

Kunstterapi i behandling av spiseforstyrrelser

Rollespill og andre kreative øvelser bidrar til å åpne kommunikasjonen mellom unge voksne med spiseforstyrrelser og deres familier.

En god metafor på spiseforstyrrelser er «Den uinviterte gjesten». Den kommer snikende inn. Først tar den gradvis kontrollen over livet til den som har en spiseforstyrrelse. Deretter invaderer den familien, som etter hvert begynner å gå «på tå hev» av frykt for å si eller gjøre noe galt som forverrer situasjonen. Etter hvert blir hele familiens liv som en «runddans» rundt spiseforstyrrelsen.

Fortvilelse skaper avstand

Når vi forteller om dette i våre multifamiliegrupper kjenner familiene seg igjen. Å leve i en slik presset situasjon gjør noe med kommunikasjonen og samhandlingen i familien. I en tilstand av fortvilelse er ikke alt som blir sagt like hensiktsmessig. I stedet for å åpne opp for og prøve å forstå hverandre, lukker kommunikasjonen seg, og avstanden blir større. Utsagn

«Jentene har blitt mer selvstendige, flyttet hjemmefra, tatt opp studier eller begynt i jobb igjen.»

som er ment som støtte og oppmuntning, blir ofte mistolket. «Du som har slik en sterk vilje, det er da vel bare å bestemme seg for å spise». En slik uttalelse fra en nær person kan medføre at de blir sinte eller lei seg og føler seg

misforstått. De kan gi opp forsøket på å forklare seg til omverdenen, trekker seg unna, og kan tenke at «det nytter ikke allikevel». Kommunikasjonen «låser seg».

Kreativitet åpner opp

Ved Regionalt senter for spiseforstyrrelser ved Nordlandssykehuset i Bodø, jobber vi kreativt med grupper bestående av flere familier som alle har et medlem med spiseforstyrrelse. Der den vante kommunikasjonen har kjørt seg fast, ser vi at rollespill og kunstuttrykk gir familiemedlemmene nye innsikter og måter å se hverandre på.

Konstant indre ambivalens

I tillegg til kommunikasjonen med de rundt seg, lever en person med spiseforstyrrelse vanligvis i en tilstand av konstant indre ambivalens. En dialog mellom den rasjonelle og den spisefor-

styrrede siden er stort sett hele tiden til stede.

For å hjelpe familiene til å forstå hva som skjer i en person som har en spiseforstyrrelse, setter vi opp en situasjon fra et måltid ved hjelp av et rollespill.

Å forstå den andre – et rollespill

En stol settes i midten. Der sitter den som er i rollen som den som har en spiseforstyrrelse. På hver side av denne - litt bak skuldrene - settes stoler som representerer den «friske stemmen» på den ene siden, og «den spiseforstyrrede stemmen» på den andre. Rett foran plasseres en stol som representerer den som prøver å oppmuntre til spising.

Terapeutene går inn i de ulike rollene og «fyrer løs» med replikker som de tror er riktige. Dette vekker vanligvis et gryende engasjement hos jentene (de fleste av de vi følger opp med spiseforstyrrelser er jenter). Enkelte kan våge seg frampå og be om å få supplere de ulike stemmene, da terapeutene ikke har fått med alt. Behovet for å få frem at det kan være ulikt fra person til person er viktig for dem.

Rollespillets virkning

Deretter oppfordres familiemedlemmer til å komme og sitte i stolen i midten for å oppleve å være i rollen som spiseforstyrret. Familiemedlemmer som tør å prøve seg i denne rollen gir uttrykk for at de opplever det forferdelig å bli bombardert av slike kraftfulle og ulike budskap samtidig. Det hendte en gang at en far reiste seg brått og løp ut av situasjonen.

De i utgangspunktet skeptiske og vegrende jentene kan plutselig endre innstilling, og bli engasjert og delak-

