

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

TERAPEUTICKÝ ROZMĚR BIBLIODRAMATU

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Autor:	Ing. Veronika Ratajová
Katedra:	Katedra sociální pedagogiky
Vedoucí práce:	PhDr. Vladimír Mašát
Studijní program:	B7508 Sociální práce
Studijní obor:	Pastorační a sociální práce
Rok odevzdání:	2010

PROHLÁŠENÍ

1. Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci s názvem Terapeutický rozměr bibliodramatu napsala samostatně a výhradně s použitím uvedených pramenů.
2. Souhlasím s tím, aby byla zpřístupněna veřejnosti pro účely výzkumu a soukromého studia.

V Praze dne 12.4.2010

PODĚKOVÁNÍ

Chtěla bych vyjádřit poděkování PhDr. Vladimíru Mašátovi za konzultace, Doc. PhDr. Mirei Ryškové Th.D za možnost seznámit se s bibliodramatem a zúčastnit se bibliodramatických setkání, mé dceři Bc. Haně Zinkové za pomoc s korekturami a formátováním práce i celé mé rodině za podporu v době, kdy jsem tuto práci psala. Děkuji.

ANOTACE

Bibliodrama je netradiční metoda práce s biblickými texty. Bibliodrama klade důraz na osobní zážitek, osobní zkušenost účastníka při práci s biblickým textem. Bibliodramatické setkání probíhá ve skupině. Bibliodrama využívá při poznávání biblického textu expresivní terapie jako je dramaterapie, arteterapie, muzikoterapie, skupinová terapie, zážitková pedagogika a biblickou exegesi. Práce se zabývá terapeutickým rozměrem bibliodramatu, jak bibliodrama působí na účastníky setkání, zda může mít terapeutické účinky, i když ji autoři za terapeutickou metodu nepovažují.

ANNOTATION

Bibliodrama is an unconventional biblical text working method. Bibliodrama places emphasis on personal experience of the participant during the work with the biblical text. Bibliodrama meeting is proceeding in a group. To discover the biblical text uses Bibliodrama expressive therapies such as drama, art therapy, music therapy, group therapy, experiential learning and Bible exegesis. This work puts mind to the therapeutic size of Bibliodrama, considers how the Bibliodrama touch the participants of a meeting, asks whether it may have therapeutic effects, although the authors don't take it for a therapeutic use.

KLÍČOVÁ SLOVA

Bibliodrama, Historie bibliodramatu, Pilíře bibliodramatu, Bibliodramatické setkání, Bibliodramatické směry, Fáze bibliodramatického setkání, Bible, Biblický text, Metoda pro práci s biblí, Terapie, Terapeutické metody, Arteterapie, Dramaterapie, Muzikoterapie, Skupinová, terapie, Biblioterapie, Systemické terapie, Průběh bibliodramatického setkání

KEY WORDS

Bibliodrama, History of Bibliodrama, Bases of Bibliodrama, Bibliodrama Meeting, Directions of Bibliodrama, Bibliodrama Phases, Bible, Biblical Text, Biblical Text's Operating Method, Therapy, Therapeutic Methods, Art Therapy, Drama Therapy, Music Therapy, Group therapy, Bibliotherapy, Systemic Therapy, Process of a Bibliodrama Meeting

OBSAH

1	Úvod.....	5
2	Bibliodrama.....	6
2.1	Co je bibliodrama.....	6
2.2	Historie bibliodramatu.....	7
2.3	Vznik bibliodramatu.....	8
2.4	Kde můžeme bibliodrama nalézt.....	11
2.5	Bibliodramatické setkání.....	12
2.6	Průběh bibliodramatického setkání.....	19
3	Terapeutické přístupy v bibliodramatu.....	26
3.1	Dramaterapie.....	28
3.2	Dramaterapie a bibliodrama.....	29
3.3	Muzikoterapie.....	29
3.4	Muzikoterapie a bibliodrama.....	31
3.5	Biblioterapie.....	31
3.6	Biblioterapie a bibliodrama.....	32
3.7	Arteterapie.....	32
3.8	Arteterapie a bibliodrama.....	33
3.9	Skupinová terapie.....	33
3.10	Skupinová terapie a bibliodrama.....	33
3.11	Systemické terapie.....	34
3.12	Systemické terapie a bibliodrama.....	35
4	Bibliodramatické setkání říjen 2009.....	37
4.1	Průběh setkání.....	40
4.2	Použití terapeutických metod v rámci setkání.....	49
5	Diskuse.....	50

6	Závěr.....	52
7	Použitá literatura.....	53
8	Přílohy	55
8.1	Závěrečná reflexe k bibliodramatickému setkání, 9. -10. 10. 2009.....	55
8.2	Reflexe Babylonské věže s ohledem na odevzdané reflexe	57
8.3	Obrázková příloha.....	61

1 Úvod

Bibliodrama je netradiční kreativní metoda poznávání biblických textů zaměřená na osobní zážitek. Ve své práci se chci zabývat otázkou, zda má bibliodrama i sociální a terapeutický rozměr a zda může změnit postoje a chování člověka, přestože ji autoři za psychoterapeutickou metodu nepovažují.

Co je to vlastně Bible? Má význam ji číst? Co to pro nás může znamenat? Snad každý o ní slyšel. Pro někoho je to kniha, která má úzký vztah k naší kultuře a hrála roli v historii, pro někoho je to posvátná kniha související s křesťanským náboženským vyznáním, pro někoho záznam o Božím zjevení, pro další snad náboženský spis, ke kterému nemá žádný osobní vztah.

Četbou bible a hledáním významu biblických textů se zabývalo v minulosti a zabývá v současnosti mnoho lidí, ať už jsou věřícími křesťany nebo lidmi se zájmem o to, co nás přesahuje. Tito lidé mají zájem se četbou Bible obohatit a hledají poselství v ní ukryté. Číst Bibli ale není jednoduché a na první přečtení často ani srozumitelné. Existuje celá řada tradičních i moderních výkladů jednotlivých textů, ale současný člověk netouží po interpretacích, které jsou často ovlivněny dobou a prostředím, kde vznikly. Bibliodrama nabízí současnému člověku zcela netradiční metodu pro pochopení poselství biblických textů zaměřenou na vlastní prožitek a zkušenost.

Ve své práci chci popsat, co to je bibliodramatické setkání, co při něm můžeme prožít a jak může ovlivnit náš život. Je to jen specifické setkání s Bohem skrze biblický text, i když netradiční, nebo se za bibliodramatem skrývá víc? Domnívám se, že v rámci bibliodramatického setkání probíhá celá řada vedlejších procesů, které nejsou středem zájmu vedoucího týmu ani účastníků a mohou mít terapeutický vliv na člověka, jeho uvědomování si sama sebe i lidí kolem, na jeho uvažování a chování.

2 Bibliodrama

2.1 Co je bibliodrama

Bibliodrama je metoda práce s biblickými texty. Tato metoda hledá nové přístupy ke čtení Bible a pochopení biblických textů, je tvůrčí a zaměřuje se na osobní zážitek. Bibliodrama má charakter řízeného procesu práce s biblickým textem a využívá další socioterapeutické metody, které do procesu vkládá. Bibliodrama nepřebírá ani nepředkládá tradiční biblické výklady. Nechává člověku najít vlastní význam biblického textu ve vztahu k jeho osobní životní zkušenosti.

Slovo bibliodrama vychází ze dvou řeckých termínů: „biblion“, které znamená knihu, spis a „drama“, které znamená jednání, divadelní hru.¹ Jako pojem se ovšem používá takřka výhradně pro práci s biblí a ne libovolnou knihu nebo text, a není ani pouze dramatiizací daného textu.

V úplných počátcích se termín bibliodrama spojoval s psychodramatem, Zacharias o něm píše koncem 60. let jako o specifické metodě psychodramatu. Současně ale vznikaly další metody jinak označované, které dnes spadají pod pojem bibliodrama, jednalo se o různé formy práce s biblí (výjimečně i jinými náboženskými texty), které mají své specifické rysy. Byla to biblická hra, dramatická biblická hra, hraní biblických rolí apod.

Definovat pojem bibliodrama je velmi obtížné. Jednotliví bibliodramatici mají svou vlastní definici, zdůrazňují některé prvky bibliodramatické práce a jiné zase nechávají stranou. Ústředním motivem je vždy práce s textem, výběr a příprava nejrozličnějších kreativních aktivit z oblasti zážitkové pedagogiky, muzikoterapie, arteterapie, dramaterapie, skupinové terapie, socioterapie a uvolňovacích a relaxačních technik není nijak omezen a závisí na kreativitě a nápaditosti vedoucího týmu.

Dorothee Dieterich in: WerkstattBibel 4, S. 29 píše o bibliodramatu následovně: „Lidé, kteří na bibliodramatické setkání přicházejí, čtou společně biblický text, zabývají se jím, prožívají a promýšlejí ho a nacházejí pro dnešní dobu a současné lidi platný výklad. V tom jsou přes všechnu metodickou rozdílnost všichni zajedno“

¹ Prach Václav: Řecko-český slovník, Praha: Scriptorum 1993.

Zuzana Pelechová ve své diplomové práci z roku 2008 definuje bibliodrama takto: „Bibliodrama je jedna z interaktivních, kreativních metod práce s biblickým textem, jež využívá postupů zážitkové pedagogiky, expresivních terapií, skupinové práce a biblické exegese. Jejím hlavním cílem je osobní setkání člověka s biblickým poselstvím, a to na rovině zkušenosti. Nejde tedy primárně o poznání racionální, nýbrž existenciální, o konfrontaci osobních zkušeností jednotlivce se zkušenostmi ostatních členů skupiny a s hodnotami uloženými v biblickém textu. Jde nejen o to příběh slyšet nebo vyložit, ale hlavně prožít, vstoupit do něj, nechat se vtáhnout do středu dění.“²

Bibliodrama není ve své podstatě chápáno jako psychoterapie, autoři se psychoterapeutickému pojetí brání, přestože se v rámci výběru použitých metod mohou objevit terapeutické prvky. Ústředním momentem bibliodramatu je vztah člověka k Bohu, kterému se přibližuje skrze zjevení Boha v biblickém textu.

Na druhou stranu ale není bibliodrama ani objektivní exegetickou metodou, důraz je kladen na osobní prožitek a význam v souvislosti s vlastní životní zkušeností účastníků a není proto také považován za jediný správný výklad daného biblického textu.

Podobně bibliodrama také není divadlem pro publikum, i když se v rámci setkání často používá dramatická realizace. Primárním cílem není zrealizovat a předvést některý z biblických příběhů, ale do tohoto příběhu jako člověk vstoupit, setkat se s ním

2.2 Historie bibliodramatu

Vznik bibliodramatu se váže na události 20. století. Celé 20. století provázely výrazné a někdy zcela radikální změny v životě lidí. Došlo ke dvěma světovým válkám, k neuvěřitelnému technickému pokroku, změnily se uznávané hodnoty. Změnil se životní styl, role rodiny v životě člověka, došlo k velkému stěhování lidí z vesnic do měst, změnil se způsob obživy i kulturní prostředí, ve kterém žili. Lidé začali postupně přemýšlet samostatně a nechtěli už nekriticky přijímat to, co jim předkládaly náboženské a jiné autority. Postupně zvláště v druhé polovině 20. století docházelo ke změně v postavení a vlivu církví ve společnosti.

Začala vznikat propast mezi tím, co říkala církev a mezi tím, co lidé prožívali. Církev na měnící se podmínky v životě lidí nedokázala zareagovat a začalo docházet k její izolaci.

² Winterová, Zuzana: Bibliodrama str. 8

Silné ulpívání na tradičních postojích brzdilo změny uvnitř církví hlavně v oblasti sociálních a humanitních věd. Církev začala okolní svět vnímat jako nepřátelský a uzavřela se. Tento trend začali vnímat katoličtí i protestantští teologové a hledali cesty, jak tento stav změnit. V katolické církvi sehrál zásadní roli 2. vatikánský koncil, který nasměroval církev zpět k lidem a jejich každodenním problémům v přítomnosti. Církev začala hledat prostředky, jak oslovit současného člověka a předat mu poselství evangelia jemu srozumitelným způsobem. Tento proces pokračuje i na konci 20. a začátku 21. století a momentální stav odpovídá míře schopnosti sebereflexe církve a odvahy odpoutat se od tradičních autoritativních metod.

V souvislosti s uvedenými událostmi se uvnitř církví obrátila pozornost a zvýšený zájem o bibli a výklad biblických textů. Vždyť bible je pro církev posvátným svěděním o Bohu a je tedy i základním pilířem křesťanských církví. Církev začala biblickým textům věnovat velkou pozornost a znovu zkoumat jejich význam a poselství, které obsahují. Hledaly se nové výklady, biblické texty byly zkoumány v historických a vědeckých souvislostech. Pro běžného člověka to bylo vzdálené a nesrozumitelné. Kde je v bibli aktuální Boží slovo a poselství do každodenního života? Lidé si začali klást otázku, zda by nebylo možné interpretovat biblický text bez zatížení kriticko-historickou metodou, tak aby se dostali k něčemu pro ně přijatelnějšímu a srozumitelnějšímu, odpovídajícímu jejich osobní zkušenosti.

A tak vznikl prostor pro vznik nové metody přístupu k bibli a biblickým textům, metody, která do popředí zájmu staví osobní zkušenost, zážitek. Zážitek ve spojení s biblickým textem a jeho duchovním obsahem se stává základem bibliodramatu.

2.3 Vznik bibliodramatu

Bibliodrama vzniklo v prostředí církve na základě iniciativy lidí, kteří chtěli propojit zážitek s duchovním obsahem biblického textu. Osobní zkušenost pro ně byla na prvním místě, nechtěli se spokojit s čistě rozumově orientovaným, na intelektuálním pochopení postaveným přístupem k bibli. Tito lidé chtěli objevovat, tvořit a prožívat osobní zkušenost s biblí. Hledat její poselství pro nás v přítomnosti.

Bibliodrama se objevilo v Německu v 70. letech 20. století. Lidé s různými kořeny na různých místech Německa nezávisle na sobě začali zkoušet kreativní a ve své podstatě hravý způsob přístupu k bibli. Mezi tyto lidi patří Gerhard Marcel Martin, Christoph Riemer, Else Natalie Warns, Ellen Kubitzka, Wolfgang Teichert, Heidemarie Langer, Antje Kiehn, Ursula

Runschke a Tim Schramm.³ Tito lidé jsou označováni za tvůrce první generace bibliodramatu. Bibliodrama vznikalo spontánně, inspirace se objevovala v různých formách. Vždy šlo o kreativní přístup k práci s biblickým textem založený na osobním prožitku. Jakoby přišlo bibliodrama mezi lidi, kteří na ně čekali. Objevují se lidé, kteří o bibliodramatu nikdy neslyšeli, ale dospěli k témuž. Stejným způsobem se bibliodrama objevilo ve Spojených státech.

Postupně v Německu začaly vznikat výcvikové kurzy budoucích vedoucích bibliodramatických setkání a vznikla současná druhá generace bibliodramatiků. V souvislosti s tím se bibliodrama začalo šířit za hranice Německa, do Švýcarska a Rakouska a i do dalších zemí. V roce 1994 založila Else Natalie Warnsová spolu se svým manželem Eberhardem a Wolfgangem Wesenbergem Společnost pro bibliodrama (Gesellschaft für Bibliodrama), která sjednotila jednotlivé bibliodramatické školy a nabízí vzdělávání a supervizi v bibliodramatu. Společnost vydává také pravidelně časopis Textraum a organizuje bibliodramatické kongresy, které, které přispívají k všeobecnému povědomí o Bibliodramatu a napomáhají překonávání předsudků mezi jednotlivými bibliodramatickými školami. Díky projektu podporovanému Evropskou unií vznikla Evropská bibliodramatická síť (European Bibliodramatical Network), která spojuje bibliodramatiky na evropské úrovni.⁴

Tak jak bibliodrama vznikalo spontánně a na různých místech s různými lidmi, byl také různě kladen důraz na různé kreativní formy práce s biblickým textem. Vliv na to mělo i prostředí, z kterého tvůrci bibliodramatických setkání pocházeli. Někteří kladli důraz na osobní zkušenost, jiní na estetické ztvárnění, další zas na práci s tělem a tělesné prožitky. Vzniklo tak sedm základních bibliodramatických škol, i když členění bibliodramatických škol je ve skutečnosti ještě složitější.

2.3.1 Bibliodrama orientované na text

Škola orientovaná na výklad a rozvinutí textu, která úzce souvisí s životem.⁵ Zakladatelem je Gerhard Marcel Martin. Klade důraz na exegezi úzce spojenou s životem člověka. Dále je pro tuto školu charakteristický důraz na práci s tělem inspirovaný přístupem Katyi Delakové, které je věnována první fáze jeho bibliodramatického programu.

³ Pohl-Patalong Uta: Lebendigkeit mit Struktur und Reflexion - Bibliodrama in (West-)Deutschland, Textraum – Internetové stránky www.textraum.de

⁴ Internetové stránky : www.ucl.se/bibliodrama.

⁵ Buček, Libor : Bibliodrama str. 52.

2.3.2 Pastoračně zaměřené bibliodrama

Bibliodrama je považováno za metodu pastorační práce, hledání duchovního rozměru člověka, základem je speciální forma duchovního rozhovoru. Důraz je kladen na osobní víru a víru společenství, biblický svět představuje zkušenostní rámec, kde je možné získat autentické zkušenosti s Bohem a vlastním životem.⁶ Představiteli této školy jsou Herman Andriessen a Nicolas Dreysen.

2.3.3 Hagiodrama

Hagiodrama využívá technik meditace, gestaltterapie, psychodramatu a práce s tělem, nemá žádné zvláštní metody. Tato škola je specifická tím, že pracuje nejen s biblickými texty, ale i s náboženskými mýty a symboly, legendami a životy svatých, které spojuje s analytickým pohledem na úrovni psychoanalýzy. Představitelem je Yorick Spiegel⁷.

2.3.4 Mimesis

Švýcarský profesor Samuel Laeuchli⁸ používá metodu napodobování (mimesis), aby přivedl účastníka k proměně pohledu na Boha a svět. Zodpovědnost za proces a za změnu leží plně na skupině, vedoucí je jen součástí skupiny, jeden z účastníků skupinových procesů. Bibliodrama pak pro něj je jakási moderní posvátná hra (důležitou roli zde hraje fáze mlčení), která „spojuje meditativní, hravé a zvukové prvky s analyticky racionálními dotazy.“⁹

2.3.5 - Psychodramatické bibliodrama

Škola orientovaná na psychodramatické metody použité na biblické texty. Existuje rozdíl mezi psychodramatem a bibliodramatem, i když pracuje s biblickým textem, hranice se ale nedá přesně definovat. Psychodramatické bibliodrama hledá paralely mezi biblickým textem a vlastní životní zkušeností. Mezi zakladatele tohoto bibliodramatického směru patří H. Heidenreich, D. Immichová a Ch. Gremmelsová.¹⁰

⁶ Buček, Libor : Bibliodrama str. 57.

⁷ Winterová, Zuzana : Bibliodrama str. 15.

⁸ Winterová, Zuzana : Bibliodrama str. 15.

⁹ Buček, Libor : Bibliodrama str. 68.

¹⁰ Winterová, Zuzana : Bibliodrama str. 16.

2.3.6 - Bibliodrama jako pastoračně psychologická práce s biblí

Představitelem této školy je Wolfgang Drechsel.¹¹ Zabývá se vlivem psychologie na dnešního člověka a spojuje bibliodrama s psychoanalytickou teorií (Winnicot), která pátrá po paradoxech a zahrnuje je do života. V bibliodramatu dochází k specifickému převyprávění biblických textů, v kterém se objevuje příběh jak předem daný, tak jednotlivcem/skupinou nově utvořený.

2.3.7 - Bibliodrama orientované na proces a výchovnou dramatiku

Zástupcem této školy je především Else Natalie Warnsová.¹² V bibliodramatu hledá nový, osobní přístup k biblickému textu, usiluje o ztělesnění a zpřítomnění biblického textu. K tomuto účelu využívá nejrůznější estetická média (masky, rituály, gesta, slovní pole/asociování, rekvizity, hraní rolí, práci s tělem). Tato škola umožňuje pracovat i zjednodušeně pouze s tzv. bibliodramatickými elementy, tedy s použitím bibliodramatických prvků tam, kde není organizačně možné uskutečnit celý bibliodramatický proces, např. ve výuce na školách, při přípravě na svátosti nebo při liturgii.¹³

2.4 Kde můžeme bibliodrama nalézt

Kolébku bibliodramatu bylo Německo, jak už bylo uvedeno. Bibliodrama se však brzy začalo šířit i do dalších zemí. V devadesátých letech se rozšířilo do Rakouska a Švýcarska, kde současně i spontánně vznikalo nezávisle na Německu, po roce 2000 do severní Evropy do Dánska, Finska, kde je o bibliodrama veliký zájem a Švédska, kde je méně rozšířené. Šířilo se i dále na východ od hranic Německa do Maďarska, kde se stejně jako v dalších převážně katolických zemích potýká s překážkami na církevní půdě a je výhradně ekumenickou aktivitou.

Do České republiky se bibliodrama dostalo až po pádu komunismu a jeho počátky nejsou zmapovány ani neexistují přesné informace o tom, kde všude je provozováno, lze se o tom pouze dohadovat z informací na internetu. Problémem je i nedostatek česky psané literatury na téma bibliodramatu, existuje ale několik dobrých diplomových prací, které vznikly na KTF a ETF a popisují základní pojmy, historii, metody práce a vztah

¹¹ Winterová, Zuzana: Bibliodrama str. 16.

¹² Winterová, Zuzana: Bibliodrama str. 16.

¹³ Winterová Zuzana: Bibliodrama str.16

k psychodramatu, fáze bibliodramatu, práci se skupinou, vztah k dramaterapii, přípravu bibliodramatického setkání, vztah k exegezi a metody neverbální komunikace.¹⁴ V roce 1998 byl založen Institut pro bibliodrama a práci s biblí. Založily jej Mireia Ryšková, Dana Čermáková a Elena Strupková. Jejich práce se soustřeďuje především na pořádání bibliodramatických seminářů. Ve stavu zrodu je též vytvoření bibliodramatického webu www.bibliodrama.cz. Vedoucí bibliodramatických seminářů se od roku 2007 zapojili do Evropské bibliodramatické sítě a zúčastňují se na realizaci bibliodramatických setkání a workshopů v zahraničí.

2.5 Bibliodramatické setkání

Každé bibliodramatické setkání je originální a neopakovatelné. Základem je vybraný biblický text. Bibliodramatické setkání vždy probíhá ve skupině. Přesto i každý jednotlivec se svou životní zkušeností je v bibliodramatu nepostradatelný. Tyto tři entity tvoří základní pilíře bibliodramatu.

2.5.1 Biblický text

Biblický text je základem bibliodramatického setkání, směřují k němu všechny aktivity. Biblický text je ve své podstatě vícevýznamový a nabízí specifický informační obsah pro každého. Otevírá se v něm prostor pro různé pochopení, mnoho informací je pouze naznačeno a lze je vyložit rozdílným způsobem. To je patrné z historie, v různých historických obdobích vznikaly různé exegetické výklady bible.

Bible je kniha, která vzbuzuje úctu, je v ní ukryto cosi, co přesahuje rámec našeho poznání. Bible vypráví o Bohu. Křesťané věří, že je to posvátná kniha a že při jejím psaní byl přítomen Duch svatý. Holanďtí představitelé bibliodramatu Hermann Andriessen a Nicolas Derksen, říkají, že v každém biblickém textu je ukryté tajemství. Lidé se skrze bibliodrama setkávají s tímto tajemstvím a prožívají ho. Bibliodrama ukazuje, že toto tajemství není jen jednostranný atribut Boží, ale současně i atribut lidské skutečnosti a člověk ho může prožít. V biblických textech se objevuje cosi, co má tajemnou dimenzi lidské a božské skutečnosti.

¹⁴ Sedláčková, Marta: Bibliodrama; Gašpaříková Hana: Bibliodramatická práce; Čerňáková Eva: Pastorační a terapeutický rozměr; Buček Libor: Bibliodrama; Čermáková Dana: Bibliodrama; Winterová, Zuzana: Bibliodrama

V každém bibliodramatu se člověk dotkne tohoto tajemství, které přináší neobvyklou zkušenost a prožitek¹⁵.

To koresponduje s židovským výkladem Tóry. Podle rabínské tradice je bible psaná černým ohněm na bílém ohni. Černý oheň jsou slova napsaná černým inkoustem na stránku, můžeme je vidět a číst, může mít více významů, ale je dáno, nemůže být měněno.

Naopak bílý oheň je to, čemu říkáme čtení mezi řádky. Bílý oheň vyplňuje prostor mezi jednotlivými slovy a písmeny. Bílý oheň je všechno to, co je v příběhu skryté, neviděné, nevyslovené, a navzdory tomu nebo právě proto přitažlivé. „Aby nám biblické vyprávění dávalo smysl, musíme číst hlouběji. Je ponecháno na nás samotných, abychom pochopili věci jako motivaci nebo pocity postav, nebo způsob, jakým nahlíží na sebe nebo na druhé.“¹⁶ V bílém ohni vzniká nekonečný prostor pro nové interpretace a bibliodrama se nachází v tomto prostoru ohraničeném černým ohněm v podobě kontur písmen.

Z tohoto vychází bibliodramatik Peter Pitzele při práci s biblí, považuje bibliodrama za hru s bílým ohněm. „Bílý oheň probleskuje na mnoha místech a jedním z těch míst je bibliodrama.“¹⁷

Bibliodrama objevuje v biblických textech výpovědní hodnotu cestou osobního zážitku. V tom je tato metoda nová a odlišná od tradičního zkoumání biblických textů. Je vůbec možné touto cestou dojít k biblické výpovědi? Bibliodramatická praxe jednoznačně ukazuje, že ano.

Bibliodrama není jen zábavnou hrou nad biblickým textem, fikcí. V rámci biblické exegeze se bibliodrama prohlašuje za hermeneutickou metodu, tzn., že je cestou k pochopení biblického textu. Z praxe vyplývá, že mohou nastat situace, kdy se bibliodramatické a exegetické závěry mohou rozcházet (nebo se zaměřovat na jiné otázky), ale často se naopak exegeze s poznatky vzešlými při bibliodramatu shoduje. To je pro křesťanské bibliodramatiky ideální stav. Není v bibliodramatu nijak výjimečný, ale ani samozřejmý. Proto, aby ho bylo dosaženo, je věnována velká pozornost dobré přípravě programu i s ohledem na exegetické bádání.

¹⁵ Textraum 2007 : Internetové stránky: www.Textraum.de

¹⁶ Pitzele, Peter A.: Scripture Window. Toward a Practise of Bibliodrama, Los Angeles: Torah Aura Production, 1998, str. 23-24.

¹⁷ Pitzele Peter A.: Scripture Window. Toward a Practise of Bibliodrama, Los Angeles: Torah Aura Production, 1998, str. 23-24.

Můžeme si též položit otázku, zda je nutné nebo proč je žádoucí, aby se bibliodramatické a exegetické poznatky shodovaly. Není to jen snaha o podložení legitimity bibliodramatu v církevním prostředí, které netradiční výklady bible nepřipouští anebo se k nim staví s nedůvěrou? Neotevřela se zde naopak prostor pro křesťany i nekřesťany objevit něco z tajemného pokladu ukrytého v biblických textech bez ohledu na tradiční výklady a interpretace?

V souvislosti s uvedenými skutečnostmi vyvstává otázka, zda by se na bibliodramatickém setkání mohlo pracovat s jiným než biblickým textem. Domnívám se, že ano, bibliodramatické techniky fungují obecně. Dostali bychom se ale do jiné dimenze a oblasti poznávání, to už by nebylo bibliodrama v pravém slova smyslu.

2.5.2 Skupina

Skupina je dalším pilířem bibliodramatu, vytváří prostor pro bibliodramatickou práci a je pro bibliodrama nepostradatelná. Je příjemcem biblického sdělení, přičemž různé chápání stejného textu obohacuje celou skupinu a je inspirací pro nalézání různých úhlů pohledu na dané téma. S pomocí skupiny může člověk v textu objevit témata a motivy, na které by sám nikdy nepřišel, a zároveň mu dění ve skupině pomáhá nově vidět druhé i sám sebe. Skrze rozmanitost prožitků a poznatků dochází k obohacení celé skupiny a objevování nových rozměrů v odkrývaném biblickém textu.

2.5.2.1 Skupinová práce

Skupina působí též motivačně, motivuje jednotlivce k akci. Milan Valenta nazývá tento jev, kdy skupina stimuluje jedince ke zvýšenému výkonu, sociální facilitací.¹⁸ Skupina není jen součet více či méně náhodně shromážděných lidí, je vlastní entitou, která má své vlastní procesy, struktury, normy a pravidla, svou vlastní dynamiku.^{19 20} Skupinová dynamika je „souhrn skupinového dění a skupinových interakcí. Vytvářejí ji interpersonální vztahy a interakce osobností členů skupiny spolu s existencí a činností skupiny a silami z vnějšího prostředí. Ke skupinové dynamice patří zejména cíle a normy skupiny, vůdcovství, koheze a tenze, projekce minulých zkušeností a vztahů do aktuálních interakcí, vytváření podskupin a vztahy jedinců a skupiny. Ke skupinové dynamice patří též vývoj skupiny v čase.“²¹

¹⁸ Valenta, Milan: Dramaterapie str. 58.

¹⁹ Gašpaříková, Hana: Bibliodramatická práce str. 35.

²⁰ Gašpaříková, Hana: Bibliodramatická práce str. 35.

²¹ Kratochvíl, Stanislav: Skupinová psychoterapie v praxi str. 14.

Pro bibliodrama je významná velikost skupiny na setkání. Velikost skupiny ovlivňuje, jaké vztahy mezi jednotlivými členy vzniknou, nakolik bude skupina soudržná, zda vznikne atmosféra důvěry, otevřenosti a pocitu bezpečí, což umožňuje kvalitnější práci s biblickým textem. Velikost skupiny ovlivňuje též dynamiku bibliodramatických procesů, při větším počtu účastníků se může ztrácet koncentrace skupiny jako celku. Ideální je 12 – 15 účastníků. Pokud je skupina větší, je lépe rozdělovat skupinu při jednotlivých aktivitách na podskupiny, i když se tím oslabují celoskupinové procesy.

Skupina je vždy na rozdíl od k biblickému textu proměnlivým faktorem bibliodramatu. Vždy ji tvoří originální jedinci, kteří se zrovna tady a teď setkají a spolupracují. Ke stmelování skupiny dochází postupně a dynamika skupiny se nestále vyvíjí. Proto je nezbytné věnovat seznamování a sbližování účastníků setkání dostatečnou pozornost a čas. Příjemná atmosféra na bibliodramatickém setkání může také přispět ke vzniku tvořivé skupinové dynamiky. Příjemné pracovní prostředí, přestávky a např. společné stravování umožňuje účastníkům setkání si mezi jednotlivými aktivitami odpočinout a seznámit se lépe s ostatními.

Bibliodramatické setkání je vedeno odbornými vedoucími. Zkušenost ukazuje, že efektivnější je, když vedení zajišťuje tým vedoucích. Výhody jsou především v rozdělení zodpovědnosti, zastupitelnosti, osobním přínosu k pestrosti programu, ve vzájemné podpoře a společné reflexi. Předpokladem pro to je, aby i tým vedoucích fungoval jako dobrá skupina, aby členové vedení otevřeně komunikovali a byli ochotni ke kompromisům. Týmová práce je též náročnější na čas.

Úloha vedoucích spočívá v přípravě a realizaci bibliodramatu, přičemž obě tyto fáze jsou důležité. Přípravná fáze zahrnuje výběr biblického textu a na základě jeho analýzy v návrhu a sestavení programu a přípravě pomůcek. Při realizační fázi v rámci bibliodramatického setkání seznámí vedoucí účastníky s textem, vedou setkání a dávají skupině jasná pravidla. Vedoucí by si neměli vybírat témata, která sami nemají rozumově a emočně zpracovaná. Neměli by nikdy účastníky nutit do něčeho, co jim není příjemné a při čem se necítí bezpečně. Je lepší, když se osobně neúčastní jednotlivých bibliodramatických aktivit, aby si udrželi nadhled a měli program pod kontrolou.

Požadavky na vedoucí bibliodramatu jsou poměrně velké ve vztahu k rozsahu odbornosti, kterou by měli disponovat. I když bibliodrama o sobě tvrdí, že není terapií, přesto musí vedoucí umět pracovat se skupinou, což předpokládá určitý pedagogický a psychoterapeutický základ. Příprava aktivit v programu vychází ze zážitkové pedagogiky a

expresních terapií jako muzikoterapie, dramaterapie atd., což předpokládá znalosti a dovednosti z uvedených oborů. Současně je požadováno i teologické vzdělání, které souvisí s křesťanskou dimenzí bibliodramatu. Účastníci se mohou ptát na otázky víry a života věřícího člověka, protože bible o těchto tématech vypovídá a v biblických textech se s nimi setkáváme. S tím souvisí i jeden z více či méně akcentovaných cílů bibliodramatiků ukazovat lidem cestu k víře skrze evangelium. To se konkrétně realizuje více či méně viditelně, ne však tradičně předáváním informací, ale skrze poselství přicházející k člověku skrze osobní zkušenost s biblickým textem.

2.5.2.2 Pravidla

Pravidla jsou nedílnou součástí práce se skupinou a jsou důležité i v bibliodramatu. Definují hranice zodpovědnosti vedoucích i účastníků. Vedoucí jsou zodpovědní za program a celkovou organizaci setkání, účastníci ale musí přijmout svůj díl zodpovědnosti za přístup ke společné práci a vlastní míru zapojení do programu. Existují základní pravidla, která jsou na bibliodramatických setkáních dodržována a tvoří konstruktivní rámec pro procesy, které v průběhu setkání probíhají.

Svoboda projevu – Účastníci jsou zodpovědní za stanovení vlastních hranice zapojení do programu. To znamená, že v průběhu bibliodramatického setkání říkají, co sami cítí, že říci chtějí, a účastní se pouze těch aktivit, kterých se sami za sebe účastnit chtějí. V praxi to znamená, že je nikdo nenutí se zapojit do nějaké aktivity, pokud nechtějí.

V bibliodramatu platí, že neexistují správné a špatné odpovědi. Každý má svobodnou volbu říci, co si o daném tématu myslí sám za sebe a nemusí odpovídat tak, jak očekávají vedoucí. Obzvláště v křesťanském prostředí např. při práci s mládeží často můžeme vidět silně zakořeněnou tendenci odpovídat na položené otázky „správně“. „Oprostít se od klišé je jedna z velkých výzev a zároveň možností bibliodramatu“²²

Citlivost k druhým – Je důležité, aby každý účastník bibliodramatického setkání byl respektován, aby měl ve skupině své místo a byl ostatními přijat takový, jaký je. Pak se také každý může svobodně vyjádřit bez obavy, že by se mu někdo vysmíval nebo jeho slova zlehčoval. Vedoucí z tohoto důvodu vždy dohlíží na to, aby kterýkoliv účastník měl prostor domluvit, je nepřijatelné skákat někomu do řeči.

²² Winterová, Zuzana: Bibliodrama str.26

Neudělování rad - V bibliodramatu každý účastník získává zkušenost s biblickým textem na základě vlastních pocitů a osobní zkušenosti. Každý má právo jednat sám za sebe, aniž by mu do toho druzí zasahovali svými představami. Z tohoto hlediska je každá odpověď správná, i když jiní účastníci vnímají stejnou skutečnost jinak. Lze mít výhrady ke ztvárnění určité role, ale nikdy k člověku jako takovému. Jedním z pravidel bibliodramatu proto je nedávat ostatním rady, respektovat druhé i s jejich nahlížením skutečnosti, dát jim prostor, aby si odpovědi a řešení našli sami. A k hledání odpovědi na osobní otázky je v bibliodramatu velký prostor a potenciál. Když někomu ostatní dávají rady, snadno může nabyt dojmu, že něco dělá špatně a uzavřít se, bát se jít dál.

Diskrétnost – V průběhu bibliodramatických aktivit se člověk dozví různé informace o dalších účastnících setkání a tyto informace musí zůstat důvěrné, neměly by se dostat mimo prostor bibliodramatického setkání. Toto pravidlo napomáhá vytvoření pocitu bezpečí ve skupině. Když je toto zaručeno, je pak pro jednotlivé účastníky snazší se otevřít před ostatními a mluvit o tématech, o kterých by jinak mlčeli ze strachu, jak na ně budou ostatní reagovat.

Včasné příchody - Jakkoli se pozdních příchodů nelze vyvarovat a do určité míry je třeba je tolerovat a počítat s nimi v časovém harmonogramu, jsou velmi nepříjemné. Je samozřejmě možné začít pracovat, když ještě nejsou přítomni všichni účastníci, ale když přijde někdo do již probíhajícího programu, znamená to vždycky komplikace. Ruší ostatní např. při úvodní meditaci, je třeba ho integrovat do skupiny, představit, vysvětlit mu, kde se skupina právě nachází a co dělá apod.

Účast na celém programu - V bibliodramatu je vždy důležité zúčastnit se celého setkání včetně úvodní meditace nebo závěrečného rozloučení, protože každá aktivita má svůj nezastupitelný význam. Pozdní příchody nebo dřívější odchody jsou proto pro průběh bibliodramatu vždy komplikací, i když se jim asi nedá zcela vyhnout. Vedoucí bibliodramatu musí vždy vést účastníky k tomu, aby zachovávali časový rozvrh setkání a byli plně účastni na všech aktivitách.

Prostor pro osobní rozhovor – V průběhu bibliodramatického setkání i při opatrnosti vedoucích při sestavování a realizaci programu může vždy dojít k tomu, že se některý účastník setká s něčím, co ho rozruší, s čím si neví rady a o čem si potřebuje promluvit. V takovém případě je nedílnou součástí bibliodramatu osobní rozhovor a účastníku je nabídnut. Rozhovor vede některý z vedoucích, i proto je lepší když realizační tým má více

členů. Takový rozhovor má stejná pravidla jako ostatní bibliodramatické procesy – účastník nesmí být do rozhovoru nucen, může říct jen to, co sám uzná za vhodné a informace, které sdělí, jsou důvěrné.

2.5.3 Jednotlivec se svou životní zkušeností

Třetí skutečností, na které bibliodrama staví, je osobní zkušenost každého jednotlivého účastníka. Každý, kdo na bibliodramatické setkání přichází, prošel vlastní životní zkušeností, prožil řadu vztahů a interakcí, úspěchů i neúspěchů, má vlastní názor na život a na svět. Na setkání pak se tato jeho zkušenost promítá do jeho zapojení a osobních prožitků, promítá se i do ztvárnění vybraných postav. To je jedna dimenze jednotlivce a jeho životní zkušenosti v bibliodramatu.

Druhou dimenzí je životní zkušenost, kterou tady a teď získává. Obě tyto dvě dimenze jsou pro bibliodrama důležité, s oběma se v bibliodramatu pracuje. Díky druhé dimenzi člověk může tu první rozšířit, obohatit, a rozhodne-li se tak, pak také více či méně změnit. Při bibliodramatu se člověk setkává s otázkami zabývajícími se vlastní existencí, vztahy s druhými a smyslem vlastního života a odpovídá si na ně. V rámci biblického textu a bibliodramatického programu je prostor pro hledání nových odpovědí na tyto otázky ve světle textu i pod vlivem pohledu ostatních.

Zkušenost, se kterou se člověk v rámci bibliodramatu setkává má jiný charakter než při čtení nebo tradičním vykládání biblických textů, kdy je člověk v prostoru mimo text a pouze naslouchá informacím, které přicházejí zvenčí. Při bibliodramatu člověk do biblického textu přímo vstupuje skrze zpřítomnění vybrané role a prožívá text na tělesné úrovni, cítí emoce, vnímá tělesně i rozumově konkrétní situaci, prostor i dynamiku biblického příběhu a to je zcela specifická zkušenost, která je zdrojem velkého potenciálu pro vlastní poznání. Bibliodrama ztělesnění a zpřítomnění textu považuje za svůj základní úkol. Setká se prostor daný textem, konkrétní vybraná role, biblický příběh a osobní životní zkušenost účastníka a biblický text promluví do mé přítomnosti. V žádném případě se nejedná o divadelní představení biblického textu, kde se herci předem naučí svou roli a text. Biblický text je východiskem, ale ti, kteří vstoupí do jeho prostoru, předem neví, co v průběhu scény zažijí a pochopí. Zážitek každého konkrétního účastníka je individuální a víceznačný. Každý účastník objeví vlastní význam a může ostatní obohatit. A to koresponduje s víceznačností biblických textů, s jejich nadčasovým rozměrem. Výklad nemá nikdy definitivní platnost, text má vždy pro jednotlivce i skupinu konkrétní výpověď a tento proces není nikdy ukončen.

Pro bibliodrama je zásadní holistický pohled na člověka, nerozlišuje mezi duší a tělem a neupřednostňuje jednu složku před druhou, považuje je za neoddělitelné a vzájemně propojené. To odpovídá židovskému myšlení ve Starém i Novém zákoně. Bibliodrama odmítá řeckou filosofii, která upřednostňovala duši před tělem a silně ovlivnila myšlení filosofů v historii a má dopady i na současné myšlení. Tělesný zážitek je stejně důležitý jako rozumové uvažování, každá myšlenka i emoce má své tělesné vyjádření. Naše životní zkušenosti, úspěchy i prohry zanechávají stopy v našem těle, tělo a duše jsou jedno.

Při bibliodramatické práci s tělem není kladen důraz na estetickou stránku nebo na výkon, nic není správné nebo špatné. Důležitý je osobní prožitek, který, když se svobodně rozhodnu, můžu promítnout do své nové životní zkušenosti.

Specifické pro bibliodrama též je, že se při práci s biblickým textem člověk setkává s Bohem, je ústřední postavou v biblických textech. Každý člověk má vlastní představu o Bohu, kterou vědomě koriguje a kterou promítá do svého života. V bibliodramatu dochází k osobnímu setkání s Bohem, který vstupuje do bibliodramatických rolí, které člověk prožije na tělesné i duchovní úrovni, setká se s jeho tajemstvím i s tím, co je nadčasové a všepřesahující. To je pro člověka velmi specifická, intenzivní a významná zkušenost, která může změnit jeho představu o Bohu.

Bibliodrama však není terapie, ani terapie chybných představ o Bohu, jakkoliv může mít terapeutický efekt. Účastník si v průběhu bibliodramatického setkání určuje, jaká témata chce pro sebe otevřít a zda chce v sobě něco změnit, vedoucí ho k ničemu nepřivádějí. I tak při bibliodramatu k nalézání nového vztahu k Bohu může dojít a také dochází.

2.6 Průběh bibliodramatického setkání

Bibliodramatické setkání je souhrnem různorodých účelně seřazených aktivit. Vždy zahrnuje tři základní fáze, začíná přípravnou fází, kdy se nejvíce pracuje s uvědoměním si sama sebe a svého těla, pokračuje vrcholnou fází, kdy dochází k tvůrčímu, scénickému zpracování biblického textu, a končí uzavírací fází, kdy dochází k reflexi prožitého, sdílení prožitků a uvažování o osobním i společném poselství biblického textu.

2.6.1 Rozehřívací fáze

Na začátku setkání je dobré věnovat pozornost prostoru, ve kterém bude práce s biblickým textem probíhat. Důležitá je výzdoba, aby se v něm účastníci cítili příjemně a uvolněně. Je dobré, když se vedoucí tým s jednotlivými účastníky na začátku setkání osobně přivítá, případně i jinak zdramatizuje přechod do bibliodramatického prostoru.

Dalším krokem v přechodu od prostoru venku do chráněného prostoru bibliodramatu je jasné vymezení pravidel a hranic. To napomůže tomu, aby se účastníci cítili bezpečně a mohli ve skupině tvořivě pracovat.

Následuje zpřítomnění, uvědomění si vlastního těla, momentálních pocitů, naladění. Používají se různé relaxační a meditační postupy i rozcvičení celého těla. Často se pracuje s dechem, uvědomováním si smyslů a používají se různá cvičení na uvolnění páteře, končetin, horní části těla. Účastníci se zklidní a začínají se soustředit na sebe a na své pocity.

Na úvod setkání lze zařadit otázku, jak se kdo momentálně cítí, s čím přichází. Zda se cítí dobře nebo má z něčeho obavy, je unaven, má starosti nebo se cítí nemocen. Na tuto otázku postupně každý účastník odpoví. Vedení i všichni účastníci tak získají informaci o rozpoložení každého jednotlivého účastníka a mohou k tomu individuálně přihlédnout v průběhu programu. Pro vedení je to jakási první reflexe, která umožní lépe vyhodnotit následující reakce účastníků na program.

Dalším krokem je seznámení účastníků navzájem, pokud se neznají. Každý účastník se představí a řekne ostatním své jméno a případně některé další informace o sobě. Už v této etapě lze použít některé bibliodramatické prvky, jako např. připojit při představování gesto nebo přídavné jméno, které daného člověka charakterizuje. Lze zde zapojit seznamovací hry používané v zážitkové pedagogice nebo v muzikoterapii, kdy se účastníci seřadí dle místa původu, výšky barvy očí apod. představení spoluúčastníkem.

Následují činnosti podporující stmelení skupiny, aby účastníci mohli ve skupině tvořivě pracovat. K tomu se používá práce s tělem, která postupně přeroste v práci kolektivní jako posílání pohybu nebo signálu dokola, společný tanec, chůze po místnosti spojená se zdravením ostatních a celá řada jednodušších akčních her. Skupina se stmelí a naladí na společnou činnost.

2.6.2 Vrcholná fáze

Ve vrcholné fázi probíhá vlastní práce s biblickým textem. Zpočátku nemusí účastníci text znát, text lze vybrat také až v průběhu setkání, pokud je to vhodné. V některých případech však je text, s kterým se bude pracovat, znám už předem, zvláště při větších setkáních a workshopech. Výhodou případu, kdy text není předem znám je to, že účastníci už předem nezaujmou k textu určitý postoj na základě předchozích zkušeností a všeobecně přijímaných pravd. V tomto případě jsou otevřenější a získávané zkušenosti zkušenost s textem v průběhu setkání mívají hlubší dopad. Podstatné také je odkud, z jakého prostředí účastníci pocházejí, zda z křesťanského prostředí, zda jsou věřícími členy církve či nikoliv.

Libor Buček uvádí, že tento způsob práce, kdy není dopředu znám biblický text, je „mnohem důležitější pro věřícího člověka, který text slyšival již od svého mládí a také si vyslechl nesčetně mnoho výkladů, kázání a komentářů. On k tomu textu přichází s velkým předporozuměním, s nějakou jasnou představou, která může být přejatá, automatická a neosobní, zato dost hluboko zakotvená (z toho většinou vyplývá postoj: Já přece vím, jaké to je, bylo).“²³

Bez ohledu na to, zda je účastníkům text předem znám, pracuje se v bibliodramatu ve většině případů nejprve s jednotlivými slovy, symboly či motivy, které se v textu vyskytují, a až později s celým textem. Hledají se dílčí významy a dílčí texty skrze konkrétní zkušenosti se sebou a se skupinou. K tomu se používají různorodé aktivity, které na sebe navazují, postupují od jednoduššího k obtížnějšímu a směřují k vlastní dramatizaci textu. Střídají se aktivity, v kterých účastníci pracují samostatně, ve dvojicích nebo v malých skupinkách, výsledky mohou být prezentovány v celé skupině. Využívají se různé vyjadřovací techniky, hudební, pohybové, dramatické, výtvarné i slovní komunikaci. Důležité je přitom brát v úvahu všechny složky vnímání člověka, zapojit tělo a smysly, pocity a emoce i rozum a dosáhnout tím vyváženosti v rámci osobního prožitku.

Až po těchto aktivitách je vhodné přečíst biblický text, ke kterému směřuje celé setkání. Je dobré, když každý účastník má text k dispozici a může si k němu dělat poznámky. Je dobré aspoň jednou přečíst text nahlas. V tomto místě programu lze zařadit informace o tom, jak text vznikl, v jaké době a v jakém prostředí i kdo je asi jeho autorem. V této fázi programu mohou být zařazeny aktivity, které člověka dále přiblíží k postavám a důležitým

²³ Buček, Libor: Bibliodrama str. 76.

momentům v textu. Může to být výtvarné zpracování, rozhovor s konkrétní postavou, vytvoření sousoší, psaní dopisu některé postavě, dílčí dramatizace a podobně.

Nyní se dostáváme k vyvrcholení celého setkání, k osobnímu prožitku a zpřítomnění textu. Ve většině případů se využívá dramatizace textu, dramatické provedení příběhu. Účastníci mohou využít všechno, co dosud prožili a co si uvědomili. Vlastní dramatické ztvárnění může mít více podob. Může to být tak, že si každý účastník vybere roli, která ho oslovuje, a příběh se odehraje tak, jak je zapsán v bibli. Jedna osoba může být ztvárněna libovolným počtem účastníků, každý uplatní vlastní pojetí příběhu. Lze si také vybrat roli neživého účastníka příběhu (moře, skála, cesta, poušť...) nebo nějakého abstraktního pojmu, který se v příběhu vyskytuje (světlo, spravedlnost, smutek...), při dramatizaci může taková postava „ožít“, vyjádřit své pocity, promluvit.

Podle délky textu se příběh přehraje celý najednou nebo rozdělený do více scén. Při dramatickém ztvárnění jednotlivých postav v příběhu není důležité, aby se příběh zahrál přesně podle toho, jak je zapsán v bibli, už proto přípravě není věnováno moc času, ale podle toho, jak roli a příběh účastníci momentálně vnitřně cítí, improvizace a intuice zde hraje důležitou roli. Nakolik účastníci do role opravdu sami za sebe vstoupí a kolik jí dají ze sebe je individuálním osobním rozhodnutím každého. Při dramatickém ztvárnění textu není důležité herecké umění a estetická stránka provedení příběhu, ale osobní prožitek každého účastníka a s ním související uvědomění si podstaty příběhu.

Choreografie dramatického ztvárnění textu je zcela v rukou účastníků, mohou dostat k dispozici textilie, výtvarné potřeby, hudební nástroje, mohou využít vše, co je po ruce, nábytek, předměty, apod. Dramatické ztvárnění textu nemusí využívat jen činoherní dramatický styl, ale i pantomimu, hru s loutkami, hudební či zvukové ztvárnění, tanec, sousoší, sled živých obrazů, apod.

Další modifikací dramatizace příběhu může být aktualizace příběhu, která převede historický text do současnosti. To může přinést nové pochopení textu pro nás tady a teď. Hrozí zde však nebezpečí zavádějící interpretace příběhu, vložení vlastní konstrukce, která s původním biblickým textem nemá nic nebo jen málo společného.

Dramatizace příběhu je ústřední fází celého bibliodramatického setkání, nabízí účastníkům prožít text včetně osobních pocitů a emocí, prožít text na vlastním těle, a uvědomit si, o čem pro mne text vypovídá.

2.6.3 Uzavírací fáze

Poslední fází bibliodramatického setkání je reflexe. Reflexe je rozumovým zpracováním prožitku a zatříděním prožitku do naší životní zkušenosti, nalézání širších souvislostí a významů. Účastníci zhodnotí proběhlé aktivity, slovně vyjádří svůj pocit z proběhlých aktivit, tím najdou vlastní přínos z toho, co prožili, a současně obohatí i ostatní účastníky ve skupině.

Reflexe je integrální součástí programu, bez ní by bibliodramatický proces nebyl ukončen. Poskytuje zpětnou vazbu vedoucímu týmu, ale především samotné skupině, „učí člověka, aby viděl své jednání a jeho působení prostřednictvím jednotlivých prožitků a zkušeností, vede ho k tomu, aby se z nich naučil co nejvíce.“²⁴

Při reflexi získávají účastníci odstup od zážitků při práci s textem, utřídí je, pojmenovávají. Na základě reflexe vzniká prostor k objevování souvislostí a smyslu prožitých zkušeností s osobní zkušeností účastníka a k obohacení o novou zkušenost, která může obohatit můj život. Teprve reflexe tvoří ze zážitku zkušenost.

Bibliodramatici tvrdí, že bez reflexe by bylo bibliodrama jen nezávaznou hrou, ne něčím, co člověku umožní dostat se blíže k Bohu a biblickému textu. Domnívám se, že každý zážitek člověka vždy obohatí a reflexe proběhne automaticky na vědomé či nevědomé úrovni v závislosti na úrovni vlastního sebeuvědomění. Prožitá zkušenost ve vrcholné fázi bibliodramatu člověka obohatí vždy, hloubka a rozsah reflexe ale může ovlivnit, do jaké míry a jak intenzivně nabytá zkušenost ovlivní a obohatí můj život.

Reflexe se v průběhu celého setkání vyskytuje víckrát a v různém rozsahu. Krátkou reflexi lze zařadit po každé proběhlé aktivitě, v případě kdy na sebe jednotlivé aktivity přímo navazují, lze zařadit reflexi až na jejich závěr. Prostor pro reflexi by měl být zvláště u aktivit, které vyvolávají emoce.

Délka a rozsah reflexe se může lišit dle věku účastníků, velikosti skupiny, struktury programu i momentálního naladění účastníků. Závěrečná reflexe bývá delší a umožňuje vracet se k jednotlivým aktivitám v průběhu celého setkání

Při reflexi většinou účastníci sedí v kruhu a probíhá formou řízené diskuze, kdy vedoucí kladou otázky a přijímají odpovědi. Je důležité dát každému účastníku prostor se vyjádřit, současně by však nikdo do sdělování vlastních prožitků neměl být nucen v souladu

²⁴ Neuman, Jan: Dobrodružné hry str. 39.

s deklarovaným pravidlem svobody. Pro vytvoření bezpečného prostředí je nutno zdůraznit, že neexistují dobré a špatné prožitky a odpovědi, že žádný příspěvek do reflexe nebude hodnocen a nikdo nebude nikomu radit. S tím souvisí i pravidlo, že zpětná vazba vedoucích na reflexi účastníků by měla být vždy pozitivní.

Správné vedení reflexe je dovedností, na kterou se musí každý vedoucí dobře připravit. Musí umět vést diskusi správným směrem, vzbudit důvěru v účastnících, aby začali hovořit o svých pocitech a prožitcích, vycítit kdy promluvit a co účastníkům sdělit. Měl by klást otevřené otázky bez emocionálního zabarvení. Mohou to být např. otázky: Co jste prožívali? Jak jste se cítili? Co na vás zapůsobilo? Co by to pro vás mohlo znamenat? Jak se vás to týká? Jaký máte pocit? Splnilo se vaše očekávání? Při reflektování negativních pocitů je zvláště potřeba reagovat citlivě a nezařazovat takovouto reflexi na závěr setkání, ale mezi pozitivně laděná hodnocení.

Kromě klasické slovní reflexe, existují i jiné způsoby, jak provést reflexi, lze použít hodnocení gestem, výtvarným provedením, hudebním vyjádřením, dramatickou scénkou, písemným vyjádřením apod.

Reflexe může být zaměřená na pocity účastníků, na události, které se v průběhu setkání odehrály, na jednotlivé významy a symboly, které se objevily, a jejich vysvětlení, na prožitou zkušenost vlastní nebo druhých nebo na rovinu náboženskou, jak naše prožitky souvisí s pojmem Boha nebo víry.

2.6.4 Závěr setkání

Bibliodramatické setkání končí závěrečnou reflexí, po které lze zařadit ještě další ukončovací aktivity. Je to moment pro přechod do reálného světa a je důležité, aby se uklidnil a s pocitem bezpečí opustit bibliodramatický prostor. V českém bibliodramatickém prostředí bývá zvykem položit postupně všem otázku, zda mohou odejít. Tato otázka nevyjadřuje dotaz, zda si všichni vyřešili své problémy, protože to není cílem setkání, ale zda jsou připraveni ukončit společnou práci, nejsou rozrušení nebo nemají pocit, že je třeba ještě něco důležitého udělat před tím, než se rozejdou.

Na závěr lze též zařadit různé závěrečné rituály, tanec, společnou modlitbu případně bohoslužbu a také rozloučení s účastníky.

Společná práce na bibliodramatickém setkání po rozchodu účastníků skončila, ale procesy, které byly ve skupinové práci nastartovány, pokračují dál. Přicházejí nové otázky i

nové odpovědi. Proto v době po ukončení setkání lze s účastníky ještě pracovat by vedoucí tým měl, pokud je to jen trochu možné, s účastníky i v této fázi pracovat. To převážně realizuje následnou písemnou reflexí. Reflexe může být volná nebo se zadáním konkrétních otázek. Při ní si účastník s odstupem utřídí své pocity, dojmy a nové zkušenosti a může si pro sebe vše znovu zhodnotit. Současně tím vedoucí tým získává zpětnou vazbu a informace o podstatných momentech v proběhlém setkání a může čerpat inspiraci i korekce pro další bibliodramatickou práci. Setkání doznívá i v týmu vedoucích, proto by reflexi měli provést i oni.

3 Terapeutické přístupy v bibliodramatu

„Terapeutické přístupy lze obecně vymezit jako takové způsoby odborného a cíleného jednání člověka s člověkem, jež směřují od odstranění či zmírnění nežádoucích potíží, nebo odstranění jejich příčin, k jisté prospěšné změně (např. v prožívání, chování, fyzickém výkonu)“.²⁵ S tím souvisí i význam slova terapie, toto slovo má řecko-latinský původ a je provázáno s termíny léčení, ošetřování, ale také starání se, pomáhání a cvičení.

„Terapeutické přístupy jsou pracovní náplní terapeutů, kteří tyto přístupy aplikují v rámci jednotlivých terapií. Mohou využívat nejrůznější prostředky, metody, techniky a formy práce. Bývají orientovány na léčení, ale také se aplikují preventivně a rehabilitačně. Tradiční klasifikace vychází z medicínské praxe a dělí terapie na chirurgickou, farmakologickou, fyzioterapeutickou a psychoterapeutickou.²⁶ Z hlediska zpracovávaného tématu je předmětem zájmu psychoterapeutické působení, které napomáhá člověku dosahovat psychické normality psychologickými prostředky.

„Psychoterapii lze přesněji definovat jako odbornou, záměrnou a cílevědomou aplikaci psychologických prostředků použitou za účelem pomoci lidem změnit jejich chování, myšlení, emoce či osobnostní strukturu společensky i individuálně přijatelným směrem“.²⁷

Existuje celá řada psychoterapeutických metod, v bibliodramatu se setkáváme nejvíce s expresivními terapiemi, biblioterapií a s určitou formou skupinové terapie.

Expresivní terapie jsou zaměřeny na odborné, záměrné a cílevědomé využití uměleckých prostředků za účelem pomoci lidem změnit jejich chování, myšlení, emoce či osobnostní strukturu společensky i individuálně přijatelným směrem.²⁸ Umělecké prostředky, o kterých v souvislosti s expresivními terapiemi hovoříme, odpovídají výrazovým prostředkům jednotlivých druhů umění – umění dramatickému, hudebnímu, literárnímu a výtvarnému. Expresivní terapie bývají označovány jako arteterapie v širším slova smyslu. Hlavní druhy expresivních terapií rozlišujeme podle volby uměleckého výrazu především na tzv. dramaterapii, teatroterapii, psychodrama, muzikoterapii, biblioterapii a arteterapii (výtvarnou terapii) v užším slova smyslu.

²⁵ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str. 13

²⁶ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str. 13

²⁷ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str. 15 (Procházka, Norcross, 1999)

²⁸ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str. 28 (Procházka, Norcross, 1999)

V minulosti i v současnosti se lidé zabývali otázkou, zda může umění opravdu léčit. První zmínky o léčivých účincích hudby se objevily už v antickém Řecku v díle Platóna, Aristotela. Později začali lidé diskutovat o tom, co je umění. Je to autentický projev v díle libovolného člověka nebo pouze výtvar profesionálního umělce? Existuje umění jako nedělitelný pojem nebo má kategorie, na základě kterých ho lze rozdělit na umění pro umění, umění pro rozvoj osobnosti, umění pro zdraví? Domnívám se, že umění je pojem pro tvůrčí činnost člověka, který souvisí se sebevyjádřením a krásou, která je součástí vesmíru a je přítomna v každém člověku, *kteřý je jeho nedílnou součástí*. Význam jednotlivých uměleckých děl pak můžeme dále kategorizovat, jejich podstata je však stejná a nedělitelná.

Umění působí na člověka ve dvou rovinách a skrze toto působení může ovlivnit i jeho zdraví psychické i fyzické. Jednak receptivní, jež působí skrze pocity, které prožíváme při smyslovém a mimosmyslovém vnímání jednotlivých uměleckých děl. To prožíváme při pohledu na obraz, sochu, při poslechu hudební skladby, při čtení literárního díla nebo sledováním divadelního představení. V druhé rovině aktivní na nás působí vlastní tvorba uměleckého díla, kdy použijeme fantazii, individuální vyjádření, zručnost, cit pro krásu a individuální pohled na svět. Při této činnosti se aktivují často netušené zdroje v nás, znovu prožíváme minulé traumata a objevujeme nekonečné vlastní možnosti. Přitom se uvolňují uložené bloky a stereotypy, může docházet ke změně v postojích člověka k sobě i k druhým. V obou rovinách působení umění na člověka dochází k procesu sebeuvědomování a sebereflexe. A tyto procesy mají terapeutický charakter, dochází ke změnám v prožívání, k novému pohledu na vlastní život i na druhé, a s tím souvisí i změna postojů a chování.

S uměním vzniká vždy cosi hmatatelného, nějaké sdělení, konkrétní význam. Umění má charakter neverbální komunikace²⁹, dochází ke sdělování o sobě i o světě. Umění umožňuje sdělovat nesdělitelné, působí skrze symboly a specifické významy vložené individuálním použitím uměleckých prostředků. Komunikace na úrovni uměleckého vyjádření je součástí expresivních terapií, její charakter se liší podle druhu uměleckých prostředků, které využívá.

²⁹ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str.45, 46

3.1 Dramaterapie

Dramaterapie je terapie, která používá prostředky dramatického umění při práci s klientem. Těmito prostředky jsou pohybové a výrazové prostředky, improvizací hra, symbolická gesta a prostor. Existuje několik samostatných oblastí dramaterapie, které se odlišují použitými dramatickými prvky a postupy. Teatroterapie a psychodrama využívají podobné prostředky dramatického umění, liší se ale v použitých postupech.

Psychodrama je specifická forma dramaterapie, která je doposud spojována se jménem svého zakladatele psychiatra J. L. Morena. Centrem zájmu psychodramatu je klient, který v dramatické improvizaci představuje sám sebe. Vše kolem něho jako terapeut, prostředí, jeviště, další herci, publikum, mu pomáhá v individuálním léčebném procesu pochopit vlastní zážitky, pocity, postoje, touhy, traumata z minulosti i přítomnosti. A na základě tohoto pochopení může změnit něco ve svém uvažování a chování do budoucna. Při psychodramatu se používají dramatické techniky jako hraní vlastní role, monolog, zrcadlo, výměna rolí. V psychodramatu je kladen důraz na pochopení individuálních vnitřních procesů a je proto nepřístupné pro klienty, kteří toho nejsou schopni, klienty s psychotickými potížemi a specifickými potřebami. Dramaterapie disponuje daleko širším teoretickým i metodologickým „zázemím“ a je efektivní pro širší okruh klientů. Dramaterapie je více než na individuálních traumatech založena na tématech, která se objevují spontánně v procesu volné asociace během improvizací. Dramaterapie pracuje se symboly a metaforami, fikcí a hraním jiných postav a častěji se zaměřuje na skupinovou práci než na potřeby jedince.³⁰ Cílem těchto metod, postupů a technik je pak hledání jistých alternativních zdrojů, které pomohou při překonávání komunikačních a vztahových obtíží. Ve světě existuje více různých škol, které lze pod tento termín zařadit.

Dramaterapie se zaměřuje spíše na prevenci, podpůrné působení nebo doléčování klientů s různými diagnózami. Mezi cílové skupiny patří autisté a osoby se specifickými potřebami, osoby s neurotickými a psychotickými poruchami, mládež se specifickými vývojovými poruchami a poruchami učení a chování a osoby ze sociálně ohrožených skupin.

Dramaterapeutické metody a techniky jsou rozmanité a lze je různě uskupovat a rozdělovat. Kritériem může být zaměření nebo cíl, použité prostředky, etapy procesů. Takže v dramaterapii používáme mimo jiné techniky vhodné pro zahájení, pokračování a uzavření

³⁰ Valenta, Milan: Dramaterapie str. 17

lekci, které podporují skupinovou interakci, uvolnění, tělesnou aktivitu, tvořivost, koncentraci nebo naladění. Používají se činnosti spojené s pohybem, zvukové a vizuální impulsy, kostýmy, masky. Všechny tyto techniky lze efektivně využít a též se efektivně využívají v bibliodramatu.

Teatroterapie dosahuje terapeutických cílů prostřednictvím přípravy (včetně přípravy kulisy, kostýmů, technického zázemí) a veřejné realizace divadelní hry. Jedná se tedy o formu práce jakési specifické divadelní společnosti, která vnáší mnohé pozitivní prvky (např. dosažení úspěchu, seberealizace, snížení společenské izolace, tvořivost atd.) do nejistého světa jakkoliv znevýhodněných jedinců.³¹ (Příklad: Bohnická divadelní společnost...)

3.2 Dramaterapie a bibliodrama

Bibliodrama významně využívá dramaterapeutické prvky, vrcholná fáze bibliodramatu je v dramaterapii ukotvena, dochází k dramatickému provedení biblického příběhu. Může mít různé podoby, různou délku, je možné hrát celý příběh v celku, nebo ho rozdělit do více scén. Při dramatickém ztvárnění textu není kladen důraz na herecké umění a estetickou stránku, ale na osobní prožitek každého účastníka a zde významně vystupuje do popředí terapeutický aspekt. Účastník prožívá biblický text včetně pocitů a emocí, dochází k identifikaci s příběhem, znovuprožívání traumat, uvědomování si souvislostí s vlastním životem a vzniká možnost vytvořit si nový pohled na svět, změnit postoje, opustit stereotypy i změnit chování.

3.3 Muzikoterapie

Muzikoterapie je expresivní terapie, která využívá vliv hudby na člověka, na jeho psychické i fyzické prožívání. V muzikoterapii se využívají jednotlivé prvky hudebního umění – harmonie, rytmus, barva zvuku, dynamika, tempo. Hudba sama o sobě působí na člověka skrze zvuk, který má jedinečné fyzikální vlastnosti, kterými působí na lidský mozek, a další jinak obtížně sdělitelné symbolické významy v rovině estetické i filosofické.

V muzikoterapii se většinou pracuje s vokálním a instrumentálním projevem, často bývá zapojen pohyb. Poslech hudby vyvolává v člověku určité psychické i somatické procesy. Člověk vnitřně pociťuje a prožívá působení hudby, jednotlivé zvuky v něm vyvolávají jisté

³¹ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str.141

nálady, pocity, změny chování, ovlivněny jsou i nejdůležitější vegetativní funkce, i tvorba hlasu a řeči včetně vlastních hudebních aktivit. Základem vzniku zvuku je vibrace těles. Jedná se o kmitající molekuly tvořící zvukovou vlnu, která následně prochází sluchovým ústrojím a akustická informace postupuje z periferní části sluchového orgánu do centrální nervové soustavy specifickou sluchovou dráhou a v mozku je zpracována. Avšak kromě této specifické sluchové dráhy prochází část zvukové informace přes mozkový kmen k retikulární formaci. Výsledné působení hudby vzniká v mozku vyhodnocením obou postupů.

Člověk není pod vlivem pouze jednoho akustického podnětu. Nachází se v moři vibrací a jen část těchto vibrací je jeho mozek prostřednictvím sluchu schopen zaznamenat. Náš sluch rozeznává zvuky jen v určitém rozmezí zhruba od 16 do 20 000 Hz, což představuje jen určitou část našeho zvukového vnímání. Zvukové vibrace ale vnímáme i jinými cestami, působí na celý organismus, naše vnímání je multisenzoriální. Zvukové vlny dopadají na buňky celého těla, jsou vnímány na různých úrovních nervových zakončení a dále zpracovávány.³² Zvukovou vlnu mohou tedy vnímat i lidé, kteří trpí vadami sluchu. U těchto lidí jsou velmi rozvinuty ostatní smysly, především hmat, tyto lidé vnímají dopad zvukové vlny na celý povrch těla daleko intenzivněji. I s těmito lidmi lze pracovat v oblasti terapie hudbou či tancem. Zajímavým jevem je, že neslyšící lidé při terapii tancem vnímají rytmus hudby a improvizovaně tančí. Rozkmitané molekuly zvukové vlny proudící vzduchem dopadají na jejich tělo, na jejich kožní systém. Odražené vibrace pak mohou vnímat i bosými chodidly, dotýkajícími se podlahy, nebo dlaněmi opřeny stěnu místnosti.³³

Při poslechu hudby dochází k měřitelným fyziologickým změnám v organismu, hudba ovlivňuje centrum pohybu, svalové napětí, působí v krevním oběhu, na tep, tlak a působí na náš mozek. Ovlivňuje některé neurochemické procesy, zvyšuje hladinu endorfinů, působí na naši psychiku, emoční stavy, příznivě působí při depresích. Existují muzikoterapeutické programy v oblasti preventivní, diagnostické a terapeutické.

Muzikoterapii v závislosti na zapojení klienta rozlišujeme na aktivní a pasivní. Při aktivní muzikoterapii se klienti aktivně účastní při vytváření hudebních zvuků, zapojují vlastní tělo, hlas a hudební nástroje. Při pasivní muzikoterapii klient poslouchá speciálně

³² Lipský, M. Zvuk a hudba jako prostředek muzikoterapeutického působení na lidský organismus, 2006 - www.muzikoterapie.cz/?p=obsah/clanky/zvuk-a-hudba-jako-prostredek-muzikoterapeutickeho-pusobeni-na-lidsky-organizmus

³³ Šimanovský, Zdeněk: Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci, a klinické praxi, Praha, Portál 1988

vybraná hudební díla a nechává na sebe působit zvuky, melodie, harmonie a rytmus. Kromě poslechu hudby ve formě aktivní nebo receptivní bývá v muzikoterapii hudba spojována s pohybem, např. tancem.

Hudba má vliv na sociální chování člověka, je významným komunikačním prostředkem, působí i na duchovní rozměr člověka, zprostředkovává transcendentní zážitky a pomáhá hledat odpovědi na základní životní otázky. Kdo umí naslouchat hudbě, umí naslouchat i druhým lidem.

3.4 Muzikoterapie a bibliodrama

Bibliodrama využívá muzikoterapeutické prvky a procesy v průběhu celého setkání, významnou roli hraje v přípravné fázi bibliodramatu při stmelování skupiny a uvědomování si symbolů a momentů, které jsou ve vybraném biblickém textu důležité, při chvílích meditace, lze ji využít ve vrcholné fázi bibliodramatu při dramatickém ztvárnění příběhu a při závěrečné reflexi. Muzikoterapie je využita podpůrně, má vliv na náladu účastníků, pomáhá dotvořit atmosféru a prožitky při práci s příběhem. Aktivní muzikoterapie umožní projevit a uvolnit emoce a podporuje sebevyjádření. V tomto smyslu též ovlivňuje prožívání a postoje účastníka bibliodramatického setkání a umožní mu nový pohled na sebe i ostatní, otevírá nové světy.

3.5 Biblioterapie

Biblioterapie využívá k terapeutickému působení čtení textů. Předmětem zájmu odborné veřejnosti je od poloviny minulého století, v té době byla popsána jako terapeutická metoda, která využívá knihy a jejich čtení při léčbě psychických onemocnění. Biblioterapie probíhá pod vedením terapeuta.³⁴

Biblioterapie se využívá při léčbě osobnostních a emočních problémů, může být využita jako doprovodná nebo podpůrná terapie při různých léčebných postupech, může více či méně přispět ke zlepšení psychického stavu člověka s osobními problémy. Terapeut stanoví diagnózu a vybere vhodnou knihu, která pojednává o pacientově problému. Biblioterapie může fungovat i ve formě skupinové terapie, kdy terapeut i klienti čtou společně knihu, která má vztah k jejich společnému problému (např. terapeutické skupiny pro drogově závislé).

³⁴ Šinnová, Anna:: Biblioterapie pro opuštěné děti str. 5, 6

Biblioterapie probíhá v několika fázích, klient se identifikuje s knižními postavami a událostmi, procítí a uvolní pocity s tím spojené, a za pomoci terapeuta hledá osobní význam a přínos k řešení vlastních problémů.

3.6 Biblioterapie a bibliodrama

Biblioterapie a bibliodrama mají k sobě velmi blízko. Společnou základnou je čtení textů v konkrétní knize – Bibli. Při bibliodramatu dochází k propojení biblického textu s osobním příběhem účastníka bibliodramatického setkání, k identifikaci s postavami v příběhu a při reflexi hledá osobní význam a přínos textu pro vlastní život.

3.7 Arteterapie

Arteterapie (výtvarná terapie) využívá výtvarné výrazové prostředky k terapeutickým cílům, tedy za účelem pomoci lidem změnit jejich uvažování a chování společensky i individuálně přijatelným směrem.³⁵ Arteterapie má oproti muzikoterapii a dramaterapii pracující se zvuky a dramatem výhodu, že výtvarný projev je přirozenou a bezpečnou formou vyjádření (exprese) přijatelnou pro široký okruh lidí. Při arteterapii mohou být skrze kresbu a další výtvarné činnosti, odhaleny skryté psychické stavy, pocity a nálady a může dojít k jejich uvolnění, zpracování a hledání nových pohledů, inspirací a prožívání.

Při vnímání výtvarného díla používáme ve významné míře zrak a hmat, někdy čich, okrajově sluch nebo chuť. Totéž platí pro aktivní arteterapii. U zrakově postižených klientů se výrazně posiluje význam hmatu a dalších smyslů.

Kresba je prostředek sebevyjádření, skrze který člověk vypovídá sám o sobě a může vyjádřit i věci, které nedokáže nebo nemůže vyjádřit slovy. Současně se kresba stává i významným diagnostickým prostředkem, lze z ní odhalit sklony a nesrovnalosti v prožívání klienta. Významnou roli ve výtvarné terapii hrají barvy, odstíny barev a jejich kombinace, vyjadřují více, než můžeme vnímat zrakem a mají symbolické významy. Výtvarná terapie může být použita samostatně nebo v kombinaci s dalšími terapiemi. Využívá celou řadu technik a metod jako volný výtvarný projev, tematický výtvarný projev, výtvarný projev při hudbě, skupinové výtvarné činnosti, řízený výtvarný projev.

³⁵ Muller, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice str. 47

3.8 Arteterapie a bibliodrama

Bibliodrama využívá arteterapeutické prvky a převážně v přípravné fázi bibliodramatu, při uvědomování si pojmů a symbolů, které jsou ve vybraném biblickém textu důležité. Lze ji využít ve vrcholné fázi bibliodramatu při přípravě scény a kostýmů a podpůrně v průběhu závěrečné reflexe. Hlavní síla arteterapie ve vztahu k bibliodramatu je v její možnosti sebesdělení a sebevyjádření v přípravné fázi bibliodramatického setkání. Účastníci skrze výtvarné vyjádření sdělují o sobě, jak se cítí ve svém životě a ve svých vztazích a připravují si tak prostor pro identifikaci s biblickým textem. Lze využít různé výtvarné techniky, kresbu, malbu, koláž. Vytvořené dílo si účastníci mohou přinést domů a je pro ně připomenutím toho, co na setkání prožili a co si v průběhu setkání pro sebe uvědomili.

3.9 Skupinová terapie

Skupinová terapie je vychází ze vztahů a procesů v rámci terapeutické skupiny. Skupinová terapie je léčebný postup, který k terapeutickému působení používá skupinovou dynamiku, tj. vztahy a interakce mezi členy skupiny.³⁶ Skupinová dynamika je souhrnem norem a interakcí, zahrnuje to, co probíhá uvnitř skupiny i co přichází zvenčí. Patří sem normy a cíle skupiny, koheze (soudržnost skupiny) a tenze (odstředivé síly ve skupině), vůdcovství, projekce minulých zkušeností a vztahů do aktuálních interakcí, tvorba podskupin, vztahy jedinců a skupiny a vývoj skupiny v čase. Jedinci přijímají role ve skupině, které většinou odpovídají rolím ve svém životě, procházejí procesem uvědomování si vlastních postojů i vztahů k druhým. Cíle skupinové terapie se zaměřují na osobní růst klientů, sebepoznání, odstranění chorobných symptomů, na přípravu na návrat do běžného života, pochopení vlastních sociálně nežádoucích vzorců chování jako nezbytný krok ke změně chování a sociální adaptaci.³⁷

3.10 Skupinová terapie a bibliodrama

Jedním pilířem bibliodramatu je skupina účastníků setkání a bibliodrama si bez skupiny si nelze představit. V průběhu bibliodramatu působí skupinová dynamika a současně různé chápání stejného biblického textu obohacuje celou skupinu a pomáhá účastníkům nově

³⁶ Kratochvíl, Stanislav: Základy psychoterapie, Praha, Portál 1997

³⁷ Kratochvíl, Stanislav: Skupinová psychoterapie neuros, Praha, Avicenum 1978

vidět druhé i sebe. Atmosféra ve skupině ovlivňuje, jak se účastníci otevřou společné práci i hloubku probíhajících procesů. Účastníci přijímají v průběhu bibliodramatu různé role ve skupině, procházejí procesem uvědomování si vlastních postojů a sociálních rolí.

3.11 Systemické terapie

Psychoterapeutické postupy lze rozdělit podle zaměření na individuální práci s klientem a na práci se systémem, jehož je klient součástí. V počátcích psychoterapie se práce soustřeďovala výhradně na individuální terapii, s postupem času si ale terapeuti uvědomili, že sociální chování klienta je do velké míry determinováno sociálním prostředím, v kterém žije, toto prostředí určuje jeho životní postoje a výrazně ovlivňuje jeho sociálního fungování. Základním systémem, v kterém člověk funguje, je jeho přirozená rodina, v širší rovině přátelé, firma, společnost. Z tohoto předpokladu vychází systemické terapie, v které se sestavují sociální systémy klienta, hledá se nerovnováha v systému a hledají se varianty pro znovunalezení jeho rovnováhy. V souvislosti s tím dochází u klienta k uvědomění si souvislostí v dynamice systému s jeho osobním životem a hledání nových postojů, východisek a lepšího sociálního fungování v souladu se změnou vztahů uvnitř systému. Jednotlivé směry v systemických terapiích se liší v postupech při práci se systémem, někteří terapeuti postupují více racionálně, jiní více intuitivně.

Zajímavým jevem je, že pokud se sestavování systému neúčastní přímo jeho vlastní členové, pak zástupci konkrétních členů systému vykazují shodné pocitové a charakterové prvky jako původní členové tohoto systému. To nelze vysvětlit racionálně a funguje na čistě intuitivní úrovni. Terapeutovi to umožňuje snáze sestavit klientův systém a dává mu určité možnosti, jak s ním dále pracovat. Tento jev je dáván do souvislosti s poznatky C. G. Junga, jenž je zakladatelem teorie o kolektivním nevědomí.³⁸ Domnívá se, že určité informace o vývoji celého vesmíru a lidstva v podobě tzv. kolektivního nevědomí má v sobě zakódován každý člověk.³⁹ „Je to obdobné tomu, jak v každé lidské buňce je obsažena kompletní genetická informace o celém člověku. Nebo to lze přiblížit paralelou s hologramem, v jehož každé části je přítomen celý obraz. Vypadá to, že podobně je v každém člověku obsaženo paměťové povědomí o celém lidstvu a kosmu.“⁴⁰

³⁸ Bobek, Milan, Peniška, Petr: Práce s lidmi, str.113

³⁹ Bobek, Milan, Peniška, Petr: Práce s lidmi str. 112

⁴⁰ Bobek, Milan, Peniška, Petr: Práce s lidmi str. 94

V kolektivním nevědomí se nacházejí informace, které jednotlivec nemůže znát z vlastní zkušeností a mohou pocházet i z jiných kultur. Tyto informace nacházíme např. v mytologických příbězích různých národů všech světadílů. Objevené shodné prvky v různých individuálně zabarvených obsahových formách nazývá Jung archetypy. Archetypy zahrnují určité paměťové a programové informace týkající se vývoje celého lidstva.⁴¹ Kolektivní nevědomí podle Junga zahrnuje takové fenomény, jako je všelidské svědomí, řád věcí, principy etiky nebo zdroj intuitivního chování jedince. Kolektivní nevědomí se tak může stát zdrojem intuitivních zpráv různých proroků a průkopníků lidského poznání, kteří ke svým závěrům nedocházeli pouhým experimentálním zkoumáním jevů, ale zprávy přicházeli z jejich nitra, z jejich vnitřního světa. A tyto procesy, které jsou dostupné všem, lze využít v terapii.

Současné systemické terapie navazují na původní rodinné terapie, kdy se sestavování systému účastní členové systému osobně (např. rodinné terapie Virginie Satirové), nově přicházejí s tím, že členové systému se terapie neúčastní fyzicky, ale systém klienta se sestavuje ze zástupců původních členů systému. V systemické terapii se využívá práce v prostoru, postupuje se nedirektivně, terapeut orientuje práci na řešení, ne na problém, tzn. kam směřujeme, jakého stavu chceme dosáhnout, ne co všechno je špatně. Mezi zakladatele systemické terapie patří Steven de Shazer, Insoo Kim Bergová, zajímavé jsou systemické konstelace Berta Hellingera.⁴²

Systemické terapie vykazují určité paralely s dramaterapií. Pracují též se symboly a metaforami, hraním vlastní role i jiných postav, též se zaměřují na skupinovou práci. Zcela specifická je ale orientace na systémové procesy, zkoumání vztahů v systému a hledání zdrojů pro rovnováhu a řád v systému klienta. Dochází k uvědomění si a uvolnění vlastních i systémových omezení a klientovi se otevírá cesta k odstranění či zmírnění nežádoucích potíží a ke změně v prožívání i chování.

3.12 Systemické terapie a bibliodrama

Systemické terapie nemají k bibliodramatu přímý vztah, ale existují zde některé společné prvky a východiska. Při bibliodramatu se pracuje s biblickým textem, jednoznačným zdrojem informací archetypického charakteru. Účastníci bibliodramatického setkání se

⁴¹ Bobek, Milan, Peniška, Petr: Práce s lidmi str. 116

⁴² Bobek, Milan, Peniška, Petr: Práce s lidmi str. 112

s těmito informacemi konfrontují a interně tyto informace prožívají. V druhé rovině při dramatickém ztvárnění biblického textu účastníci přímo vstupují do biblického příběhu jako zástupci jednotlivých postav, které v příběhu figurují a představují příběhem vymezený systém. Přitom dochází k něčemu, co je více než divadelní ztvárnění určité dramatické role. Procházejí hlubokým zážitkem obsaženým v biblickém příběhu plném archetypických informací, identifikují se s postavami příběhu, prožívají s nimi jejich příběh, a konečně tyto zážitky konfrontují se svou osobní životní zkušeností.

Při bibliodramatu nedochází k fázi hledání, jak nastolit řád v systému, naopak předkládaný systém je zkoumán jako konečný a vypovídající o daném tématu. Účastník poznává jednotlivé postavy z příběhu, prožívá s nimi jejich pocity a postupně proniká k jádru příběhu. Takový prožitek může ovlivnit postoje a myšlenkové postupy účastníka a být impulzem pro změnu ve vlastním prožívání a chování.

4 Bibliodramatické setkání říjen 2009

Ve dnech 9. – 10.2010 jsem se zúčastnila bibliodramatického setkání na Katolické teologické fakultě v Praze pod vedením Doc. PhDr. Mirei Ryškové Th.D., Mgr. Zuzany Pelechové a Bc. Magdalény Bodlákové. Jednalo se o výběrový seminář pro studenty všech oborů, pořádaný katedrou biblických věd. Já jsem se zúčastnila jako pozorovatel, částečně jsem se zapojila do jednotlivých aktivit a částečně jsem pomáhala vedoucím s organizací setkání.

Setkání se zúčastnilo 18 studentů, přibližně polovina byla z KTF z různých oborů, druhá polovina byla z ETF, oboru Pastorační a sociální práce. Ve skupině převažovaly ženy, muži byli též zastoupeni, tvořili přibližně jednu třetinu účastníků. Někteří účastníci se znali ze školy nebo z dřívějších setkání, většinou ale šlo o první setkání. Přestože šlo o seminář v rámci výuky na KTF, jednalo se o klasické bibliodramatické setkání v celém rozsahu.

Jako pozorovatel jsem obdržela program setkání. Ostatní účastníci obdrželi program po skončení setkání, aby si mohli utřídit dojmy ze setkání a vypracovat písemnou reflexi, která byla kromě účasti na setkání podmínkou pro zápočet.

Program setkání byl následující:

Gn 11,1-9

Já v jednotě i nesouladu s ostatními: jednota – zmatek – nová jednota?

(na základě čeho?, jak k ní dospět?)

Pá 9. 10. 2009 15,00 – 18,00

- **Uvítání:** Jaké je Tvé jméno? Víš, co znamená Tvé jméno – každý dostane lístek s vysvětlujícím textem svého jména
- **Rozehříváčka:** Chůze – nalézání společného rytmu
- **Uvedení do bibliodramatu**
- **Představení týmu**
- **Co je (a není) bibliodrama** - Vymezení, typy, fáze, cíle, nároky
- **Reflexe** - Význam reflexe, typy reflexe

- **Podmínky účasti**
- **Kolečko** - Každý řekne jméno, co očekává a jak mu momentálně je
- **Představení gestem** - V kruhu – každý charakterizuje své jméno gestem, ostatní opakují s opakováním jeho jména
- **Ztvárnění jména** - Práce s přinesenými krabicemi. Za použití nejrůznějších materiálů a technik každý vytvoří z krabice symbolický objekt, jenž reprezentuje jeho jméno – jeho osobu. Dovnitř vloží lístek s tím, co jeho jméno původně znamenalo. Může dopsat a vložit dovnitř, co pro něj znamená jeho jméno.
- **Reflexe:** Prezentace jména
- **Tanec** - Kolový tanec, kde všichni dělají totéž: vytvoření jednoty
- **Čtení textu** - Všichni pouze slyší přečtený text
- **Zadání úkolu:** bez dalšího přečtení každý převypráví písemně buď na místě, nebo doma slyšený text. Svůj text si přinese v sobotu s sebou.

So 10. 10. 2009 9,30 – 12,12 hod.

- **Zakotvení – kolečko**
- **Zmatená řeč – překlad**
- **Rozehřívačka – zmatek.** Každý z účastníků dostane na lístečku zadán úkol, který musí v následujících pěti minutách plnit. Úkoly jsou záměrně protichůdné, vždy jeden v rozporu s druhým. Nastane tak atmosféra rozkolu, zmatku, vše za velké vřavy.
- **Převyprávěný text** - Každý přečte nahlas svou verzi příběhu.
- **Rozdělení do skupin** - Jednotliví členové skupin si sdělí navzájem jedním slovem/ větou, o čem text pro ně je (jaký nadpis by textu dali) : návrhy zapíše. Každá skupina se nakonec shodne na jednom společném názvu.
- **Text a jeho rozbor**
- **Přestávka**

- **Práce se jménem** - Návrat ke krabicím, možnost dokončit či opravit své jméno. Napsat označení-jméno, kterým bych sama sebe pojmenovala v dané chvíli. Uložit ke krabici/ do krabice. Krátká „meditace“, co pro mne mé jméno v různých aspektech znamená. Každý si najde svůj způsob vystihující jeho jméno, který doplní zvukem hudebního nástroje, jež si předtím vybral. Každý předvede své jméno jednotlivě. Posléze někdo začne vytvářet své jméno znovu i s doprovodem hudebního nástroje a ostatní se k němu postupně přidávají, až všichni vytvářejí pohybující se celek.
- **Reflexe:** Co znamená udělat si jméno. Jak se kdo cítil se svým jménem v celku všech?
- **Stavění města**
- **Pohled na město z různých pozic - Reflexe**

Oběd 12,30 – 14,00

- **Co si myslí Hospodin – horká ulička.** Účastníci vytvoří uličku, kterou prochází velmi pomalu Hospodin – Hospodin tak v chráněném prostoru na druhou sestupuje z hory a přemítá o Babylonské věži, trestu, o lidské pýše, jejich dílu... (toho ztvárňuje jeden z účastníků, v případě váhavosti je Hospodin vybrán sociometricky, podle nejvyššího počtu voleb: každý položí ruku na rameno tomu, koho chce za Hospodina). Jednotliví účastníci vyslovují nahlas Hospodinovy myšlenky, stávají se jeho vnitřními hlasy. Po projití uličkou se Hospodin může vyjádřit k vyslechnutým myšlenkám a doplnit je svými. Hra trvá asi 15 min. Po ní následuje asi 15 min. reflexe.
- **Hraní příběhu od konce.** Volba ústředního výrazu, věty nebo parafrázující reakce – každý napíše na papír A4: sestavení příběhu z těchto výrazů-vět, redukce na 5 nejdůležitějších, rozdělení do skupin podle toho, kde se v dané chvíli člověk v příběhu nachází, které ze sdělení ho oslovuje. Členové skupin se chvíli o dané části příběhu baví, pak se dohodnou na dramatizaci svého úseku beze slov, resp. S jen ojedinělými slovy nebo zvuky. Dramatizuje se od konce po každé dramatizaci, přihlížející část skupiny komentuje, co viděla. Na to jsou předvádějící vyzváni, aby udělali další pokračování svého příběhu, další gestický krok – opět komentář. Na závěr komentář celého dění.

- **Přestávka**
- **Hraní příběhu z různých perspektiv.** Návrat do skupin, které vytvořily společné pojmenování a zahrání příběhu z perspektivy zvoleného tématu – dramatizace může být za použití i bez použití slov, zvuků, nástrojů, rekvizit. Reflexe
- **Závěrečná reflexe -** V čem je tento text pro mne/ pro společnost aktuální, jaké poselství si odnáším?
- **Úklid**
- **Nešpory/Mše**

4.1 Průběh setkání

Účastníci bibliodramatického setkání začali přicházet k místnosti v prvním patře budovy KTF v pátek před třetí hodinou. Při příchodu dostal každý účastník obálku se svým jménem. Obálky byly předem připraveny podle seznamu přihlášených studentů. Dostali pokyn, aby se podívali do obálky a přečetli si vložený text.

4.1.1 Uvítání a rozcvička

Následovalo zahájení setkání. Vedoucí setkání přivítali příchozí a začala úvodní rozcvička, která napomáhá uvědomění si sama sebe, svého těla a svých pocitů i zapojení do skupiny a připravuje půdu pro společnou práci. Účastníci dostali pokyn, aby chodili po místnosti v libovolném směru a přitom vnímali rytmus vlastního těla, aby se soustředili na pocit – jdu sám. Po chvíli přišel nový pokyn, při chůzi se mají naladit na ostatní a jít s nimi společně jako celá skupina ve společném rytmu. Účastníci se společně zastavovali a opět vykračovali, chůze ve skupině se zrychlovala a zpomalovala. I směr chůze se postupně sjednocoval. Asi po deseti minutách se všichni zastavili a posadili.

4.1.2 Uvedení do bibliodramatu a představení týmu

Účastníci byli seznámeni s tím, co bibliodrama je, bylo zdůrazněno, že základním přístupem v bibliodramatu je biblický text prožít, bibliodrama neoslovuje jen rozum, ale člověka v celistvosti, jeho tělo i smysly. A to bude také náplní tohoto setkání.

Dále byli všichni přítomní seznámeni se základními pilíři bibliodramatu a průběhem setkání. Následovalo vysvětlení pojmu reflexe, která ve spojení s osobním zážitkem přináší člověku novou zkušenost.

Poměrně velký prostor byl vymezen pro vysvětlení pravidel včetně pravidla o citlivosti k druhým a diskrétnosti. Účastníci nemusí o sobě prozrazovat nic, co nechtějí a když se vyjádří, nikdo to nehodnotí a dále nesděluje. Bylo zdůrazněno, že dobré rady a kritika je zakázána.

Úvodní fáze byla ukončena kolečkem, v kterém každý řekl své jméno, odkud pochází a co studuje, jak se momentálně cítí a co od setkání očekává.

4.1.3 Práce s vlastním jménem

Přítomní se postavili a každý postupně jeden po druhém v kruhu vyjádřil své jméno gestem, pak ostatní zopakovali toto gesto společně. Tady a postupem času i při dalších aktivitách se objevila otázka, zda se jedná v první řadě o jméno jako takové nebo o vyjádření toho, kdo jsem já, co já sám cítím. V tom může být rozdíl, ne každý je úplně spokojen se svým jménem a může se cítit se svým jménem jen do určité míry spjatý a tak o svém jméně i někteří účastníci vyprávěli. Vedoucí upřesnili, že mají především vyjádřit své jméno, přemýšlet o tom, kdo jsem já se svým jménem a co to pro mne znamená.

Práce se jménem se postupně rozvíjela v různých rovinách. Následovalo výtvarné vyjádření vlastního jména. Účastníci si měli na setkání přinést libovolnou kartonovou krabici, např. od bot. Vedoucí přinesli různé výtvarné potřeby, barvičky, vodové barvy, tempery, velké množství starých časopisů, reklamních tiskovin a kalendářů, nůžky, lepidla. Účastníci dostali za úkol vytvořit za použití vybrané techniky z krabice symbolický objekt, jenž reprezentuje jejich jméno, osobu. Převážná většina přítomných zvolila techniku koláže doplněnou o další výtvarné techniky. Výtvarná činnost trvala přes hodinu a vznikla zajímavá výtvarná díla. Do krabice na závěr účastníci vložili lístek se svým jménem a jeho vysvětlením, který na začátku setkání dostali. Krabice je prostorový objekt, nabízí více možností vyjádření toho, kdo jsem já, než jen papír. Něco je na povrchu a něco uvnitř, něco je vpředu a to ukazují v první řadě a něco je vzadu. Byly použity různé barvy a symboly, někteří ukryli uvnitř krabice své tajemství.

Po skončení práce následovala reflexe. Každý účastník postupně dle svého uvážení prezentoval svůj objekt a sdělil ostatním, co chtěl svým výtvozem vyjádřit.

4.1.4 Dýchání

Následovala aktivita, která nebyla v původním programu. Byla zařazena místo původně plánovaného tance. Její význam byl ve vytvoření a procítění jednoty ve skupině. Účastníci byli vyzváni, aby vytvořili kruh a lehli si na zem, hlavou do kruhu. Zavřeli oči, soustředili se na dýchání a zhluboka dýchali. Postupně došlo k uklidnění a uvolnění. Zpočátku dýchal každý sám za sebe, později všichni ve stejném rytmu. Celá skupina se nadechovala a vydechovala. Následovalo ještě intenzivnější propojení dýchající skupiny. Přítomní se rozdělili do dvojic, jeden si lehl hlavou na břicho druhého a vnímal, jak dýchá, postupně sjednotil dech se svým společníkem. Pak se vystřídali. Celá aktivita vyvrcholila propojením celé skupiny. Účastníci si postupně v kruhu proti směru hodinových ručiček pokládali hlavu na břicho svého souseda, až se kruh uzavřel. Pak začali dýchat a přitom sledovali dech souseda, na jehož břicho měli položenou hlavu, postupně dech sjednocovali do stejného rytmu. Celá skupina se nadechovala a vydechovala, byl to velmi intenzivní zážitek.

Při této aktivitě došlo k velmi blízkému kontaktu účastníků, při kterém mohlo dojít k narušení hranic jednotlivců, ale nikdo neprotestoval a všichni se zapojili, i když následně při závěrečné reflexi se ukázalo, že pocity přítomných při této aktivitě byli různé a náznaky rozpaků se vyskytovaly. V mém případě zvítězila zvědavost z tak zajímavého zážitku nad nepříjemným pocitem z příliš intimního kontaktu s nepříliš známým člověkem. Je možné si položit otázku, zda bylo vhodné zařadit tak kontaktní aktivitu hned na první den setkání, kdy se účastníci navzájem teprve seznamují. V každém případě to byl nezvyklý zážitek a došlo k naladění a sjednocení celé skupiny.

4.1.5 Čtení textu

Účastníci si stále ještě vleže vyslechli biblický text. Text byl přečten pouze jednou. Byl zadán úkol: Bez dalšího čtení textu napsat na papír převyprávění přečteného tak, jak komu utkvěl v paměti nebo jak si ho pamatoval z jiných příležitostí, kdy se s tímto textem setkal. Vyprávění si měli všichni přinést druhý den s sebou.

Přesné znění textu:

Budování města a věže

Gen 11,1-9

¹*Celá země byla jednotná v řeči i v činech.* ²*Když táhli na východ, našli v zemi Šineáru pláň a usadili se tam.* ³*Tu si řekli vespolek: „Nuže, nadělejme cihel a důkladně je*

vypalme“. Cihly měli místo kamene a asfalt místo hlíny. ⁴Nato řekli: „Nuže, vybudujme si město a věž, jejíž vrchol bude v nebi. Tak si učiníme jméno a nebudeme rozptýleni po celé zemi“.

⁵I sestoupil Hospodin, aby zhlédl město i věž, které synové lidští budovali. ⁶Hospodin totiž řekl: „Hle, jsou jeden lid a všichni mají jednu řeč. A toto je teprve začátek jejich díla. Pak nebudou chtít ustoupit od ničeho, co si usmyslí provést. ⁷Nuže sestoupíme a zmateme jim tam řeč, aby si navzájem nerozuměli.“ ⁸I rozehnal je Hospodin po celé zemi, takže upustili od budování města. ⁹Proto se jeho jméno nazývá Babel (to je zmatek)^h, že tam Hospodin zmátl řeč veškeré země a lid rozehnal po celé zemi.⁴³

Páteční setkání bylo u konce. Proběhlo ještě kolečko, kdy každý řekl, jak se cítí a zda může v pořádku odejít domů a setkání bylo ukončeno.

4.1.6 Zahájení druhého dne setkání – téma zmatek

V sobotu ráno se sešli všichni účastníci a program byl zahájen tím, že každý sdělil, jak se po ránu cítí.

Poté si všichni přítomní stoupli do kruhu a začali komunikovat neverbálně – pomocí gest, pohybů a výrazu tváře. Úkolem bylo porozumět tomu, co je sdělováno. Každý účastník postupně neverbálně sdělil nějakou větu svému sousedovi a ten se pokusil vyjádřit význam tohoto sdělení slovně. A pak sdělil další větu neverbálně opět svému sousedovi. Bylo velmi zajímavé, jak byli někteří výmluvní i v neverbální rovině a jaké myšlenkové postupy probíhaly u hádajících při odhalování neverbálně sdělované informace. Účastníci si mohli sami vyzkoušet, jaké to je, když nerozumí jazyku druhého člověka.

Následovala pohybová aktivita, byly rozdány lístečky s úkoly, které měli přítomní opakovaně provádět. Někteří přemísťovali nábytek, vynášeli boty z místnosti, přenášeli různé předměty, jiní vraceli předměty zase zpátky. Nastal naprostý chaos, kdy všichni opakovaně prováděli stejné úkony ale bez nějakého řádu nebo vnitřního smyslu. Úkoly byly záměrně protichůdné, vznikla tak atmosféra zmatku a rozkolu. Aktivita trvala asi 10 minut, pak účastníci dostali pokyn, že mají s plněním úkolů skončit a vše uklidit na původní místo. Zmatek a neklid začal odcházet, ale pocit rozladěnosti ve všech dlouho přetrvával.

^h Hebrejská slovní hříčka zmatek – zmátl; akkadské Bab-ili značí Brána boží.

⁴³ Bible, Český ekumenický překlad, Česká biblická společnost 1995, str. 29

4.1.7 Biblický text

Účastníci byli vyzváni, aby přečetli svou verzi příběhu, kterou si na tento den připravili. Každý postupně přečetl vlastní příběh. V příbězích jednotlivých účastníků se promítal příběh tak, jak ho v paměti zaznamenali při čtení v pátek večer, současně se ale do osobního pojetí promítalo i to, co o příběhu četli nebo slyšeli v minulosti, neboť se jedná o příběh poměrně známý a často vykládaný. Dostali další úkol: vyjádřit svou verzi příběhu jedním slovem nebo větou, o čem text pro ně vypovídá, jakýsi nadpis příběhu, a zapsat svůj návrh. Poté měli vytvořit skupiny na základě podobných nadpisů, spojit se měli ti, jejichž nadpis obsahoval podobné pojetí příběhu nebo se soustřeďoval na stejnou fázi nebo na stejné postavy v příběhu.

Vzniklo 5 skupin soustřeďujících se tématicky na:

- Pýcha a trest
- Mnoho lidí a jedna stavba
- Jednota a rozdílnost
- Neposlušnost vůči Hospodinu
- Neschopnost si rozumět

Každá skupina se pak ujednotila na společném názvu.

Následovala teoretická část setkání. Mireia Ryšková rozebrala text z hlediska existujících výkladů a vysvětlila historické pozadí příběhu. Vlastní mytologický základ příběhu nejspíš tkví ve vysvětlení různosti jazyků a rozptýlení lidí po zemi. Příběh obsahuje historické souvislosti s dobou svého vzniku. Asyrští králové získávali jméno stavbou města a věže a věřili, že toto jméno jim umožní nesmrtelnost. Babel byl považován za bránu Boží, na východě se nacházel ráj.

Příběh se zřejmě váže k osobě asyrského krále Sargona II, který v 8. století před naším letopočtem budoval město a věž, aby si udělal jméno a chtěl sjednotit celé podrobené území jednou řečí, aby mohl lépe vládnout. To se mu ale nezdařilo, město nedostavěl a říši nesjednotil, zemřel v boji. Jeho velikášské ambice se staly základem pro biblický příběh, který se později v různých obměnách vykládal jako příběh o pýše a pádu člověka.

4.1.8 Práce se jménem

Práce se jménem byla ústředním tématem celého setkání. Pro pochopení příběhu si účastníci na základě různých aktivit uvědomovali, co pro ně jejich jméno znamená, co vyjadřuje, jak jsou s ním spjati a v návaznosti na tom pak, co pro ně znamená jméno získat.

Účastníci se vrátili ke svým krabicím a mohli na nich po všem, co dosud prožili, něco změnit nebo vylepšit. Na závěr napsali na papírek jméno, kterým by pojmenovali sami sebe v danou chvíli. Papírek se jménem pak vložili do krabice a krabici zavřeli.

Následovalo neverbální vyjádření vlastního jména. Přítomní dostali k dispozici jednoduché Orfeovy hudební nástroje. Každý si znovu našel pohyb, který vystihuje jeho jméno, vybral si hudební nástroj a pomocí zvuku své jméno doplnil. Každý předvedl vyjádření svého jména jednotlivě a pak všichni společně. Jednotliví účastníci se postupně přidávali, až vznikl hrající a pohybující se celek. Účastníci podvědomě reagovali na zvuky a pohyby ostatních, takže se postupně ustálil určitý rytmus i forma.

Následovala reflexe, při které každý účastník řekl, jak se cítili při společném vyjádření svého jména za doprovodu hudebního nástroje a co pro ně osobně znamená udělat si jméno. Vyjadřovali se k tomu, jak se cítili v pohybující a hrající skupině, kde vnímali v prostoru své místo a jak vnímali ostatní.

4.1.9 Stavění města

Tato aktivita byla vyvrcholením dosavadní práce. Účastníci byli vyzváni, aby společně postavili město uprostřed místnosti ze svých krabic. Každý se směl dotknout a přemísťovat pouze svou krabici, bylo povoleno stavět krabice na sebe. Bylo povoleno použít i další předměty v místnosti a pomocí nich stavbu dotvořit. Stavění probíhalo určitou dobu a účastníci byli limitováni okamžikem, kdy vedoucí dají signál, že doba stavby je u konce a není možné už na stavbě cokoliv změnit.

Stavba vznikala postupně. Na první krabice byly vršeny další, někteří s tím nebyli spokojeni, vytahovali své krabice zespod a dávali je na lepší místo, nejlépe někam nahoru, kde je na ně dobře vidět. Postupně byly do stavby zapojeny i další předměty, krabice s výtvarnými potřebami, misky s občerstvením, dekorativní předměty a další předměty, které se v místnosti vyskytovali. V jedné části stavby vznikla vysoká věž, která byla neustále přepracovávána a vylepšována, několik stavitelů se opakovaně snažilo umístit svou krabici

úplně nahoru, ale vždy přišel někdo další, kdo tento úmysl zhatil a svou krabici položil na všechny ostatní.

Jedna účastnice, jejíž krabice se tak octla dole, vzala šátek a přehodila ho přes celou věž, takže jednotlivé krabice, z kterých byla věž tvořena, nebyly vůbec vidět. V tom okamžiku přišel signál od vedoucích, že stavba je u konce a žádný další přesun není povolen.

Protože čas pokročil, rozhodli se vedoucí, že vyhlásí polední přestávku a vše další nechají až na odpolední program. Proběhlo kolečko, kdy měl každý říct, zda je v pořádku a může v klidu odejít na oběd. Nyní ale došlo k nečekané události. Jeden účastník řekl, že je rozrušený a že nesouhlasí, aby stavba takhle zůstala, že se cítí poškozen tím, že jeho krabice není vidět a že chce, aby se dal pryč šátek, který je na věži. Další stejně zainteresovaný účastník se k němu přidal a vznikla poměrně vášnivá diskuze. Účastnice, která šátek přes věž přehodila, nechtěla ustoupit a trvala na tom, že pravidla neporušila. Byli vyzváni postupně všichni, aby vyjádřili svůj názor, přikláněli se na jednu nebo druhou stranu, nikdo ale nechtěl ustoupit, nevypadalo to, že by mohlo dojít k dohodě. Čas letěl, ve skupině vládly emoce a vedoucí se snažili diskuzi usměrnit, dohoda ale byla v nedohlednu. Postupně někteří trochu slevili ze svých požadavků, ale k dohodě stejně nedošlo. Někteří vyslovili názor, že pokud došlo k přehození šátku ze „zlého“ úmyslu (zakrýt krabice ostatních), měl by být dán pryč. Jiní namítali, že úmysl při stavbě není možné hodnotit.

Co se stalo, že došlo ke sporu? Byla to náhoda? Nebo se rozkol a zmatek popisovaný v příběhu promítl do našeho stavění města?

Nakonec Mireia Ryšková nabídla všem účastníkům řešení, že nyní půjdeme všichni na oběd a po obědě se k problému vrátíme. S tím posléze všichni souhlasili.

Obědvalo se společně ve studentské místnosti, oběd připravila Mireia Ryšková a přispěli i někteří další účastníci setkání.

Někteří diskutovali o vzniklém problému i v průběhu oběda, jiní ne, ale v každém případě jednota ve skupině a dobrý pocit ze společné práce byl narušen. Vedoucí diskutovali dost vášnivě mezi sebou, co s problémem dál. Část vedení zdůrazňovala, že bibliodrama není terapie a že vyřešení problému přesahuje hranice bibliodramatu, druhá část zastávala názor, že je třeba problém ve skupině dořešit.

Po polední přestávce převzala vedení Mireia Ryšková, vzala si slovo a řekla, že přehození šátku přes věž proběhlo podle pravidel, neboť nebyla přemístěna žádná soukromá krabice a neexistovalo pravidlo, které by říkalo, že účastníci mají právo, aby jejich krabice

byla vidět. A zeptala se všech, zda by souhlasili s tím, že šátek sundáme a pak všichni posoudíme, jak stavba vypadá, pak dáme šátek opět zpátky a znovu všichni posoudíme, jak stavba bude vypadat po této úpravě. Všichni na to přistoupili. Byl vyzván stavitel, který nejvíce protestoval proti šátku, aby ho upravil tak, jak by to pro něj bylo přijatelné. Smotal šátek na vrchol věže a krabice, z kterých byla věž tvořena, se odkryly. Poté se mohli připojit další a šátek ještě trochu poupravit. Nakonec z šátku vznikla jakási bář na vršku věže. Pak se postupně vyjádřili všichni, jak na ně stavba nyní působí. Protestující vlastníci krabic pod šátkem byli nyní spokojeni.

Poté byl šátek opět přehozen přes věž a účastníci pozorovali, co se změnilo a jak na ně stavba působí nyní. Převážil názor, že stavba s šátkem působí po estetické stránce lépe, neboť šátek má hezký vzor, je velký a zakrývá rozmanitost jednotlivých krabic a předmětů pod ním. Při novém přehození šátku už ale došlo k určitému posunu oproti původnímu přehození a všichni vnímali, že to už není úplně totéž, co předtím, původní stavba už tu nebyla, nebyl tu už ani původní spor v celém rozsahu. To pomohlo v daném okamžiku posunout se dál od předmětu sporu a emoce se postupně začaly uklidňovat. Původní problém se tím nevyřešil přímo, ale skupina byla schopna se od problému odpoutat a to umožnilo další společnou práci. Spor ale zůstal v určité podobě na úrovni emocí ve skupině po celý zbytek setkání.

4.1.10 Hraní příběhu

Vzhledem k velké časové ztrátě vzniklé v souvislosti se sporem při stavbě města, byl odpolední program zkrácen a některé připravené aktivity byly vypuštěny. Vše se nyní soustředilo na vrcholnou fázi bibliodramatu, na hraní příběhu.

Příběh byl hrán po skupinách, které vznikly na základě vlastního vyprávění textu a stejného nadpisu. Nejdříve byl hrán od začátku do konce, pořadí skupin bylo dáno podle toho, jak se jednotlivé skupiny svým nadpisem zařadily postupně v chronologii příběhu. Některé fáze příběhu se překrývaly, ale to nebylo na závadu, každá skupina podala vždy své vlastní pojetí. Skupiny dostaly krátký čas na přípravu. Dostali různé barevné látky, krabice, hudební nástroje a další rekvizity. Při hraní příběhu vždy dochází k improvizaci, při které účastník - postava reaguje pocitově na vzniklou situaci, není tedy třeba dlouhý čas na přípravu.

Skupiny začaly postupně hrát své příběhy. Výrazně se hned od začátku projevoval rozdíl mezi jednotou stavitelů města a věže na začátku příběhu a rozkolem a zmatkem na závěr příběhu, kdy si stavitelé přestali rozumět a začali mluvit různými jazyky. To se velice výrazně promítalo ve scénickém vyjádření všech skupin. Předvedení jednotlivých skupin se

lišilo v důrazu na jednotlivé fáze příběhu, některé se soustředili na společnou stavbu, některé spíš na setkání s Hospodinem, další na rozkol mezi lidmi.

Po skončení proběhla krátká reflexe zážitků účastníků z toho, co sami hráli a co viděli u druhých skupin. Všichni opakovaně zdůrazňovali rozdílný pocit při společné stavbě na začátku příběhu, kdy byli jednotní, snad až uniformní, jako kdyby neměli vlastní vůli, a na konci příběhu, kdy došlo k rozkolu, nepochopení. Důležitým momentem byl také závěr příběhu. Na účastníky zapůsobilo, jak pod dojmem toho, co se stalo, se rozběhli na všechny strany, běželi jedním směrem, pak zase jiným, byli zmateni. Co bude dál? Kam máme jít?

Následovalo hraní příběhu od konce opět ve stejných skupinách. Začalo se rozkolem po zmatení jazyků a skončilo se jednotou na začátku příběhu. Účastníci se opět krátce připravili a jedna skupina po druhé předvedla svou část příběhu. Příběh nyní přecházel od emocí nejednoty a rozkolu k jednotě a porozumění.

Následovala reflexe zážitků při hraní a pozorování příběhu při hraní od konce a následně v celé šíři obou hraných variant. Účastníci opět hovořili o tom, že vnímali silný rozdíl mezi neosobní jednotou na začátku příběhu a prosazování vlastní vůle po zmatení jazyků na konci příběhu. Zazněl názor, že zmatení jazyků snad ani nezpůsobil Hospodin, ale zapříčinili ho sami lidé skrze dobro a zlo v nich a jednotu tím rozbili. Nápadná byla snaha prosadit sám sebe bez ohledu na to, co by chtěli ostatní. Síla zmatku a rozkolu na závěr příběhu působila na všechny velmi silně. Ale byl tam i výrazný moment nejistoty, kam půjdu, co budu dělat dál? To byl významný moment pro zamyšlení.

Protože čas setkání vypršel a přiblížil se čas začátku mše, která byla domluvena na závěr setkání, byl program setkání ukončen. Účastníci byli vyzváni k závěrečnému kolečku, kdy každý sdělil své dojmy ze setkání, co si odnáší a jestli může v klidu odejít. Někteří včetně vedoucích se ještě vrátili ke sporu, ke kterému došlo při stavbě města, a reflektovali nepříjemné pocity s tím spojené. Celkově ale bylo setkání hodnoceno všemi kladně, účastníci odcházeli spokojeni plni zážitků a impulsů k přemýšlení.

Vedoucí pak setkání ukončili a se všemi se rozloučili.

Část účastníků odešla na mši, zbylí pomáhali s úklidem a postupně odcházeli.

4.2 Použití terapeutických metod v rámci setkání

V rámci setkání byly použity některé terapeutické techniky, arteterapie při práci s krabicemi, muzikoterapie při vyjádření svého jména, skupinová terapie v průběhu celého setkání, výrazně při společném dýchání a stavbě města, dramaterapie při hraní příběhu, biblioterapie při práci s biblickým textem. Tyto techniky umožnily hlouběji proniknout do příběhu a současně terapeuticky působit na účastníky, záleží vždy na tom, jak jsou tomuto působení otevřeni.

Důležitou roli z terapeutického hlediska hrálo tzv. „kolečko“, kdy účastník na závěr většího bloku aktivit i na závěr celodenního programu řekne, jak se cítí a zda může v klidu odejít. Tento krok se používá při skupinových terapiích a je pravidelně zařazován i do průběhu bibliodramatických setkání. Vzniká důležitý moment, kdy vedoucí mohou podchytit případný problém jednotlivce ve skupině a poskytnout mu individuální pomoc a podporu. Při tomto setkání došlo při „kolečku“ před obědem k eskalaci emocí hned u několika účastníků, došlo k napětí a nesouladu ve skupině a ukázalo se, že je skutečně nezbytné, aby vedoucí byli odborně způsobilí takové situace řešit a že situace, které mohou v průběhu setkání nastat, nelze podceňovat.

5 Diskuse

Bibliodrama využívá socioterapeutické metody jako je dramaterapie, muzikoterapie, arteterapie, svým způsobem funguje na stejných principech jako biblioterapie, skupinová a systémová terapie. Tyto metody představují širší rámec pro práci s biblickým textem a jsou významným činitelem v působení na účastníka setkání. Terapeutické účinky se projevují v osobním přínosu účastníka bibliodramatického setkání. Účastník setkání prochází bibliodramatickým procesem, zahrnujícím uvedené terapie v různých fázích setkání, získává osobní zkušenosti, prožívá biblický příběh a společnou práci ve skupině, hovoří o svých pocitech a reflektuje prožité zkušenosti. Vždy záleží na osobním přístupu a připravenosti účastníka, nakolik je otevřen sebepoznávacím procesům a nakolik je otevřen změnám ve vlastním životě. To pak ovlivní i terapeutický přínos, který si ze setkání odnese. Účastník nepřichází na bibliodramatické setkání s terapeutickým cílem, prioritní cíl je seznámit se a pracovat s biblickým textem.

A při této práci probíhá souběžně řada terapeutických procesů v různých fázích a v několika vrstvách a účastník souběžně s prací nad biblickým textem pracuje i sám se sebou, identifikuje se s příběhem a postavami, odpovídá si na vlastní otázky, zkouší si různé role, přemýšlí a hovoří o svých pocitech a vše reflektuje. Po skončení setkání o všem přemýšlí a reflektuje znovu, konfrontuje získané zkušenosti s reálným životem a tím promítá získané zkušenosti do svého života.

Tvůrci bibliodramatu deklarují, že bibliodrama není terapie. Středem pozornosti je vždy biblický text a zájem o to, co mně osobně říká, co pro mě osobně znamená. Terapeutický rozměr ale nelze přehlédnout, jde ruku v ruce s prací nad biblickým textem. Autoři bibliodramatu se domnívají, že člověk je schopen sám při bibliodramatickém setkání zpracovat osobní témata a impulsy, které se ho osobně dotýkají, a praxe jim dává víceméně za pravdu.

Domnívám se, že autoři oficiálně odmítají terapeutický rozměr bibliodramatu z důvodu obsahových a praktických problémů s tím spojených. Nechtějí, aby se biblický text stal pouze prostředkem terapeutického působení. Mohly by vzniknout organizační problémy, zvýšily by se požadavky na odbornost vedoucích bibliodramatu, mohla by se zhoršit dostupnost pro účastníky z širší veřejnosti. To vše je pochopitelné. Současný stav v každém případě klade vysoké nároky na vedoucí bibliodramatických setkání, aby velmi pečlivě připravovali program, vyvarovali se emočně silných témat, sledovali individuálně účastníky

setkání, včas zachytili jejich případné emoční výkyvy a bezodkladně je v rámci možností řešili.

Bibliodrama je nekonvenční metodou pro práci s biblickým textem, orientovaná na prožitek a osobní zkušenost. Klade důraz na zkušenostní poznání, prožitek a pocity účastníka, racionální uvažování je následně významné při reflexích a uvědomování si souvislostí biblického příběhu s osobním příběhem účastníka. Použité terapeutické metody v rámci bibliodramatické práce tento aspekt též podporují. Účastník prožívá své místo ve skupině, identifikuje se s biblickým příběhem, vyjadřuje se uměleckými technikami, používá výtvarný, hudební nebo dramatický projev, procesy prožívá na emoční úrovni a až následně je reflektuje a přemýšlí o nich. A prožité zkušenosti se pak mohou stát impulsem ke změnám ve vlastním životě.

Bibliodrama není klasickou vědeckou metodou, založenou na měřitelném pozorování a racionálním uvažování, je procesem, do kterého je zapojen člověk nejen svým rozumem, ale celým svým tělem, smysly, pocity, dojmy. Tím se dostáváme na křehkou hranici mezi vědomím a nevědomím, na hranici toho, co přesahuje naše rozumové uvažování. A na této hranici je i teorie o kolektivním nevědomí C. G. Junga a jeho archetypy i princip systemických terapií, který u nás není oficiálně uznáván za vědeckou metodu. Domnívám se, že tyto teorie mají v bibliodramatu své místo. O vlivu a pojetí těchto teorií v rámci bibliodramatu lze ale diskutovat.

Bibliodrama je nekonvenční metodou pracující s osobní zkušeností a já jsem v praktické části své práce zvolila podobný postup, založila jsem ji na osobním prožitku. Uvědomuji si, že existuje řada dalších možností, jak tuto metodu popsat. Domnívám se však, že i můj přístup může přispět zájemcům o tuto metodu jako ilustrativní vodítko.

6 Závěr

Bibliodramatické setkání je hlubokou osobní zkušeností pro každého účastníka. I když hlavním cílem je práce s biblickým textem, probíhá v rámci bibliodramatického setkání řada terapeutických procesů, které působí na účastníka bibliodramatického setkání. Terapeutické působení závisí na připravenosti a otevřenosti účastníka změnit své prožívání, myšlenkové postupy a chování.

Bibliodrama nám nabízí tvořivou a invenční metodu práce s biblickými texty, působí na člověka v celistvosti, na jeho myšlení i prožívání psychické a tělesné. Přestože tvůrci bibliodrama deklarují, že se nejedná o terapii, dochází v průběhu bibliodramatického setkání k terapeutickým momentům, které mohou mít účinek na prožívání, myšlení a chování člověka.

Cílem mé práce bylo popsat, co bibliodrama je, z čeho vychází a jak působí na účastníky bibliodramatických setkání. Vycházela jsem z teoretických poznatků a praktických zkušeností s popisovanou metodou a domnívám se, že jsem tento cíl v rámci svého úhlu pohledu splnila. Hypotézu, zda má bibliodrama terapeutické účinky, by bylo možné dále ověřovat a zkoumat u účastníků bibliodramatických setkání.

7 Použitá literatura

1. BOBEK, Milan, PENIŠKA, Petr: Práce s lidmi, Brno, NC Publishing 2008
2. BUČEK, Libor: Bibliodrama, diplomová práce, KTF UK 2006
3. ČERMÁKOVÁ, Dana: Bibliodrama, diplomová práce, ETF UK 1999
4. ČERNIŇÁKOVÁ, Eva: Pastorační a terapeutický rozměr Duchovních cvičení sv. Ignáce z Loyoly, diplomová práce, ETF UK 2005
5. GAŠPAŘÍKOVÁ, Hana: Bibliodramatická práce jako možnost práce s biblickým textem ve skupině, diplomová práce, ETF UK 2003
6. HELLINGER, Bert: Rodinné konstelace, Praha, Triton 2007
7. KRATOCHVÍL, Stanislav: Skupinová psychoterapie v praxi, Praha, Galén, 1995.
8. KRATOCHVÍL, Stanislav: Základy psychoterapie, Praha, Portál 1997
9. KRATOCHVÍL, Stanislav: Skupinová psychoterapie neuros, Praha, Portál 1997
10. LIPSKÝ, M.: Zvuk a hudba jako prostředek muzikoterapeutického působení na lidský organismus, 2006 - www.muzikoterapie.cz
11. MULLER, Oldřich: Terapie ve speciální pedagogice, Olomouc, UPOL 2005
12. NEUMAN, Jan: Dobrodružné hry a cvičení v přírodě, Praha, Portál 1998.
13. PITZELE, Peter A.: Scripture Window. Toward a Practise of Bibliodrama, Los Angeles: Torah Aura Production, 1998
14. POHL-PATALONG, Uta: Lebendigkeit mit Struktur und Reflexion - Bibliodrama in (West-)Deutschland, Textraum – Internetové stránky www.textraum.de
15. PRACH, Václav: Řecko-český slovník, Praha: Scriptum 1993
16. SEDLÁČKOVÁ, Marta: Bibliodrama. Úskalí a možnosti, diplomová práce, ETF UK 2004
17. ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk: Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci, a klinické praxi, Praha, Portál 1988
18. TEXTRAUM 2007 : Internetové stránky: www.textraum.de
19. VALENTA, Milan: Dramaterapie, Praha, Portál 2001
20. VYMĚTAL, J. a kol. Obecná psychoterapie, Praha, Grada 2004

21. WINTEROVÁ, Zuzana: Bibliodrama, diplomová práce, KTF UK 2008
22. BIBLIOTERAPIE, Pracovní materiál Brno 2005
23. SKUPINOVÁ PSYCHOTERAPIE (on line) –
www.portal.cz/scripts/detail.php?id=2072
24. ŠINNOVÁ, Anna: Biblioterapie pro opuštěné děti, diplomová práce, Masarykova univerzita, Brno 2006

8 Přílohy

8.1 Závěrečná reflexe k bibliodramatickému setkání, 9. -10. 10. 2009

Veronika Ratajová

- Srovnajte prosím svůj text, který jste napsali po prvním čtení, event. představu, kterou jste o tomto příběhu měli na začátku, s tím, jak příběh dopadl v naší společné práci, jak ho vidíte teď. Změnilo se něco osobně pro Vás na základě této práce s příběhem. Pokud ano, tak co? (míru otevřenosti sdělení nechávám na každém).

Změnilo se pro mě hodně hlavně ve vztahu k roli Hospodina v celém příběhu. Pisatel textu mu přiděluje přesnou roli v příběhu, postupně jsem ale dospěla k závěru, že není jednoznačné, do jaké míry sám Hospodin zasáhl a do jaké míry došlo k nedorozumění mezi lidmi a následnému chaosu skrze „dobro“ a „zlo“ v člověku nebo pro mě přesněji skrze uvědomění si vlastní identity člověka. A tohle uvědomění a vše, co s tím souvisí, jsem silně pociťovala při hraní poslední scény, které jsem se zúčastnila (Mnoho lidí a jedna stavba), bylo to velmi silné.

- Pamatujete si větu, kterou řekla E., když přikrývala „věž“ šátkem? Co tomu předcházelo? (*Domnívám se, že tato věta byla pro celý další vývoj klíčová, mnohem důležitější než to, že Petra nezaznamenala přesně pravidlo o hýbání s objekty, protože ona byla poslední, kdo něco dělal, takže to pravidlo už dál nehrálo roli.*)

Nepamatuji si ji přesně, ale mám pocit, že to bylo ve smyslu ... no pánové, nelíbí se mi, co jste to tu vytvořili!

- Emoce již pravděpodobně odezněly a můžeme se ke konfliktu vrátit: jak ho hodnotíte, co otevřel, k čemu došlo? O čem ten konflikt podle Vašeho mínění původně byl a kam se posunul? Jak souvisí s biblickým tématem?

*Konflikt podle mého názoru souvisel s biblickým příběhem, naladili jsme se na něj a pohádali jsme se při **Stavbě města a věže**. Šlo o rozdílné názory na to, jak by se mělo se stavbou pokračovat a jak by město a věž měly vypadat. Nebyli jsme schopni se dorozumět – nemluvili jsme stejným jazykem...*

Uvědomila jsem si až dodatečně, že to, co se stalo, nemusela být náhoda. Pracovali jsme s biblickým příběhem o stavbě Babylona a také jsme si přestali rozumět,

začali jsme mluvit různými jazyky a vznikl zmatek, aniž jsme si uvědomili, co se děje. Ten příběh se nám do toho stavění promítl, aniž jsme si uvědomili, o co přesně jde. Já jsem si to například uvědomila až v neděli. Stejně téma se pak opakovaně promítalo i do našich hraných scének, bylo to velmi silné, zvláště když jsem se osobně účastnila. Také jsem o tom mluvila při reflexi naší scénky Mnoho lidí a jedna stavba... Bylo to silné uvědomění si vlastní identity a prosazení se po období života v bezvýrazné uniformitě. Úplně mě to ovládlo. Vše mi docházelo až postupně. Večer jsem byla hodně unavená. V noci na neděli jsem měla velmi živý sen, že jsem v městě duchů, kde vládou nějaké gangy, které si silou udržují moc, a přežít může jen ten, kdo se k nim přidá. Bála jsem se o život a skrývala jsem se... hledala jsem někoho, kdo mě ochrání. Vzbudila jsem se a tekly mi slzy ještě dlouho. Až v průběhu neděle začaly emoce odcházet a já jsem si uvědomila celou hloubku toho, co jsme prožili.

- Jak hodnotíte seminář ve vztahu k poselství biblického textu?

Seminář ukázal velký potencial bibliodramatu – prožili jsme text velmi intenzivně a pochopili řadu souvislostí, které na první pohled nebo poslech nejsou patrné

- Zhodnoťte přípravu semináře, průběh a práci vedoucího týmu.

Velmi dobrá, nápaditá, strhující, inspirativní ...opravdu smekám 😊

- Jak hodnotíte skupinu a společnou práci v ní – s ohledem na skupinovou dynamiku i na vztah k biblickému textu?

Skupina není homogenní, což není nic zvláštního vzhledem k tomu, že vznikla vlastně nově, vztahy ve skupině se teprve utvářely. Jsou tam silné osobnosti, které se nebojí říct svůj názor a nenechají se zatlačit do podřízené role. To svým způsobem i napomohlo k lepšímu pochopení biblického textu. Skupina má velký potenciál ve své různorodosti, který může přinést bohaté zkušenosti a prožitky, ale klade vyšší nároky na vedení semináře

8.2 Reflexe Babylonské věže s ohledem na odevzdané reflexe

Doc. PhDr Mireia Ryšková Th.D.

Cílem bibliodramatické práce obecně je setkání konkrétního člověka s biblickým textem a jeho poselstvím v rámci společných aktiv skupiny, a to za pomoci kreativních technik a práce s emoční a zkušenostní dimenzí člověka (a skrze to, zadaří-li se, s Bohem). Ve hře je tedy text, konkrétní člověk se svou biografií (zkušenostmi, naturelem, zraněními, znalostmi i emocemi, předsudky...) v dané době a společnosti, skupina se svou dynamikou a Bůh skrze to všechno.

Každé bibliodrama (ostatně jako každý podobný způsob práce) má část rozechřivací (odložení starostí, uvolnění, zpřítomnění tady a teď), část úkolovou (jednotlivé aktivity) a část reflexivní.

Reflexe může být verbální i neverbální, komplexní nebo zaměřená jen na určitý aspekt. Vyvážit poměr akce a reflexe není snadné, protože příliš dlouhé a detailní reflexe nakonec účastníky unavují a věnují se jim s nechtí. Reflexe, alespoň letmá, je důležitá k tomu, aby se prožitek stal zkušeností, něčím, co mohu používat v životě. Mnoho věcí dochází člověku až po skončení (negativních i pozitivních), když se v klidu nad uplynulými věcmi zastaví. „Hry“ na odlehčení, uvolnění, soustředění se nereflektují, aktivity, které nesou obsah, ano. Reflexí samozřejmě je i to, když člověk mluví o svém výtvaru nebo o tom, co viděl, slyšel apod., nebo reaguje gestem apod. Domnívám se, že všechny aktivity byly reflektovány, možná pro někoho ne dostatečně.

Cílem tohoto setkání (kromě seznámení s tímto typem práce, jenž byl pro mnohé pro mnohé nový) byla práce s textem Gn 11,1-9. Naším předpokladem bylo, že většina lidí vnímá tento text jako text o lidské pýše a Božím trestu za ni. Tento předpoklad se víceméně naplnil, jak bylo patrné již z přečtených textů jednotlivých účastníků. Celý seminář měl v zásadě dvě témata, s nimiž se v jednotlivých aktivitách pracovalo: mít jméno-učinit si jméno a jednota-rozbitá jednota.

Jméno patří k člověku, je jakousi jeho šifrou, výrazem jeho identity. Mít jméno je důležité, abychom mohli být sami sebou. Na druhé straně udělat si jméno znamená proslavit se, zajistit se, být nepřehlédnutelné, nepřeslechnutelný, v krajnosti být sám sobě bohem. Když si chtějí jméno udělat všichni najednou, věc ztroskotá. Pro mnohé bylo jakýmsi „aha“-zážitkem poznání, že k nedorozumění, rozdělení může dojít i bez toho, že by Bůh sám aktivně do děje zasahoval. Ačkoliv tato skutečnost byla během semináře několikrát vyslovena, přesto si ji mnozí pro sebe objevili až ex post. Udělat si jméno jako skupina znamená vybudovat si pevnou identitu opřenou o vlastní úsilí, která může vést až k diktatuře.

Text sám má mnoho možností interpretace, jak jsme se přesvědčili, kromě nejspíš vlastního starého mytologického základu (vysvětlení různosti jazyků a rozptýlení lidí po zemi) je důležitou skutečností, že text je historicky jakousi ironickou reflexí či kritikou na snahy asyrského krále Sargona II. (722/1-705; Mezopotámie) na konci 8. stol. př. n. l., který budoval město s citadelou, aby si udělal jméno a celé podrobené území chtěl sjednotit jednou řečí, aby ho mohl ovládat. Jeho snaha skončila neúspěchem, město, kterým si chtěl udělat jméno, Dur Scharrukin nedostavěl a říši jazykově nesjednotil, neboť v roce 705 př. n. l. padl. „Sargon, král všehomíra: vybudoval jsem město a dal mu jméno Dur-Scharrukin. V něm jsem vybudoval bezkonkurenční palác. Lid, který jsem deportoval, jsem přiměl mluvit jednou řečí a připočetl k lidu Asýrie.“ To jsou slova z napsů Sargona II. V průběhu dalších dějin byl text vykládán vždy v novém dobovém kontextu. To ospravedlňuje i výklad náš. Paralely s nedávnou minulostí i současností si každý může vést sám.

Proto jsme pracovali s tématem mít jméno – udělat si jméno, co k mému jménu, tedy nakonec ke mně patří a co ne. Mít jméno je jedna věc, a to důležitá a pozitivní, dělat si jméno je věc druhá, ambivalentní, protože je vždy otázka, na čem stavím svou důstojnost (tedy z čeho si dělám jméno) a jak přitom respektuji druhé. Stavba města z jmen-osob jednotlivců to dokumentovala docela dobře. Nešlo o psychohru, byť by se tímto způsobem dala tato aktivita velmi dobře použít. Záměrně tomu tak nebylo. Pozorování skupiny prozrazovalo nechtěně leccos o jednotlivcích, ale nebylo cílem jednotlivce „veřejně“ konfrontovat s tím, co viděl nezainteresovaný divák ani komentovat dynamiku skupiny. Pohled z různých pozic měl umožnit komentář z odstupu a také z různých výšek. Z různých stran a výšek mělo město nejružnější charakter včetně věže, jež se stala zdrojem zápasu. Na pohled shora jsme možná nebyli dost vysoko, ale přesto je to jiný pohled než zdola. Město zůstalo nedokončené – možné není v lidských silách takovou věc provést. Věž by se stejně nakonec zhroutila, jak se ukazovalo již při stavění. Stačilo by „fouknout“. Navíc už z pohledu shora ze židle byla relativně nízká.

Jednota – rozbitá jednota a co dál: Stavění města a dramatizace v jednotlivých scénách (byť to někomu připadalo nadbytečné) ukázaly, že jednota není jen pozitivní, nýbrž i ohrožující, a že rozptýlení volá po další akci. To se projevovalo automaticky v postojích, gestech, zvucích v jednotlivých scénách. Samozřejmě, že tohle člověk ví, důležité je si uvědomit, jak na tyto skutečnosti reaguje naše tělo (my bez cenzury rozumu nebo s omezenou cenzurou) a jak jsme spojeni i v rozdělení, aniž spolu komunikujeme slovy. Scény odhalovaly tuto dimenzi, šok z nechápání, nemožnosti komunikace, chaos a potřebu nového kroku. Jednota počátku (i v dobré vůli účastníků) se zrušila (samozřejmě zejména oním konfliktem – viz dále) a automaticky vyvstávala otázka po novém sjednocení, po hledání cesty, která už možná nepovede přes budování společného jména, nýbrž přes respekt různosti. Na této cestě vedle dobré vůle a pocitu sounáležitosti musí být ve hře i rozum a uvědomělý respekt k hranicím druhého člověka. Tato jednota je úkolem lidského společenství.

Konflikt: *E... skutečně řekla: „Už se na to nemohu dívat“ a zahalila věž (budovanou dvěma muži A. a M.) svým šátkem. Udělala to ještě ve chvíli, kdy nebylo zřejmé, že je to zcela poslední gesto. Měla na to právo a vyjadřovalo to její vidění věci, když ještě před tím z oné soutěže o věž vystoupila a umístila svou krabici dolu k ostatním dopředu. Většina z účastníků větu či její smysl zaznamenala dobře, i když se na ni v dané chvíli nesoustředila. Při reflexi z různých pozic se však tento moment kupodivu nestal kontroverzním, nýbrž teprve před odchodem na oběd při otázce, zda jeden každý může odejít. Ať už k negativní odpovědi M. vedly jakékoliv pohnutky, vrátil za asistence E. situaci, která se již zdála v zásadě uzavřená, zpět. Debatu nebudu připomínat. Atmosféra výrazně zhoustla, protože už nešlo o hru, ale o reálný konflikt, který v dané chvíli neměl řešení. E. udělala to, nač měla právo v rámci pravidel hry, nic neporušila, přesto se kluci postavili do pozice (lhostejno z jakých důvodů), že jim to vadí, protože šlo o jejich dílo, které si někdo dovolil zakrýt. Argumentace estetikou byla podle mého pohledu sekundární. Mohla bych to kvalifikovat jako jistý ústupek a nabídku cesty k řešení. V této chvíli bylo nutné najít nějaký kompromis, nejen proto, abychom se najedli, ale i proto, že by se celá věc posunula od průběhu terapeutické skupiny, na čemž velmi mnoho z účastníků nebylo vůbec zainteresováno (jistě by se dali do konfliktu postupně vtáhnout, jenže právě o to nešlo) k práci na tématu Gn 11,1-9. Po obědě se zůstalo u estetické roviny debaty, což nebylo skutečným řešením, nicméně bylo možné jít o kus dál. Ve skupině zanechal celý průběh sporu nepříjemný pocit, který ovlivnil i vnímání odpoledne. Rozebírat celý konflikt víc i z hlediska skupinové dynamiky by si bylo vyžádalo mnohem víc času, domnívám se, že by to bylo možná prospěšné pro jednotlivce i skupinu, ale vzdánilo by nás to od vlastní práce. V písemných reflexích byl však přínos konfliktu vyzdvižen a hodnocen kladně.*

Konflikt nebyl plánován a odhalil velmi plasticky, jak to vlastně s tou společnou prací, s vlastním jménem a jeho budováním prakticky je. Tedy především posílil poznání, že opravdu k rozjetí a zmatení jazyků (nerozumění si) není zapotřebí žádný speciální Boží zásah, že je to důsledek lidského jednání, které ovšem Bůh nechá běžet. Bůh nás netrestá, jen velmi často nechá situace dojít k nutným důsledkům. Ty pak často semelou vinné s nevinnými, to ano.

Negativně hodnocené části semináře, jak jsem je z reflexí zaznamenala:

Obsahová stránka semináře: Technika společný dech byla částečně vnímána jako příliš brzká (skupina se málo zná), u některých úkolů nebylo pro některé zcela jasné přesné zadání, konflikt nebyl dořešen; hraní ve zpětném pořádku někdo hodnotil jako zbytečné; vazba mezi pátečním budováním vlastního jména a sobotním návratem k vlastnímu jménu nebyla dostatečně jasná, někteří pocítovali tento návrat jako nadbytečný. U jednotlivých aktivit pro někoho nebyla zcela jasná vazba k biblickému textu, tedy cíl aktivity. Ne všechno bylo dostatečně reflektováno.

Organizační stránka: Dopředu nedostatečně stanovený konec semináře (pátek večer a sobota). Někomu vadilo střídání v týmu při realizaci jednotlivých aktivit. V pátek nebyla přestávka. Na závěrečnou reflexi bylo už málo lidí. Na úklid už nebyl skoro nikdo.

Za nedostatečně jasně stanovený čas semináře se omlouvám, nějak jsem předpokládala, že je to jasné. Byla to moje chyba, že jsem to do mailu neuvedla. Na semináři byl však už konec ohlášen jasně, proto mě překvapilo, že někteří odcházeli bez toho, že by to ve chvíli, kdy o věci byla řeč, řekli. Společný dech byla na první setkání odvážnější technika (původně byl plánován společný tanec, což zůstalo i v programu, který jsem rozeslala), protože tato technika navozovala téma jednoty a sjednocení víc než tanec. Naše zkušenost je, že takovéto bibliodramatické skupiny jsou schopné ji zvládnout, jinde bychom ji nepoužily. Někteří z vás ji v tomto směru považovali za adekvátní. Obecně nejsme zejména v křesťanském prostředí zvyklí na dotykovost a vnímání vlastního ani cizího těla. Díky, že jste byli schopní do toho jít.

Týmová práce je pro nás nezbytná od samého počátku, zadávat lze aktivity i v blocích (jeden člověk na jedno půldne-podle našich zkušeností na základě reflexí účastníků to účastníci nevnímali nijak kvalitativně rozdílně od střídání v zadávání po aktivitách. V přesnosti zadávání se budeme snažit o větší jasnost a jednoznačnost. Občas jsou otázky od účastníků i pro nás překvapivé, protože nelze vidět všechny aspekty dopředu, pak se může objevit i váhání nebo kompromisní řešení. Zadávání po jednotlivých akcích nám umožňuje trochu oddychu, zejména pokud je akce emocionálně náročnější. I my to prožíváme, byť máme větší odstup. Nám se zas do toho promítá otázka správnosti vedení, správnosti vlastních reakcí, respektu k vám jako jednotlivcům i skupině. Většinou je to tak, že aktivitu vede ten, kdo má na její přípravě buď největší podíl, nebo osobní zájem.

Díky za donesené pochutiny, součinnost, pochopení, odvahu jít do věci, toleranci, kázeň, a až na malé výjimky i včasné dodání reflexí s kritickými připomínkami. Díky za vás!

8.3 Obrázková příloha



Obr. 1: Hraní příběhu



Obr. 2: Společný tanec



Obr. 3: Bibliodramatický prostor