



Foto: Åsa Viklund

Dockteatern som terapeutiskt verktyg

– en helgworkshop på jungiansk grund

Mytiska väsen och förtrollande sagofigurer. Vem hade kunnat ana att dockorna med så enkla medel kunde bli så djupt personliga och uttrycksfulla? Med varsam men bestämd hand blev vi steg för steg ledda till att redan första workshopdagen skapa grunden – dockans huvud. Detta av ingen mindre än Hedi Perriard-Maire, en jungianskt skolad psykolog och barnpsykoterapeut från Schweiz.

Men allra först fick vi pröva på *aktiv imagination*, en slags guidad visualisering för att landa i nuet och komma i kontakt med vårt omedvetna. Detta är en metod utvecklad av den tyske psykiatern Carl Gustav Jung (1875-1961). Andra jungianska begrepp som nämndes var Jaget, det personligt omedvetna, det kollektiva omedvetna, själens självläkningssystem och *arketyper*. Arketyperna är en form av kollektiva urbilder som vi alla bär inom oss. De är upphovet till de symboler vi möter i sagor, myter, drömmar och kreativt skapande. Här ingår de dockor vi skapar från djupet av vårt inre.

Teori och praktik varvades under helgen och även andra för området relevanta terapeutiska grundbegrepp beskrevs. Ett exempel på detta är den engelske psykoanalytikern Donald Winnicotts tankar om om det lilla barnets *övergångsobjekt*, exempelvis gosedjuret, dockan eller snuttefilten. Objektet är ett stöd för barnet i dess nödvändiga frigörelseprocess från modern och utgör en förlängning av symbiosen mellan mor och barn. Det underlättar för barnet att inte översvallas av ensamhetskänslor och blir till en representation av modern som barnet kontrollerar. Detta övergångsobjekt existerar i samma *övergångsområde* som barns lek och utövandet av konstnärliga terapier. Här utgör terapeutisk dockteater ett alldeles ypperligt exempel. Övergångsområdet återfinns i gränslandet mellan det inre och det yttre, mellan jag och icke-jag, därigenom har det en

kreativ potential som kan fungera omstrukturerande och läkande.

Dockan som symbol hamnade också den i fokus under helgen, som mångfascetterad meningsbärare både personligt och universellt. Symbolspråket kan genom att ses som en spegel av barnets själsliga landskap bidra till värdefull kunskap om barnets inre liv. Detta vare sig det sker genom spontan eller strukturerad lek. Man kan som terapeut ha olika funktioner i dockspelet, exempelvis assisterande, observerande eller mer aktivt som sufflör eller alterego. Dockorna kan ha olika funktioner som t ex kompensationsdockor, protektionsdockor och identifikationsdockor. *Kompensationsdockorna* fylls av egenskaper som barnet själv saknar men önskar att det hade. Exempelvis kan ett blygt barn spela en extrovert karaktär. *Protektionsdockorna* skapar trygghet för barnet genom att på olika sätt beskydda det, exempelvis i form av en polis eller ett lejon. Genom *identifikationsdockorna* kan barnet uppleva igenkänning då det spelar en orättvist behandlad styvdotter eller en modig hjälte som genomlevt stora svårigheter.

Hedi beskriver värdet av såväl fasta ramar som ett tryggt, tillåtande klimat när hon arbetar med sina barn. Hon träffar alltid föräldrarna först och sedan barnen ett antal gånger för kartläggning och utredning. Dockan kan här bli en hjälp i kontaktskapandet och en bro till barnets inre. Dockan kan liksom bildskapandet användas i diagnostiskt syfte, för att undersöka barnets försvars- och utvecklingsnivå. I terapituationerna är det enligt Hedi av största vikt att man som barnets medspelare inte agerar moraliserande vuxen med sin docka, utan snarare då som kompis. Barnen hon arbetar med kan vara från 3 år gamla och de ses under alltifrån 1 till 5 år ca 1 gång i veckan. Barnen får skapa sina egna dockor att spela med, men också använda sig av Hedis 60-tal dockor som redan finns i rummet. Grundprincipen är att *barnet väljer ut två människofigurer och ett djur*. Terapeuten spelar den ena figuren och djuret, barnet spelar den andra figuren och regisserar. Därtill väljer barnet 3 till 4 saker som rekvisita. Inledning och avslutning markeras tydligt - som de viktiga ritualer de är - exempelvis genom användandet av en sk mindfulness bell (buddistisk).

Den beskrivna modellen är utarbetad av Käthy Wüthrich, en schweizisk terapeut och författare som före sin bortgång för några år sedan gjort sig känd för sina utbildningar i terapeutisk dockteater. Vi fick pröva detta sätt att arbeta och fick se den mångfald uttryck som det kan skapa. Vi fick därtill en försmak av hur oerhört komplicerat det är att som terapeut befinna sig i flera roller samtidigt, när man därutöver ska agera med två handdockor. Detta till trots var deltagarna överlag mycket nöjda med helgen. Vi riktar ett stort tack till UNIMA som arrangerade denna minnesvärda helg! Tack också till Symbolföreningen för ett fint samarbete. Vi ser gärna att helgen går i repris.

Text: Åsa Viklund, socionom, symbolterapeut, aktiv inom dockteaterföreningen UNIMA Sverige samt Commission EDT (Education, Development and Therapy) i internationella UNIMA.