bedring. Dette viser seg i et fravær av henvisninger til Barne- og Ungdomspsykiatrisk Poliklinikk (BUP). Det har heller ikke vært noen psykiatriske akuttinnleggelser på tre år.

Hana er en ung kvinne med sin personlige historie, men hun er også representant for en voksende gruppe medborgere som har sin bakgrunn i krig og terror. Det er et sterkt ønske fra myndighetene at flyktninger skal integreres og en tilsvarende bekymring for den voksende gruppen som faller utenfor.

Når man vet hva krig og terror gjør med mennesker i forhold til grunnleggende tema som tilknytning, tillit, læring, arbeid og helse, er det god grunn til å løfte hver stein for å se nærmere på metoder utenfor det tradisjonelle terapirommet. En variant av kunst og uttrykksterapi som beskrevet i denne artikkelen lar seg lett overføre til introduksjonsprogrammet, til skoleverket, barnevernet eller helsestasjoner og kan møte flyktningene der hvor de er – som et lavterskeltilbud som styrker og bygger opp det psykiske immunforsvaret.

Hver kunstform har sine egenskaper og fremmer forskjellige sider i mennesket:²⁶

Kommunikasjonsmodell	Hensikt	Kan utvides til -	ved overgang til ny kunstform	Utvidet forståelse
Tegning, maling og poesi	Individualisering	Sosialisering	Et kollektivt dikt, bildet osv	Å finne min plass i gruppen
Musikk	Sosialisering	Individualisering	Oppgaver alene	Hvordan vi kan forholde oss til hverandre
Dans	Koalisjon	Individualisering	Fokus gjennom f.eks miming	Hvem er jeg i gruppen
Drama	Interaksjon	Sosialisering	Fokus gjennom lyd, språk og bilde	Hvem er vi som gruppe

>>

KILDER

1. Schwartz s.335
2. Hinsch
3. Eide, Kap. 4
4. Støren
5. Winnicott kap.s
6. Stern s.219
7. Winnicott, s.77
8. Knill, s.81
9. Knill, s.85
10. Levine P, side 13
11. ICD10 side 146
12. Dalsgaard Axselsen & Wessel s.65
13. Blindheim(2012) og Herdener(2008)
14. Herman, s.214
15. Herman, Kap 8
16. Winnicott s.94
17. van Gennep kap.10
18. Varvin del III
19. Meyer (2005) s.241, og PhD 2007, s.126
20. Merleau-Ponty. S 376
21. Meyer 1988
22. Halprint
23. Knill, s.78-9
24. Levine, E. del 2
25. Statens helsetilsyn s.11
26. Meyer 1988

LITTERATUR

Blindheim, A: *Ettervirkninger av traumatiserende hendelser i barndom og oppvekst.* – Artikkel i: Bedre beskyttelse av barns utvikling. Regneringen.no - NOU(2012)

Eide, K: *Barn på flukt. Psykososialt arbeid med enslige mindreårige flyktninger.* Gyldendal Akademisk. 2012

Dalsgaard Axelsen E & Wessel E: *Den traumatiserte hukommelse.* Artikkel i: Dissosiasjon og relasjonstraumer. Anstorp, T. Benum, K. Jakobsen, M.(Red) Universitetsforlaget. 2006

Halprint, Daria: *Living artfully. Movements as an integrative process.* Artikkel i: Foundations of Expressive Arts Therapy. Levine and Levine (red). London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers. 2005

Herdener M. - Lehmann C. - Esposito F. - di Salle F. - Federspiel A. - Bach D.R. - Scheffle K. - Seifritz E. *Brain responses to auditory and visual stimulus offset: Shared representations of temporal edges - Human Brain Mapping.* Vol.30-2009. 2008

Herman, J.L: *Trauma and recovery.* Basic Books. New York. 2009

Hinsch, M: *Kunst som forebyggende intervensjon.* Prosjektrapport Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering. 2011

ICD10: Den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og beslektede helseproblemer. Helsedirektoratet. 2011

Knill, P: *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy. Toward a Therapeutic Aesthetics,* medforfattere: S.K.Levine og E.G. Levine - Jessica Kingsley Publishers. 2005

Levine, E: *Tending the Fire, Studies in Art, Therapy and Creativity.* E.G.S.Press. 2003

Levine, P: *Waking the Tiger. Healing the Trauma.* North Atlantic Books. 1997

Merleau-Ponty: *Phenology of perception.* Routledge Classics. London. 2005

Meyer, M.A: *Ingen forandring uten handling.* Tidsskrift for Norsk psykologforening nr 25 s. 604-601. 1988

Meyer, M. A: *In Exile from the body.*

Artikkel i: Principles and Practice of Expressive arts Therapy. Knill, Levine and Levine. (red) London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers. s.241-255. 2005

Meyer, M.A: *I eksil fra kroppen.* (film) NIKUT. 1996

Meyer, M.A: *Repatriation and testimony.* PhD thesis. NKVTS. 2007

Schwartz, H: *Tree of Souls – The Mythology of Judaism.* Oxford University Press. 2004

Statens helsetilsyn: *Veileder for helsepersonell i Norge om kvinnelig omskjæring* IK-2723. 2000.

Stern, D : *Spedbarnets interpersonlige verden.* Gyldendal. 2003

Støren, L.A: *Nye tall om ungdom.*

Minoritetslever i videregående opplæring. Tidsskrift for ungdomsforskning nr.2 2002

van Gennep, A: *The Rites of Passage,* Routledge Library Books. 1960

Varvin, S: *Flukt og eksil.*

Universitetsforlaget. 2003

Winnicott, D: *Leg og virkelighet* København: Hans Reitzlers forlag. 2003