

Bruker hund i terapi

Gestaltterapeut MNGF, Christina Mjellem, har etablert praksisen sin i Son og får hjelp av pinceren Ruffen i samtaler med mennesker.

SON: Gestaltterapi er en retning innen den humanistiske psykologien i følge Norsk Gestaltinstitutt AS. Mjellem bruker ikke diagnoser når hun hjelper pasienter, men legger særlig vekt på kommunikasjon.

– Her skal du komme som et menneske og bli tatt på alvor uten å bli satt i noen bås, sier Christina.

En empatisk hund

Hunden Ruffen er med under behandlingen og bruker sansene sine for å fange opp det som skjer i rommet.

– Han er som et barometer. Av og til gjør jeg og pasienten et eksperiment, da hender det han bryter inn for å stoppe oss. Det betyr gjerne at han har fanget opp at eksperimentet er tilstrekkelig og at vi ikke trenger gå videre, forklarer Mjellem.

Hun forteller at Ruffen reagerer dersom noen er triste og gråter, og at han setter seg ved siden av vedkommende eller legger en pote på skulderen til pasienten.

– For pasienter som går og grubler og tenker for mye, har vi brukt berøring med Ruffen for å få kontakt med hendene.

Egen erfaring

En del av terapien går ut på å lære å ha fokus og tilstedevæ-

relse i det som gjøres og å ha kontakt med kroppen sin.

Christina var ferdig utdannet ved Høyskolen Norsk Gestaltinstitutt i 2012 og tar nå i tillegg faget Dyreassisterte Intervensjoner ved Universitetet i Ås.

Hun forteller at et av kriteriene for å komme inn på gestaltterapiutdanningen, er å ha litt ballast. Christina har selv kjent på sykdommen og har levd tett på alkoholisme. Da hun var 35 år gammel, mistet hun sin beste venninne i kreft, noe som gikk dypt inn på henne.

Betrodd venninne

Helt fra hun var barn, var Christina god å snakke med blant venner og bekjente og opplevde ofte at folk henvendte seg til henne når de trengte en å snakke med.

– Til syvende og sist teller det menneskelige møtet og den gode samtalen, sier hun.

– *Hvem er det som kan få hjelp hos deg?*

– Det kan være hvem som helst, enslige, par eller grupper. En som trenger å lette på trykket eller en som stadig vekker blir innkalt på jobbintervjuer men som aldri får jobben, sier Mjellem.

Hun forteller at arbeidsmåten hun jobber med, går i stor grad ut på bevisstgjøring, balanse og sanselig oppmerksomhet.

– Balanse er noe klientene kan oppleve, men ikke noe jeg tilstreber. Jeg jobber med hva og hvordan i stedet for hvorfor, og jeg jobber med samarbeid, avslutter Christina Mjellem.

AV: GRY JEANETTE DYBDAL
gry@vestbyavis.no



TRIVES BLANT MENNESKER. Ruffen er en glad og rolig hund som alltid synes det er litt ekstra kos med matmor, og Christina Mjellem sier Ruffen er som hennes eget barn.

Skoleelever ble inspirert av Munch

Tirsdag kveld inviterte elevene i 3. trinn ved Vestby skole til Munch-utstilling.

VESTBY: Kvelden startet med vernissage, cider og saltstenger, og elevene fikk vist frem prosjektet de har jobbet med de siste fire ukene. Omkring 130 publikummere møtte opp på utstillingen.

I anledning Munchs 150-årsjubileum, hadde elevene laget skisser av Munch-malerier som de igjen hadde malt. I tillegg hadde elevene laget et stort veggteppe av solen, der de både brukte tøyrester og fingerheklings.

– Vi har hatt teori om Munch, med særlig vekt på hans tilknyt-

ning til Vestby, fortalte Hanne Munkerud.

60 barn stilte ut maleriene de har laget, og motivene «måneskinn» og «skrik» var mest populære.

– Ungene har lært om Munchs liv, med små historier om han og ikke bare årstall og fakta. Det syntes de var veldig gøy, sa Elin Tørmo.

Et som del av utstillingen var det rigget opp en powerpoint med bildevisning av hvordan elevene har jobbet gjennom hele prosessen, og i bakgrunnen ble det spilt musikk med tekster av Munch.

Kunst og håndverkslærer, Vigdis Larsen, skrøt av elevene, og sa de hadde vært utrolig flinke og at hun var svært fornøyd med resultatet. Elevene selv syntes Munch-prosjektet har vært

spennende og lærerikt, og flere håper at de får mulighet til å gjøre noe lignende igjen.

– Det var ganske vanskelig i starten, men gikk bedre når jeg først kom litt inn i det, sa Maria M. Andresen.

– Og tenk at Munch malte de første berømte bildene da han bare var 20 år, tilføyde Sigurd Stokken.

Det store veggteppe «Solen» fikk en hel vegg for seg selv, og elevene sa at det morsomste med hele prosjektet var at alle fikk være med å lage «solen» i fellesskap.

AV: GRY JEANETTE DYBDAL
gry@vestbyavis.no



GLEDET SEG. Elevene i 3. trinn ved Vestby skole fortalte begeistret om Munch-prosjektet, og var veldig spente på å få vise frem sine egne kunstverk.

Flere bilder på
vestbyavis.no