

SYMBOLDRAMA (Guided Affective Imagery)

Hvad sker der i en symboldramaterapi? Hvad er det helbredende ved metoden?

Mange metoder anvender indre billeder, fantasier og drømme, men måden man forholder sig til dem på, er forskellige. Terapiformen er en slags styret dagdrøm, hvor klienten associerer frit og fremkalder forestillingsbilleder ud fra nogle faste grundmotiver, der består af et antal "landskabs-scener". Symboldrama er således en systematiseret visualiseringsteknik, der tager udgangspunkt i det ubevidste gennem dialog med terapeuten.

I Hanscarl Leuners den tyske psykiater var den som "opfandt" og begynde at anvende Leuner Symboldrama i 1950'erne. Det det centrale i denne metode (symboldrama) er selve billedoplevelsen. "Guided Affective Imagery" og "Katathymes Bilderleben" er de forskellige betegnelser for symboldrama-metoden.

Med terapeuten som ledsager foretager klienten en vandring i sit indre landskab. Den indre forestillingsverden udforskes og udspiller sig som en drøm i vågen tilstand. Klienten forestiller sig et motiv som i begyndelsen foreslås af terapeuten.

I dramaet gestalter klientens indre billeder det som er aktuelt at arbejde med, og under dramaet fortæller klienten sine oplevelser til terapeuten, som hjælp til at bearbejde oplevelserne maler klienten et billede - oftest derhjemme.

Og klientens billede og billedoplevelsen fra dramaet bliver så udgangspunkt for den samtale klient og terapeut fører. I symboldrama bliver billederne så tydelige at tolkningen ofte giver sig selv for klienten.

Pointen er altså at den bevidstgørelse man efterstræber i terapi, i denne metode for en stor del kan overlades til klientens egen erkendelsesproces gennem oplevelserne af symboldramaerne og processen omkring skabelsen af de fysiske billeder som klienten maler.

På et symbolsk plan møder klienten sine konflikter og oplever nye måder at kunne håndtere dem på. Men det drejer sig ikke kun om konflikter og løsning af disse. Et vigtigt aspekt ved symboldrama er at opdage og komme i kontakt med egne ressourcer og kreativitet, og ifølge mange teoretikere fra Winnicott til Rollo May er det kun ved at være *kreativ* at individet kan finde sin identitet. Desuden foregår symboldrama-terapi i en mere regredieret tilstand end almindelig samtaleterapi gør. Terapeutens rolle er at være støttende, så oplevelsen bliver mulig.