

KUNSTTERAPI. Litt informasjon om terapiforløpet.

Varighet: En kunstterapitime varer 1 klokke time.

Den første timen er alltid uforpliktende, og ved slutten av timen spør jeg om du ønsker å komme tilbake. Dersom du ønsker det avtaler vi da en ny time. Hvor ofte du vil komme avgjør du selv. En gang i uka eller hver fjortende dag er imidlertid å anbefale. Du bestemmer selv hvor lenge du vil gå i kunstterapi. Kanskje kan et par timer være nok, kanskje vil du ha behov for flere år.

Taushetsplikt: Jeg har taushetsplikt, og alt du sier, gjør og lager blir mellom oss. Jeg forbeholder meg allikevel retten til å ta med en situasjon eller noe som oppstår i terapisituasjonen til veiledning/supervisjon. Det vil da bli lagt fram i anonymisert form slik at du ikke vil bli gjenkjent, og fokus vil bli på meg som terapeut, hva som skjer med meg og hvordan jeg håndterer det som måtte oppstå for meg som terapeut. Dette for at jeg skal kunne utvikle meg som terapeut.

Det kan hende jeg ønsker å ta bilder underveis i prosessen. Dette kan være fordi det er fint å kunne ha noen bilder for å presentere kunstterapi og kunstterapeutisk arbeid. Dette vil du evt. måtte gi ditt samtykke om skriftlig på et skjema der det skal gå fram formålet for bruk av bildene (foredrag, nettside, brosjyre eller lignende) og hvilke opplysninger som bildene gir, det vil si at du kan gi din tillatelse til bruk av det du har laget – det ferdige produktet, bilder av selve den kreative prosessen eller bilder av deg i prosessen eller med det ferdige resultatet.

Jeg har plikt til å føre journal. Jeg trenger derfor noen personlige opplysninger slik som navn, telefonnummer, e-postadresse, bostedsadresse og fødselsdato. Dette oppbevares digitalt via mitt journalsystem. Du har alltid rett til å se uttalelser og annet som ligger i journalen. Dagen før avtalt time vil du få en påminnelse om timen som sendes automatisk fra journalsystemet. Si i fra dersom du ikke ønsker å motta slike påminnelser.

Betaling og avbestilling: Betaling kan skje via VIPPS i slutten av timen, eller du kan få tilsendt faktura på e-post og overføre til konto innen 2 uker. Avtalt time må avbestilles senest 24 timer i forveien, ellers må timen betales i sin helhet.

Utstyr og materialer: Alt av maling, papir, leire og annet materiale står jeg for og det inngår i timeprisen.

Ta på klær det ikke er så nøye med, eller ta med en maleskjorte e.l. I kunstterapien bør vi være frie til å søle og herje uten å tenke så mye på om vi ødelegger klærne eller gardiner, tepper og gulv. Du kan være fri til å utfolde deg i lokalet så lenge det ikke er til skade på inventar og mennesker.

Noen tips: Det kan være lurt om du skaffer deg en prosessbok/loggbok om du ikke allerede har det. Der kan du skrive ned det du måtte ha av tanker, følelser, intuisjoner og det du kjenner i kroppen etter timene og det som dukker opp mellom timene.

Ta gjerne med de drømmene som dukker opp mellom timene.

Det du lager av uttrykk i timene hos meg er ditt materiale. Du kan gjerne ta det med deg hjem. Du kan velge å kaste det, men ta da gjerne bilde med mobilen slik at du kan jobbe videre med det hjemme dersom du har behov for det.

Den siste timen vi har sammen bruker vi til å oppsummere det du har vært gjennom. Vi ser litt på hva som har skjedd i den tiden du har gått hos meg. Kanskje ser vi noen endringer. Du er alltid velkommen til å ta kontakt igjen dersom det skulle være behov for det.

