

## **VIDAREUTBILDNING I BILDTERAPI**

*Mia Östlin 2008-08-29*

Mitt val att gå arbetsterapeututbildningen 1975-78 grundades i en önskan att arbeta med människors kreativitet. Jag kom då i kontakt med Jan Thomaeus som var den förste bildterapeuten i Sverige och jag började måla hos honom. Gick 1977-78 i bildgrupp hos Margot Ekelund (numera hedersmedlem i Svenska bildterapi-föreningen) och initiativtagare till den 20-poängsutbildning i bildterapi som fortfarande finns på Stockholms universitet. 1980 började jag arbeta med bildgrupper för olika typer av patienter på psykiatriska kliniken vid Danderyds sjukhus. 1991 gick jag bildterapiutbildningen på Stockholms universitet. Arbetade sedan på Tranebergs psykiatriska mottagning, med bildterapi i grupp 1992-97 under bildterapihandledning av Hans Fredlund (bildterapeut och konstnär). 2002-2005 skaffade jag mig, i samband med Steg II-utbildning i KBT, erfarenhet av kognitiv bildterapi (75 timmar) och skrev min uppsats om bildskapande i kognitiv psykoterapi. Från år 2000 – 2008 var jag på Lidingö psykiatriska mottagning, och jobbade både med bildgrupper och individuella bildterapi. Från 2002 och fortfarande arbetar jag med hjälp av kognitiv bildterapihandledning hos Ragna Sylwan (leg. psykoterapeut och även hon en av pionjerna inom svensk bildterapi).

Bildarbetet har för mig alltmer utvecklats till en integrerad del av KBT och Schematerapi; två terapiformer som erbjuder olika möjligheter till lekfullhet och metaforiskt språk. För den som vill prova ett bildterapeutiskt arbetssätt berikas båda terapiformerna av bildskapandet. Fördelen med bilden i förhållande till t ex visualiseringar och rollspel är dels att det händer något nytt i själva bildprocessen, dels att bilden finns kvar att återvända till, man kan se på en serie bilder och upptäcka något nytt i helheten. I en ren bildterapi får själva bildprocessen strukturera terapin och KBT-tekniker läggs till vid behov.