

KNUDREDE LIV KRÆVER KREATIVE LØSNINGER

**Louise Duus,
musikterapeut cand.mag og diplom
kunstterapeut**

**Maja Frommelt,
musikterapeut cand.mag. og krops-
traume terapeut**

**Louise Duus og
Maja Frommelt,
Musik-, krops- og kunstterapi
KABS Stjernevang, København**

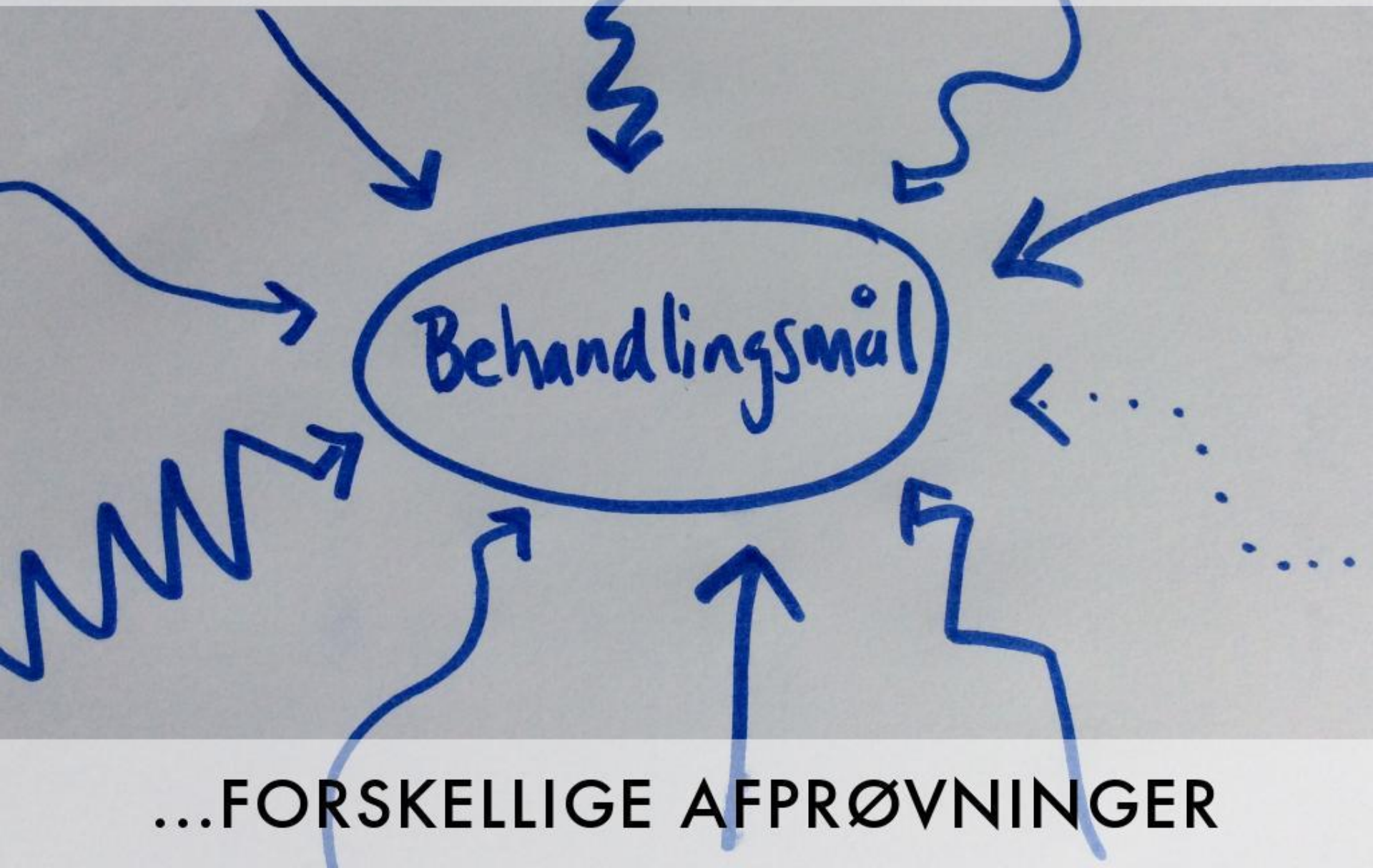




**KABS Stjernevang:
Ambulant dobbeltdiagnose behandling
Tværfagligt ud fra den enkeltes behov**



OPLEVELSESORIENTERET ?!



...FORSKELLIGE AFPRØVNINGER



SELVREGULERING

DEN SVÆRE KUNST AT HOLDE BALANGEN UDEN ALKOHOL OG STOFFER



Når vi er misbrugere
mangler vi forventningen
om at blive mødt og
reguleret i kontakt, i
stedet for i alkohol og
stoffer.



Alkohol og stoffers
funktion:

“En legal pause”

“En lille ferie”

JEG RYGER JOINTS I MIN SOFA



KRIGEREN BLIVER TIL KARKLUDEN

FORTID

Det var hygge at vågne - for min ven var der. Hun kunne altid gøre mig glad, det var hvad hun gjorde ved mig, det var grunden til at hver dag blev overskuelig. Men så en dag var hun væk.

NUTID

Det var godt at vågne - for nu er jeg fri. Styrer selv mit eget liv - vælger nu selv min lyst - og omgangskreds.

Livet er lyst og følelser vender tilbage dag for dag...



Hvordan gør man sig fri af misbrug?



Et liv med misbrug



Et liv uden misbrug



TRÆNE OPMÆRKSOMHED

HOLDE FOKUS PÅ EGNE MÅL

HOLD UD OG HOLD FAST
Det er mig der bestemmer



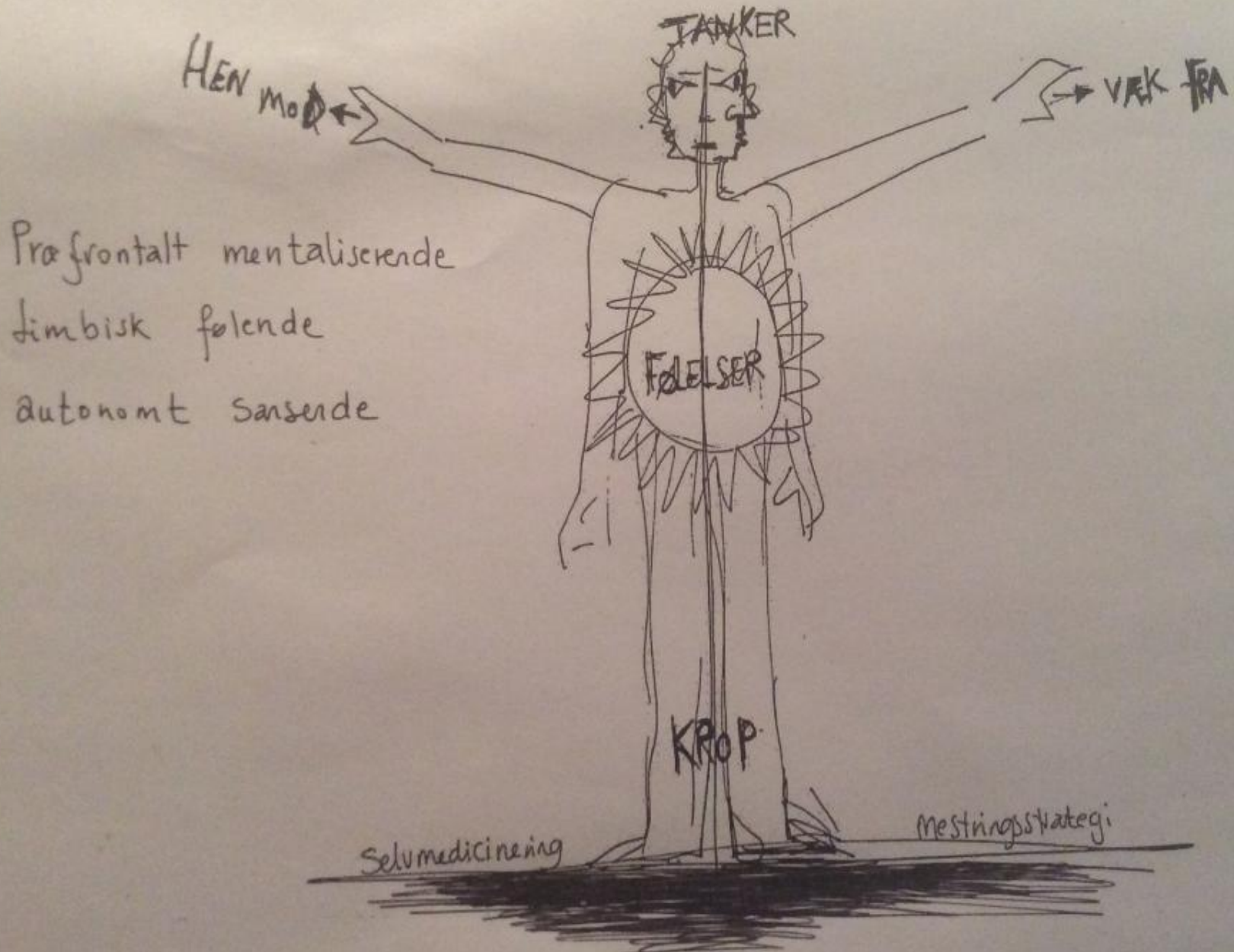
KUNST ER EN RESSOURCE
...sange vækker genkendelse



**HVAD KAN JEG GØRE I STEDET FOR AT TAGE STOFFER?
AFPRØVE I BEHANDLING OG BRUGE DET DERHJEMME**



Lære at balancere med tilstandene



Vi skal genskabe
forventningen om at vi kan
blive mødt og gensidigt
reguleret gennem kontakt,
istedet for gennem alkohol
og stoffer.

KAMP ELLER DANS



...dialogen mellem nye og gamle vaner

VÆRE MED FØLELSERNE



NYE ERFARINGER MED AT TILLADE TILSTANDE

FINDE MOD TIL AT UDFORSKE



...NYE MÅDER AT VÆRE MENNESKE PÅ



AT GIVE UDEN AT HAVE NOGET AT GIVE AF



KROPPEN ER ET HUS FOR MINE TILSTANDE

SANSE KROPPEN

A close-up photograph of two hands clasped together in a firm grip. The hands are positioned centrally, with fingers interlaced. The person on the left is wearing a red and dark blue striped long-sleeved shirt, and the person on the right is wearing a bright red long-sleeved shirt. The background is slightly out of focus, showing a grey door, a black chair, and a bed with a grey pillow and dark blanket.

HER ER JEG - I KONTAKT MED MIG SELV OG EN ANDEN

A photograph showing two individuals sitting back-to-back on a dark surface, likely a table. The person on the left is wearing a dark blue long-sleeved shirt with thin red horizontal stripes. The person on the right is wearing a bright red long-sleeved shirt with a ruffled collar. The background is slightly out of focus, showing a grey surface and some equipment. Large white text is overlaid on the image.

MÆRKE

...AT DER ER NOGET DER HOLDER

A person wearing a red long-sleeved shirt is performing a massage on a person lying on their back. The person being massaged is wearing a dark blue and red striped long-sleeved shirt and dark pants. The masseur's hands are placed on the lower back and hip area of the client. The client's head is resting on a black surface, and their eyes are closed. The background is a plain, light-colored wall.

**“Jeg vidste ikke at jeg
kunne være så
afslappet.
Det her virker bedre
end hash”**

MUSIKKEN SOM CONTAINER FOR FØLELSER



AT BLIVE MØDT I TRISTHED OG ENSOMHED



Øve det at kommunikere

At lytte, tage initiativ, følge og svare

<https://www.youtube.com/watch?v=WyT44MLavQY>

AT RÅBE PÅ BJERGET



ERFARING MED AT FÅ PLADS TIL AT VÆRE MED FØLELSER

A photograph of a group of people hugging in a circle at an outdoor event. The people are seen from behind, with their arms around each other. One person in the center has a tattoo on their left arm. The background shows a chain-link fence, a blue building, and other people in the distance. The text 'SAMHØRIGHED' is overlaid in large white letters across the middle of the image.

SAMHØRIGHED

REGULERING AF NERVESYSTEMET GENNEM KONTAKT



KUNSTTERAPI

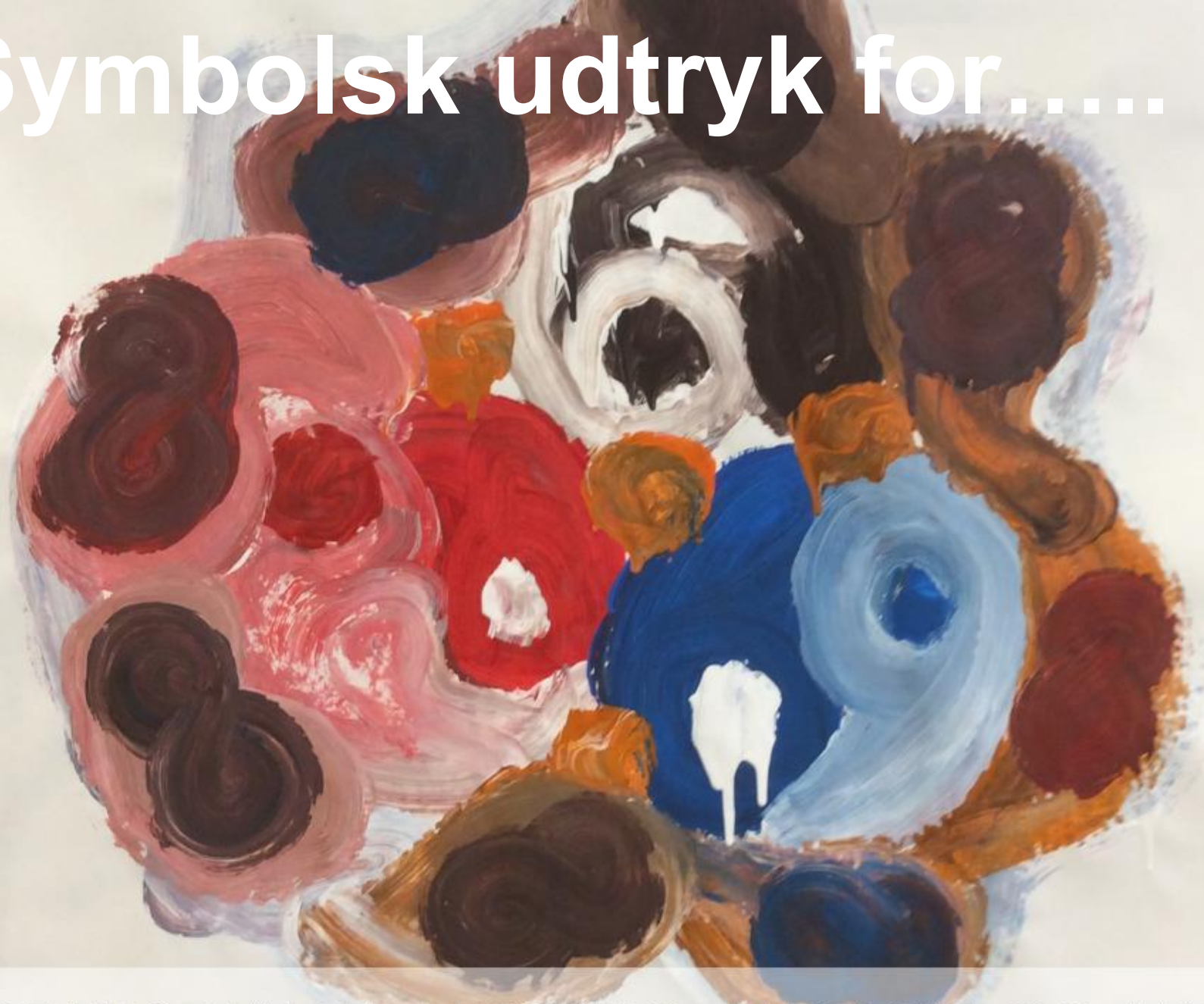
GIV DET INDRE ET YDRE UDTRYK, SÅ MAN IKKE SKAL BÆRE DET ALENE



Umiddelbar regulering

Udtryk for en tilstand

Symbolisk udtryk for.....

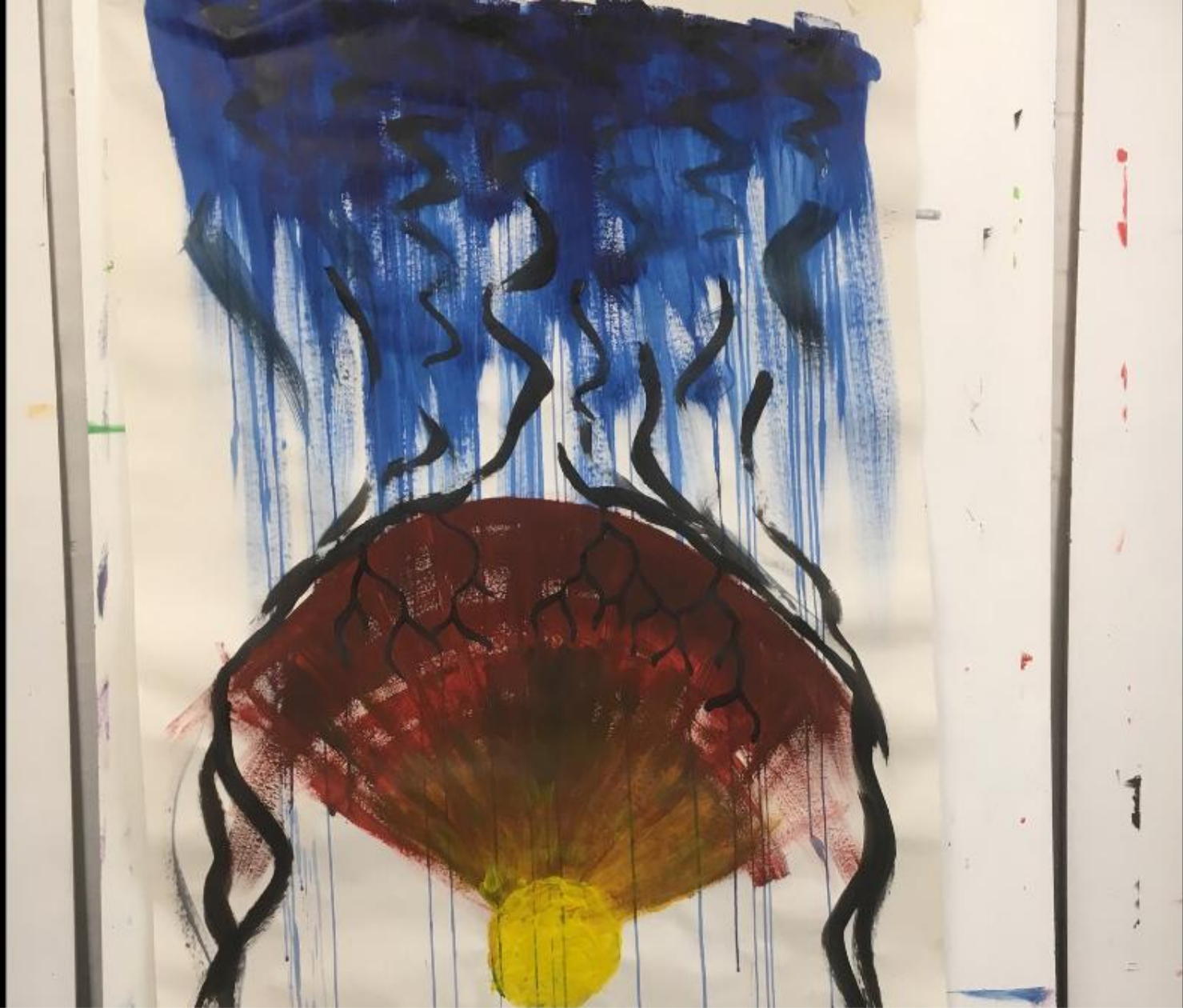


TRE TILSTANDE: MISBRUG, MEDICIN OG MIG

An abstract painting featuring four vertical stripes of color: blue, red, black, and yellow. The stripes are thick and textured, with visible brushstrokes. The background is a dark, almost black, color. The painting is set against a light grey background.

FRA FORTID TIL NUTID

DET SVÆRE LIV UDEN MISBRUG



MIT LIV BAG SKJOLDET



UNDERSØGE IDENTITET - HVEM ER JEG?



SELVPORTRÆT MED RESSOURCER OG UDFORDRINGER



FUNGERE UDENPÅ - SKRIGENDE BARN INDENI

AT LEVE MINE DRØMME

The background is a vibrant, abstract painting composed of thick, expressive brushstrokes in various colors including blue, green, yellow, orange, pink, and purple. The colors are layered and blended, creating a sense of depth and movement. In the lower right quadrant, a small, black silhouette of a person stands on a dark, horizontal ledge or platform, looking out towards the colorful background.

...LIGE PÅ VIPPEN

MUSIK-, KROPS- OG KUNSTTERAPI:

- Du er skabende og aktiv
- Du får sansede erfaringer
- Problemer OG ressourcer
- Kroppen som hus for tilstandene
- Musik som container for følelser
- Kunst - gør det indre, synligt i det ydre
- Du opdager at kontakt er muligt

A person wearing a grey hoodie and dark pants is balancing on a ledge. The background is a bright, hazy landscape with mountains in the distance. The person's arms are outstretched for balance, and they are wearing dark sneakers with white laces and soles.

SELVREGULERING

HOLDE BALANCEN UDEN ALKOHOL OG STOFFER



KABS ANBEFALER:

- Integreret behandling af misbrug og psykiske lidelser
- Udgangspunkt i borgerens behov og ønsker
- Flexibilitet og kreativitet
- Tid til at skabe forandring



**Fantasi og nytænkning
Rummelighed og
tilgængelig
Troværdighed**