

Univerzita Karlova v Praze

Husitská teologická fakulta

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2012

Bc. Ivana Impassa Ifoli

Univerzita Karlova v Praze
Husitská teologická fakulta

Diplomová práce

Možnosti využití výtvarných technik s prvky arteterapie při práci s mentálně postiženými osobami

Possibility of using art techniques for persons with mental disabilities

Vedoucí práce:
PaedDr. Nataša Mazáčová, Ph.D

Autor:
Bc. Ivana Impassa Ifoli

2012

Poděkování:

Ráda bych poděkovala celému pracovnímu týmu ÚSP DUHA v Písku, dennímu stacionáři Oáza a SIMPU (Sdružení pro integraci mentálně postižených) v Praze, kteří mi umožnili praxi ve svých zařízeních a poskytli tak vynikající podmínky pro vypracování mé diplomové práce

Děkuji paní PaedDr. Nataše Mazáčové, Ph.D za vedení práce, za její rady, připomínky, vstřícnost a podporu.

Dále bych chtěla poděkovat své rodině a známým, převážně panu Bc.Tomášovi Rezkovi, kteří mě po celou dobu podporovali a pomáhali mi.

V Praze, dne 15. června 2012

Bc. Ivana Impassa Ifoli

.....

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou diplomovou práci s názvem Možnosti využití výtvarných technik s prvky arteterapie při práci s mentálně postiženými osobami, napsala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, odbornou literaturou a dalších odborných zdrojů.

V Praze, dne 15.června 2012

Bc. Ivana Impassa Ifoli

.....

ANOTACE

Cílem mé diplomové práce bude seznámit veřejnost s možnostmi arteterapie, které jsou vhodné pro jedince s mentálním postižením.

V teoretické části jsem se zabývala tématy: Dětský výtvarný projev, Speciální výtvarná výchova, Arteterapie, Cíle arteterapie, Arteterapeutické techniky, Mentální retardace.

V praktické části jsem vymýšlela jednotlivé přípravy – metodické postupy pro práci s mentálně postiženými s prvky arteterapie.

KLÍČOVÁ SLOVA

Dětský výtvarný projev

Speciální výtvarná výchova

Arteterapie

Cíle arteterapie

Arteterapeutické techniky

Mentální retardace

ANNOTATION

The goal of my thesis is to introduce professionals concerned with special educational or art with the art techniques with elements of art which are suitable for individuals with mental disabilities.

In the theoretical part, I looked at the themes: Children's creative expression, Special art, Art Therapy, Symbols in art therapy, Goals of art therapy, Art Therapy techniques, Mental retardation

In the practical part I have to invent an individual training - methodology for working with mentally handicapped and implement various activities with elements of visual art.

KEY WORDS

Children's creative expression

Special Art

Art therapy

The objectives of art therapy

Art Therapy techniques

Mental retardation

Obsah:

Úvod	9-10
Teoretická část	
1. Dětský výtvarný projev zdravého a postiženého jedince	11-23
2. Speciální výtvarná výchova	23-25
3. Arteterapie	25-27
3.1 Metody arteterapie.....	27-31
3.2 Vymezení arteterapie.....	32
3.3 Formy arteterapie.....	33-34
3.4 Barvy v arteterapii.....	34-39
3.5 Symboly v arteterapii.....	39-40
4. Cíle arteterapie	40
4.1 U duševně nemocných.....	41
4.2 U mentálně postižených.....	42
5. Příklady arteterapeutických technik	43-45
6. Osobnost arteterapeuta	45
7. Mentální retardace	46-47
7.1 Nejčastější příčiny mentální retardace.....	47.
7.2 Stupně mentální retardace.....	48-50
Praktická část	
Metodické přípravy.....	51-80
Závěr	81-82
Seznam použité literatury a pramenů.....	83-84
Seznam příloh.....	85-88
Summary	89

„Společná tvorba je něčím nenahraditelným, je časem, kdy se přiblížíme svým dětem, stáváme se jejich rovnocennými partnery, a to nám umožňuje nenásilně vstoupit do jejich světa a snad ho také částečně pochopit.“

(Rozum a Cit)

„Lidská duše má vždy a za všech okolností nevyčíslitelnou cenu“

(Max Kašparů)

Úvod

Výtvarný projev není jen záležitostí estetickou, ale i prostředkem rozvíjení duševních funkcí jako je vnímání, myšlení, představivost, citění. Je součástí přirozeného vývoje dítěte, jež jednoho dne objeví, že svou nahodilou pohybovou aktivitou zanechává viditelnou stopu, kterou může sledovat, ovládat pohybem ruky a měnit ve hru. Představme si pohyb prstíku na oroseném skle, v loužičce kávy na stole nebo otisk špinavé dlaně na ubrusu. Podobně vznikají i první čáranice dvouletého (i mladšího) dítěte, které má po ruce vhodnou grafickou pomůcku a pohybem paže zkouší, co to udělá.

Radost z právě vznikající stopy je u dítěte větší než zájem na výsledku. A to samé platí i u osob s mentálním postižením. Výtvarná výchova, nebo – li speciální výtvarná výchova, pro ně také může být jakýmsi uklidněním a odbouráním stresu, agresivity. Můžeme také říci, že se jedná o neverbální komunikaci klienta, přičemž výtvarné umění chápeme jako konkrétní čin, který tu s námi zůstává a je to něco, co je slovy nevyjádřitelné.

Při práci s mentálně postiženými, je velice důležitá trpělivost a snaha tyto lidi pořád motivovat. Mají často pocit, že něco nedělají správně, že malovat či kreslit neumí. Zprvu se bojí hodnotit svůj výkon, což zabraňuje a blokuje spontánní projev, který je při práci velice důležitý, aby se klienti při práci uvolnili, odreagovali se a nepřemýšleli, co dělají dobře či špatně.

V teoretické části se budu zabývat jednotlivými tématy. V první kapitole se zaměřuji na dětský výtvarný projev zdravého a postiženého jedince. Poté se budu věnovat tématům, kterým se chci věnovat nejvíce v teoretické části. Jsou to speciální výtvarná výchova a arteterapie, metody arteterapie, její vymezení, formy, barvy v arteterapii, symboly, cíle v arteterapii. Popíši také, jaké jsou arteterapeutické techniky, jaká by měla být osobnost arteterapeuta. V závěru teoretické práce se zaměřím na to, co mentální retardace je a jaké jsou její stupně a příčiny.

V Praktické části si kladu za cíl vytvořit prezentaci metodických postupů - výtvarných příprav s prvky arteterapie pro práci s mentálně postiženými. Pro ověření a realizaci jsem si vybrala tato zařízení : Ústav sociální péče Duha v Písku a Sdružení

SIMP (sdružení pro integraci mentálně postižených) v Praze. Obě tyto organizace mi vycházely vstříc mým požadavkům.

Přílohou část se pokusím rozšířit o fotografie z jednotlivých metodických postupů – příprav s prvky arteterapie pro práci s mentálně postiženými osobami.

Cílem mé diplomové práce bude seznámit veřejnost s možnostmi arteterapie, které jsou vhodné a přínosné pro jedince s mentálním postižením.

Teoretická část

1. Dětský výtvarný projev zdravého a postiženého jedince

I. Vznik a podstata spontánního dětského výtvarného projevu

Kresba je nedílnou součástí vývoje dítěte, souvisí se vznikem osobnosti, představuje přirozený projev dítěte, projev potřeby seberealizace, způsob osvojování světa. Prostřednictvím výtvarného projevu dítě poznává svět, racionálně i emocionálně třídí své poznatky o světě, představy, vztahy, formuje myšlení. Kresba představuje ovládnutí zkušenosti, osamostatňování, „oddělení“ od automatického prožívání světa. Dětská kresba je subjektivní odraz objektivní reality (interpretace vnímané skutečnosti a představ), je věkově podmíněná, typologicky podmíněná, nebo ovlivněná kulturními faktory (výchova, výtvarná kultura, sociální a společenské prostředí dítěte). Způsob zobrazení je formou znaku – neodpovídá ani skutečnosti ani vjemu. Kresba není jen odrazem vnímání, postojů, myšlení, citů, představ, je to část odrazu osobnosti dítěte

„Už před prvními zdařenými čmáranicemi provedenými na papíře stojí zjištění, že v našem hmotném okolí lze působit změny, které mají trvalý charakter.“ Toto „navázání kontaktu“ (ničivá fáze) je pociťováno jako zvlášť příjemné. J. Uždil

Podle H. Reada dítě prostřednictvím symbolů a znaků kresby uniká realitě, chce vytvořit něco pevného, osobního. Read chápe kresbu jako produkt přírody. Jelikož kresbou dítě provádí operace třídění informací z chaotické světa vjemů a jejich transformaci do znaku, spíše než o úniku z reality můžeme hovořit o způsobu jejího zpracování. Dále se dá říci, že čím více se dítě přizpůsobuje svému okolí, tím více jsou jeho kresby „realistické“. Zde je namístě uvědomit si, nakolik je výchovné působení snahou o přizpůsobení dítěte společnosti a stavu světa, a nakolik jde o podporování individuálních schopností a sklonů, kterým se musí přizpůsobovat okolí.

II. Stadia vývoje dětského výtvarného projevu

„Můžeme se setkat s rozdílným členěním dětského výtvarného projevu, kdy autor věnuje více pozornosti některé z níže uvedených stádií, toto členění vychází z maximální snahy o zhuštění kategorií tak, aby odpovídaly věkovým kategoriím. Každé dítě má své tempo a strukturu vývoje, následující posloupnost stádií vývoje je společná všem dětem, a to i přes rozdílné kulturní zázemí.“¹

Jednotlivá stadia jsou nutná pro bezproblémový vývin jedince, rozhodně je nepřijatelné „pomáhat“ dítěti kreslit, pokoušet se „pomoci“ přeskočit některá období, je to podobné jako nenechat dítě lézt, protože „už má chodit“.

1) Stadium čmáranic (od 1 – 2,5 let)

Dítě projevuje radost z nesmazatelné stopy, čáry jsou dynamické, energické; kruhové čmáraní, jednotlivé čáry nejprve stejného směru, pak zřetelně rozdílného, tečky, kupení teček nebo krátkých čar.

Je bezpodmínečně nutné umožnit dítěti dostatek prostoru a nezávadného materiálu ke kreslení, např. kresba suchými křídami lisovanými do rouбіků, speciálními kreslicími koulemi (dítě je může držet v dlani a nepokouší se tlačit prsty), nebo obyčejným klacíkem do mokrého písku.

2) Stadia prvotního obrazu (názorné stadium, 2 – 5, 5 let)

2a) Vkládání obsahu – nejprve je obsah dodatečně vkládán do kresby na základě zjištěné podobnosti s nějakým reálným jevem, často je obsah i několikrát měněn, později dítě začíná kreslit s předem daným cílem: „Nakreslím kolotoč...nakreslím jak svítí sluníčko...“; první kresby s obsahem mívají kruhové formy

2b) Gafické znaky (typy) – „naivní dětský realismus“ – pomalu se vytvářejí první znaky pro člověka, slunce, dům, strom, psa, kouř, které se vyvíjejí postupnou strukturalizací, kombinací prvků, péčí o detaily

¹UŽDIL,J.: *Čáry, klikyháky, paňáci a auta /Výtvarný projev a psychický život dítěte*, Praha:Portál, 2002

3) Popisný realismus (od 5 – 7 let)

Mezi jednotlivými postavami a předměty vznikají vztahy, postavy se profilují, získávají atributy pohlaví, věku, zaměstnání, postupně se řeší proporce, prostor, charakterizace. Dítě zpřesňuje proporce, nohy jsou blíž u sebe, paže na správném místě a ve výši ramen. Zdokonaluje účes a oblečení.

- po 7., 8. roce věku, dítě je omezeno svými představami a grafickými útvary (typy);

4) Vizuální realismus (od 8 – 10 let; věková hranice, která byla dříve až kolem 10. roku věku, je v současnosti posunuta, patrně vlivem obrazových vzorů z médií)

V tomto období začíná dítě s pokusy zachytit skutečný pohyb. Z počátku znázorněn schématem kráčejících nohou z profilu. V 9 letech je běžný „loutkový pohyb“ nohou, kde jsou nohy a ruce pokrčené a stávají se jakoby nehybné. Dále vznikají pokusy o stínování, tvarování a perspektivní zachycení.

5) Krise dětského výtvarného projevu (období pubescence a adolescence)

Ve výtvarném projevu dítěte dochází k rozvoji kritičnosti, dítě si uvědomuje rozpor mezi vlastním zobrazením a realitou, je frustrováno tímto rozporem. Dominantní racionální poznávání vychyluje rovnováhu vývoje jednotlivých složek dětské osobnosti, se vstupem dítěte do školy se zvyšují nároky na paměť, logické operace, maximální přizpůsobování prostředí a mnoho dalšího. Krizový výtvarný projev je charakteristický popisností, neinvenčností, nevýtvarným zobrazením prostoru, přejímáním vzorů, většinou pokleslé provenience, obkreslováním, ztrátou radosti z tvorby. Kresba a malba se vzdávají typicky dětských prostředků, představa je upozaděna nápodobou ať skutečnosti nebo převzatých forem. Deoplastická reprezentace světa s fyzioplastickými prvky zobrazení, to znamená že chybí slohová jednota. Kreslíci si často uvědomuje nedokonalosti své kresby a ztrácí zájem o výtvarnou činnost.

III. Charakteristické znaky dětského výtvarného projevu

„Fakt, že ... dětská kresba není prostým spodobněním jevu, tak jak tomu slovu rozumějí dospělí, vede každého učitele k většímu respektu k legitimním zvláštnostem prvotního dětského vyjádření.“ J. Uždil

„Znaky dětského výtvarného projevu jsou typické zvláštnosti, které vznikají jako logické vyústění myšlenkových pochodů dítěte. Nelze je považovat za chyby, které by měly být pedagogickým působením opravovány. Plně odpovídají vývoji osobnosti dítěte. Je dobré si uvědomit, že někdy je stejně důležité to, co dítě vynechá, jako to, co nakreslí, tedy i prázdno mívá svůj význam.“²

Jistotu v kresbě zabezpečuje opakování znaků a motivování k vytváření nových grafických znaků, které se děje kombinováním, zpřesňováním stávajících znaků a nahrazováním novými.

Naivní realismus	- jednoduchost, úspornost tahů, prováděná linie je definitivní
	- zobrazování věcí a zvířat v profilu
	- zobrazování věcí důsledně vedle sebe, bez překrývání, i za cenu deformace

Intelektuální realismus	- zájem o funkční a pro dítě zajímavé detaily
	- transparence (rentgenové vidění, průhledná stěna domu)
	- výtvarné vyprávění – celá řada epizod v jedné ploše, pásu, kruhu...

² Uždil, J. *Výtvarný projev a Výchova*, Praha: SPN, 1974

Zobrazení člověka

1) „hlavonožec“ – kruhová forma s detaily obličej
třásňovité nohy zřetelné, detaily (čepice, vlasy, brýle...), ruce vyrůstají z nohou nebo z hlavy

2) trup – později
nebo lahvový tvar

3) rozlišení mužské a ženské postavy, jejich vztahu

- naznačení pohybu

- gesto

- profil, nejprve zvíře, pak člověk, tzv. smíšený profil (z profilu jsou např. jen chodidla), oko vždy en face

- pokus o zachycení duševního hnutí

Prostor

- ortoskopie – na jedné scéně jsou věci a postavy z různých pohledů, z profilu, seshora, en face

- rozpor se zrakovou zkušeností, logika znalostí věcí a jejich funkčnosti převažuje nad zrakovou logikou dospělých

1) rozlišování země a nebe – okraje papíru

2) základní čára – co na ní nestojí, lítá; vše je k ní kolmo (R-princip); někdy je prodloužena podél bočního okraje papíru, pokud nestačí jeho délka; z.č. pokud se nemění, stává se brzdou vývoje, neumožňuje posun v řešení kompozice

- složité scény – v pásích nad sebou; tzv. intelektuální horizont – pás vymezující prostor „ještě země“

- transparence – průhlednost domu, knedlík v břiše

- perspektiva významová i obrácená

IV. Symbol v dětském výtvarném projevu a jeho interpretace

Grafický symbol je nejpřirozenějším prostředkem sebe prezentace dítěte ve světě. Jeho vytváření dítě věnuje zvýšenou pozornost zejména v době, než ovládne řeč a písmo. I tehdy však zůstává mnoho skutečností a pocitů, které nelze sdělit slovem, zatímco obraz, nevědomý symbol složitých pocitů umožní „vypořádání se“ se skutečností. Tvar, ostrý či oblý, barva výrazná nebo špinavá...zastupují symbolicky nebo metaforicky vztahy mezi dítětem a okolím.

Některé symboly vypovídají o dítěti více, dítě se do nich „promítá“, rozkrývá vztahy s okolím, které by nedokázalo, a ani nechtělo popsat či vysvětlit. Podle Jaromíra Uždila si všímáme těchto nejznámějších a nejzákladnějších symbolů na kresbě dítěte:

Postava - dítě promítá do postavy své představy o sobě

Hlava – centrum „já“

Nos – falický symbol

Uši – schopnost slyšet, poslouchat, uslyšet něco

Vlasy – sexuální atribut

Ústa – komunikace, řeč, potrava, erotika; vyceněné zuba- agresivita, sevřená ústa bez úsměvu - napětí

Jazyk – nevyřešené sexuální problémy

Silné rty – smyslnost

Ruce – sociabilita; rozpažené ruce hledají oporu, ruce za zády něco skrývají, velmi malé ruce - bezbrannost

Prsa – dítě se zabývá sexuálními otázkami

Zdůraznění nějaké části na těle ve výtvarném projevu, může znamenat zvýšenou pozornost sama sebe nebo okolí k té části těla. Například u dětí, které jsou týrané, se při arteterapeutickém testu „začarovaná rodina“ objevují zvětšené části např. ruce, nohy, znázornění penisu u muže. Dále si můžeme všimnout velikosti postavy, např. příliš velká postava – může znamenat sebepřecenění, velké ego, touha být středem pozornosti, snaha skrýt svůj pocit nedostatečnosti, naopak příliš malá postava může znamenat sebepodceňování, umenšování svým okolím, nedůvěra, strach, úzkost.

Jestli si všimáme v kresbě oblečení – mnohovýznamové, tj. teplé oblečení může vyjadřovat pocit chladu v citech, knoflíky, kapsy aj. zdobné prvky zvyšují hodnotu postavy, pokud je jich příliš, odráží závislost; klobouk, dýmka, kravata – mužské atributy, sexuální symbol. Nahá postava – do 7 let je normální, zhruba od 10 let vytrvalé zobrazování nahé postavy odráží asociální, patologické chování

Pohádková postava nebo povolání: promítnutí svých tužeb o sobě

- princezna – pasivní bytost, okrášlená, snaha líbit se, být přijímána
- policista, kovboj – moc, síla zvítězit v boji, být v akci, zachraňovat, agresivní postava, snaha dodat si kuráž a význam; čím víc je ozbrojen, tím větší vlastní nejistota
- klaun – špatná adaptace na školní systém, sklon k depresím
- rytíř – bojovník dobra, ochránce, strážce hodnot
- drak, příšera, čert – schopnost zastrašit, získat respekt, vypořádání se se strachem, ale také sympatická, oblíbená postava, dramatický prvek
- námořník – touha uniknout od skutečnosti
- král – moc, bohatství
- čarodějnice – obávaná i sympatická bytost
- zmrzačené postavy – konflikt, problém: např. nezobrazení „problematické“, ubližující ruky, nebo její deformace, zmenšení; často jsou zmrzačeny nebo začmárány nebo vůbec nezobrazeny postavy, s nimiž má dítě problematický vztah, žárlí na něj, nenávidí ho, je to způsob „vyřízení si účtů“, způsob jak se osoby zbavit

V. Diagnostika dětského výtvarného projevu a její úskalí

Dítě většinou kreslení baví, nemusí se do něj nutit. Kreslí to, co má rádo, co ho zajímá nebo trápí. Při interpretaci je důležité to, co se v kresbách dítěte opakuje, pomáhá co a jak dítě komentuje, dítě často nenakreslí něco, co vysvětlí, ale není žádoucí se dítěte vyptávat co a proč nakreslilo, aniž bychom mu poskytli možnost „nevysvětlovat“, ponechat si tajemství, neboť při další kresbě si dá pozor, aby o sobě nic nesdělilo, ztratí se důvěra v symbol. Nezapomeňme, že kresba je komunikační prostředek, dítě kreslí to, co nedokáže pochopit nebo vyjádřit.

Někdy je pro interpretaci důležité právě to, co dítě nezobrazilo, co vynechalo.

Kresba není náhodná, pramení ze zkušeností, zážitků a představ autora, promítají se v ní vědomá i nevědomá přání, tužby, představy, cíle, hodnoty...

Diagnostické možnosti kresby

- 1) úroveň psychomotorického vývoje
- 2) intelektová úroveň
- 3) osobnost dítěte
- 4) sociální adaptace
- 5) zdraví a psychické problémy

ad1) někdy se motorika a psychika nevyvíjí rovnoměrně, špatný grafický projev může ukazovat na problém v motorice, např. opoždění motorického vývoje, mentální úroveň se pak musí zjišťovat např. ukazováním;

ad2) kresbu nutno brát pouze jako doplňkovou metodu ve zkoumání inteligence, už z výše zmíněného důvodu; často se jako inteligenční pokrok uvádí zmnožení prvků, ale toto hodnocení nebere v úvahu různé druhy inteligencí a výtvarné citění; dítě může zobrazit úsporně a výstižně bez použití detailů;

ad3) podle síly čáry, přímosti nebo oblosti linky, jednodlosti nebo přerušování, podle velikosti zobrazovaných předmětů a postav, umístění, propracovanosti detailů, řešení celku atd. můžeme z dětské kresby vyčíst povahové rysy, typ osobnosti, úroveň sebevědomí, emocionální jistotu, vztahy s okolím; kresba dále vypovídá o výtvarné zkušenosti dítěte, smyslu pro humor, kreativité, v tématech nebo symbolech kresby se objevují zážitky dítěte, přání, záliby, sexuální sklony; podle směru zaplňování plochy lze odhalit leváctví

- rovina výrazová – dynamika kresby

- rovina symbolická – obecně sdílená zkušenost (ale také zde může být individuální symbolika);

ad4) vztahy s okolím, v rodině, ve škole, komunikativnost x uzavřenost; sociální situace rodiny ve společnosti;

ad5) kresba dítěte může odhalit i týrání, sexuální zneužívání, depresivní sklony a vážné psychické onemocnění nebo postižení; nebo třeba i nedoslýchavost

a) mentální efektivita – zpomalení vývoje intelektu, citů, vůle

–projevuje se chudostí, nefunkčností, dekorativností, bezradností při členění ploch, nejistotou ve zpracování

–apatické (kreslí netečně, apaticky) x neklidné dítě (často výbušné, kreslí bez zábran a bez ohledu na formát)

b) neurózy – neprojevuje se nápadně – nechut' ke kreslení / někdy je to ovšem naopak, právě kresba umožňuje dítěti šifrovanou (tedy skrytou) komunikaci nebo únik z problematické reality

– obava z autority, úzkost ze samostatného řešení, nejistota, která se třeba tolik neprojevuje ve verbálním projevu

– mnoho malířů trpělo neurózami! Není divu, velká citlivost je také velkou zranitelností.

– úzkostné dítě: nejistá kresba, čára není suverénní, ale hledaná (črtání), vlasová, předkreslovaná, opravovaná, řešení formátu nešťastné

– dítě kompenzující si psychotraumatické zážitky – bájeví lhaní, dramatické scény;

– za optimistickou kresbou se může skrývat dítě, které předstírá to, po čem touží

c) organické poškození mozku (CNS), mírná mozková dysfunkce

- nemusí být porušen intelekt

- toporná K, silný tlak na kreslířský nástroj, roztřesená linie, impulzivní tahy i zesilování tlaku, rozbité proporce

- „odpočívající“ body

- dítě se kresbě vyhýbá, cítí neumělost – špatná motorika, nepořádné, ušpiněné práce

- výkyvy ve výkonu

d) psychické onemocnění – vedou k hrubším poruchám psychiky (epilepsie, schizofrenie) – nápadné projevy

VI. Individuální výtvarné typy podle dětského výtvarného projevu

Uvedené kategorie výtvarných typů dětí jsou samozřejmě propustné, nejvíce dětí je smíšeným typem, některé děti určitým typem pouze procházejí. Výtvarná typologie

vychází z osobnosti dítěte, některá dělení jsou prokázána i u dětí slepých od narození a u slabozrakých.

Extrovert – extravertně-objektivní

„Snaha o vystižení zobrazované věci s naznačením jejích důležitých a méně důležitých věcí. Enumerativní typ provádí výčet znaků, později jde o snahu vystihnout proporce, situaci v prostoru a barvě odpovídající skutečnosti. Enumerativní přístup se mění na objektivní zájem o věc, může být na újmu niternějšímu vztahu k ní. Jsou to tzv. „specialisté“ na auta, lodě, koně, princezny apod.“³

Introvert – introvertně-expresivní

Zpracování má silně emotivní zážitek, téma se neopakuje často, vždy jde o originál, o jedno jediné dílo, jedná se o neklasická témata, dítě musí vysvětlovat: to jsem já, jak..., ale většinou nerado vysvětluje, co nakreslilo. Každý výtvar je zápasem o ucelenou představu, proporce nejsou rozhodující, ani reálné barvy a detaily. Dílo má nerealistické prvky, bezprostřední působení obrázku. Spíše jde o abstraktní tvorbu, introvertně expresivní typ má často smysl pro modelování.

(Viktor Löwenfeld:)

Vizuální typ /extravertně vizuální/

Je převážně zrakově zaměřený, převážně extrovert. Prostřednictvím kresby si přibližuje svět, vnímá jak by svět asi měl vypadat podle jeho představ. Lpí na tvarově zajímavých vlastnostech věcí, často lomí barvy, aby se přiblížil skutečnosti.

Haptický typ /introvertně haptický/

Haptický typ je převážně introvert, promítá do obrázků svůj vnitřní svět, používá čisté barvy, pracuje s nimi plošně, v neilustrující hodnotě. Má smysl pro detail a dekorativní účinek. Odhad rozdělení populace: vizuální typ $\frac{1}{2}$ lidí, haptický typ $\frac{1}{4}$, smíšený typ $\frac{1}{4}$

(Jaromír Uždil:)

³ R. Davido: *Kresba jako nástroj poznávání dítěte*, Portál 2001

Typ syntetizující

Vyjadřuje syntézu zobrazovaných znaků ve věcné rovině, produkuje vztah mezi figurami, proporcemi, prostorem, předměty, znaky. V jeho dílech jde o jednotu koloritu, rukopisu štětce, rytmu linií. Pokouší se zachytit neviditelné vztahy, řeší pojednání plochy.

Typ analyzující /s malou schopností syntézy

Nekomponuje, nezajímá se o celek, jeho obr. není svébytný, popisující, deskriptivní, někdy udivuje až přesným popisem určitých věcí, které zná nebo má rád.

(Raoul Trojan) podle volby prostředků:

grafický typ – převážně kresebný styl, nejraději se vyjadřuje černou a bílou

malířský typ – používá nezvyklé tóny, napřed řeší barvu, pak teprve tvar

plastický typ – rád kreslí, myslí na prostor, tvar, objem, nerad používá barvy

výtvarně konstruktivní – kreslí, vyniká fantazií a představivostí, je víc precizní než výtvarný

Herbert Read použil Jungovy psychologické typy, typy mentální činnosti a k nim přiřazoval stylisticky rozříděné kresby:

3 typy podle umělců Bauhausu:

1) impresivní (výchozí diskem výtvarné práce jsou smysly)

2) expresivní (výchozí diskem je vlastní vnitřní svět)

3) konstruktivní (základem je logická úvaha)

Žádný typ není přesně zařaditelný, ve třídě jsou různé typy dětí, individuality, nelze mechanicky přistupovat k diferenciaci žáků podle uvedených hledisek. Znalost typologie je třeba využívat v zadávání témat, technik, způsobů práce a samozřejmě při hodnocení.

VII. Zvláštnosti dětského výtvarného projevu

„Obsah dětských výtvarných prací – kreslí a malují důsledně „lidský“ okruh zájmů – paňák i dům, strom, květiny, slunce – vše podstatné co jej upoutalo a „důležité“ věci. Mohou to být pouhé znaky – jablko je kulaté, strom svislý, lidé mají hlavně oči a ústa. Postupem času a zkušeností dítě přibírá grafické znaky a uplatňuje je. Vyskytuje se v nich i řada zvláštností pro děti stejného věku typických.“⁴

Difusní charakter – kresba je rozptýlena po celé ploše (období náhodných zdarů)

Pravouhlost – u nejmladších dětí – prisazování linií v pravém úhlu

Transparentnost – přetrvává asi do 6 roku a je nahrazována překrýváním, dítě „vidí“ skrze předměty. Dům, v něm stůl, na stole hrnec, v hrnci brambory

Časová souslednost – dítě zachycuje několik dějů současně

Nepravý ornament – pokrytí celé postavy nebo objektu kolečky, křížky apod., pokud se mu zdá prázdná. Někdy tím dítě zakrývá chudost projevu.

Kresebný automatismus – dítě používá jeden naučený znak, např. stejný obličej, prsty, vlasy, boty, postoj. Často se objevují vyspělejší grafické prvky (typy) vedle primitivnějších. Při volné kresbě se stává brzdou dalšího vývoje, ale lze jej využít u dekorativních prací. (často u osob s mentálním postižením)

Deformace – různých částí zobrazeného objektu společně s proporčním zkreslením (zvětšováním či zmenšováním částí objektu)

Velikostní hierarchie – osoby nebo objekty jsou řazeny v různé velikosti, odpovídající jejich významu z pohledu dítěte, nikoliv podle jejich reálné velikosti.

Zjednodušení – dítě nezobrazuje nepodstatné znaky a „nedůležité“ detaily

Personifikace – přenášení znaků z jedné představy na druhou (sluníčko s lidským obličejem, ale i zvířátko s dvěma nohama nebo lidskou hlavou)

Obrysová linie – pevně kreslená nebo obrysově malovaná barvou, dítě na kresbě nic neopravuje, spíše přidá správný detail vedle špatného (zvíře s pěti nohama)

Zobrazení postavy – lidské z ánfasu, zvířata z profilu – do 6 roku – u jedinců se sníženým intelektem mohou přetrvávat

Naznačení pohybu – a profil člověka.- znaky vyspělosti, nohy a ruce se přesouvají na jednu stranu ve směru pohybu

⁴ R. Davido: *Kresba jako nástroj poznávání dítěte*, Portál 2001

Obrácená perspektiva – postavy dole jsou menší, znamenají, že dítě se nalézá uvnitř obrazu

Ptačí perspektiva – pohled shora – postavy malinké, dítě vidí jako z pohledu letadla

Zásady pro práci s žáky na základě znalostí typologie:

- 1) střídat různé typy výtvarné práce
- 2) úkol přiměřený individuálně, popřípadě zadání dílčího úkolu v rámci skupiny
- 3) různorodé náměty a techniky
- 4) umožnit rozvíjení znamená i umožnit dopouštění se chyb

2. Speciální výtvarná výchova

„ Pokusy využívat k léčení duševních chorob umění, nalézáme již u antických léčitelů. Zaznamenávány jsou především metody spadající do širšího pojmu arteterapie. Jde zejména o využívání divadla a hudby.

Speciální výtvarnou výchovou resp. arteterapií v užším slova smyslu, rozumíme záměrné upravování narušené činnosti organismu takovými psychologickými a speciálně pedagogickými prvky, které jsou imanentní výtvarné činnosti.“⁵

Uvažujeme – li o místě a využití speciálně výtvarné výchovy a arteterapie v komplexním programu speciální výchovy a terapie, je možné formulovat následující otázky:

1. V čem spočívá speciálně výchovný a terapeutický účinek výtvarných činností? /problém speciálně výchovný, terapeutický, tedy procesuální/
2. Jaké je místo speciální výtvarné výchovy a arteterapie v komplexním systému speciální výchovy a arteterapie? /problém systémový/
3. Tvoří, resp. projevují se narušení jedinci v oblasti výtvarné produkce jinak než běžná populace? / problém diagnostický/

Význam speciální výtvarné výchovy a arteterapie tkví především v ziscích:

- Diagnostických

⁵ ZICHA, Zbyněk, *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1. vydání. Praha: UK Karolinum, 1981, str. 21

- Speciálně výchovných a terapeutických

Speciálně výchovný a terapeutický dopad výtvarné činnosti lze spatřovat v několika principiálně různých faktorech, které Hájek /1980/ schematicky člení do dvou proudů:

1. První proud tvoří předpoklad, že výtvarná činnost sama i bez dalších verbálních zásahů implicitně obsahuje autosanační prvky. E. Ulmanová /1973, cit. Hájek 1980/ v tomto smyslu hovoří o ART AS THERAPY /umění jako terapie/. Umění jako terapie spatřuje hlavní terapeutický agens v pacientově zkušenosti s tvorbou, s komplexním uměleckým procesem. Má charakter spíše jako pomocná terapeutická intervence. Tvůrčí proces sám i bez jakéhokoliv dalšího zpracování výsledků posiluje vědomí vlastní identity a vnějšího světa, integruje rozporné síly v člověku apod.

2. Druhý proud dále pracuje s výtvarnými produkty. E. Ulmanová /1973/ hovoří o ART PSYCHOTHERAPY. Ta spočívá hlavně na verbální interakci. Na kvalitě či úplnosti výtvarných produktů zde nezáleží.

Přechod mezi oběma přístupy není ostrý, řada autorů stojí na hranici, případně uznává oba. Většina jedinců narušených je charakterizována pocity viny, úzkostmi, obavami a neuspokojeností. „Tvůrčí“ proces při výtvarné činnosti, resp. specifické metody výtvarné činnosti, redukuje neurotické syndromy, napětí a objektivizují vnitřní konflikty. Sociálně narušení jedinci jsou charakterizováni základním defektem v socializaci a emocionálním konfliktu s druhými lidmi. Otázka propojení arteterapie s východisky a prostředky psychoterapie je klíčovým problémem současného úsilí vybudovat tento obor jako plně samostatný a kompetentní. Koherentní arteterapeutické systémy odvozují svou odlišnost od plně využívaného procesu výtvarné tvorby.

Řada výtvarných metod a technik ve speciální výtvarné výchově přispívá k rozvoji schopnosti vcítovat se do druhých lidí, ale i jiných objektů. Schopnost vcítění se do druhých lidí některým diagnostickým skupinám chybí. Tvořivá činnost aktivizuje pasivní schopnosti. Uvolňuje cestu existujícím činnostem a v důsledcích pak vytváří prostor pro nové zájmy. Výtvarná činnost umožňuje individuu svobodnou a dobrovolnou krystalizaci emocí a zajišťuje mu sebeovládání. Cílem se

stává citová zaangažovanost tvořícího. Tvořivá umělecká činnost je integrujícím činitelem osobnosti, a to proto, že člověk tvořící je v každém okamžiku tvorby plně integrován. Výtvarné činnosti jsou vhodné pro trénink vůle a pro aktivní trénink. Stanovením postupu práce, postupných cílů, jejich hodnocení i stanovení doby, kdy bude práce hotova, je možno prolomit pasivitu jedinců. Výtvarné činnosti mohou sloužit jako určitý protipól tlaku, mají skýtat možnost odreagování. Cílem je využití výtvarných činností s psychoterapeutickými prvky.

3. Arteterapie

(art = umění a therapy – terapie, léčba) Arteterapie

v širším slova smyslu znamená léčba uměním, včetně hudby, poezie, divadla, tance, prózy a výtvarného umění. Naopak arteterapie v užším slova smyslu znamená léčbu pouze výtvarným uměním

„ Arteterapie je jedním z psychoterapeutických postupů. Opírá se o výtvarné projevy klientů jako o hlavní léčebný prostředek. Nejde při ní o dokonalé, konečné dílo, ale o proces tvorby. Jako zvláštní obor se vyvíjí asi sto let. V jeho počátcích bychom našli zájem odborníků o spontánní výtvarnou produkci duševně nemocných lidí, která tehdy měla být jen oporou pro přesnější diagnózu poruchy. Až později se přešlo k zájmu o to, jak psychicky nemocný člověk vnímá umění.“⁶

Arteterapeutických technik je mnoho. Volné čmárání tužkou, volná kresba prsty namočenými v barvě, volná kresba jednou barvou na papír namočený ve vodě, koláž z výstřížků, sestavování objektů z přírodních materiálů apod. Výtvarné techniky se používají proto, aby klientům usnadnily vyjadřování jejich pocitů, což je důležité jak pro terapeuta, tak případně i pro terapeutickou skupinu. Terapeutovi tyto techniky umožňují rozpoznat některé – jinak těžko přístupné – osobní rysy klientů. Během výtvarného vyjadřování dochází k mimovolnému slučování klientových vědomých a nevědomých tendencí, jakoby ve zkratce se přitom odehraje totéž, co by si psychoterapie omezená jen na slovní vyjadřování propracovávala delší dobu. Arteterapie je vhodným postupem zejména u těch klientů, kteří se nepadno

⁶ CASEOVÁ C, DALLEYOVÁ T. *Arteterapie s dětmi*. 1. vydání. Praha: Portál, 1995. str. 9

slovně vyjadřují, což jsou lidé trpící psychózami, dospívající děti, starší lidé a lidé mentálně postižení. Arteterapie je také vhodná pro klienty silně emočně prožívající události, jež většinu ostatních lidí z míry nevyvedou. Pro některé vážně psychicky nemocné lidi může být – zejména v době počínajícího onemocnění schizofrenií či v době začínajícího prudkého záchvatu endogenní deprese – arteterapie příliš náročná a může nemocnému ztěžovat návrat k lepšímu stavu..

„ Dějiny umění se od dob nejstarších táhne i poznání, že někteří lidé tvoří jinak, odlišně a to nejen v průběhu samého aktu tvoření, ale také styl a svět jejich děl zůstává něčím zvláštním, odlišným, jakoby stranou stojícím /Kukal, 1977/.

Počátky i rozvoj arteterapie / řekněme vědecké/ jsou zvláště těsně spojeny s psychoterapií a psychopatologií schizofrenie. Sama myšlenka terapeutického využití výtvarné produkce se zrodila ze zájmu o tvorbu schizofreniků /Hájek, 1980/.

Hájek /1980/ uvádí, že nejčastěji je arteterapie včleňována do již etablovaných psychoterapeutických přístupů jako dílčí technika zakomponovaná do příslušného teoretického rámce. Je to umožňováno její mnohotvárností a řadou terapeutických momentů, které nabízí. Takto byla již užita již v klasické psychoanalýze, v Jungmanově analýze, v různých formách skupinové psychoterapie, v Gestaltterapii a v dalších psychoterapeutických odnožích humanistické psychologie, v psychoterapii rodin, v manželském poradenství, v léčebné a speciální pedagogice. Od konce šedesátých let existují v Anglii, v USA a Japonsku národní arteterapeutická asociace.“⁷

Dle Zbyňka Zichy se rostoucím zájmu těší arteterapie v minulosti v socialistických zemích. V různé formě se praktikuje ve několika psychiatrických zařízeních např. v tehdejších NDR, ČSSR, Polsku. Výtvarná činnost je významnou složkou komplexní rehabilitace duševně nemocných v Bechtěrovově institutu v Leningradě, arteterapie byla již i tehdy přenášena na některých vysokých školách např. v Maďarsku, u nás, v Polsku. V bývalé ČSSR měla arteterapie tradici např. v psychiatrické léčebně v Praze – Bohnicích, Brně – Černovicích. Vychází několik odborných časopisů věnujících se arteterapie: American Journal of Art Therapy od r. 1961, Japonský Bulletin of Art Therapy a Inscape, časopis britských arteterapeutů od r. 1969, Art Psychoterapy od r. 1973. Arteterapii věnuje vzrůstající pozornost

⁷ ZICHA, Zbyněk. *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1. vydání. Praha: UK Karolinum, 1981, str. 8

Mezinárodní společnost pro psychopatologii výrazu /SIPE/ založená v r. 1959 a časopis Confinia Psychiatrica založený v r. 1958, který je o od r. 1963 jejím orgánem. Totéž platí o časopisu francouzské společnosti pro psychopatologii výrazu Expression et Signe, vycházejícím od r. 1971. Arteterapie má rovněž své místo v akcích Mezinárodní společnosti pro výchovu uměním /INSEA/ a jejích publikacích.

3.1 Metody arteterapie

1. Animace

Jedná se o rozhovor v třetí osobě, kdy se klient nebo arteterapeut identifikuje věcí či postavou z obrázku klienta a hovoří jejich jménem. Je vhodná u anxiózních klientů, u dětí, které se cítí osaměle či nejistě. Dítě může takto zprostředkovat informaci o sobě nepřímo, bez zábran a napětí. Animace pomůže arteterapeutovi dozvědět se o klientovi a jeho potřebách víc, než kdyby se např. rozhovor dělal přímo. Dítě či klient při animaci efektivněji komunikuje, protože má zábrany o svých problémech hovořit, ale ústy někoho jiného – druhého (může to být např. věc, nebo pohádková postava, zvířátko) verbalizuje svůj problém.

Koncentrace – mandaly

_____ „ Najít střed
Obruč kola špice drží,
ale prázdno mezi nimi,
je to smyslné při jeho použití.
Z mokré hlíny se tvarují nádoby,
ale právě prázdno v nich umožňuje
plnění džbánů.
Z dřeva se zhotovují dveře a okna,
ale prázdno jimi tvořené dělá dům
obyvatelným.
A tak viditelné sice je užitečné,

avšak to, co je podstatné, zůstává neviditelné.“⁸

Mandaly

Kruhové obrazy, popř. čtvercové (symetrický tvar). Mandala je tušení středu pozornosti, určitý centrální bod uvnitř duše, k němuž se vztahuje všechno. Život člověka je kruh, svět je kruh, hvězdy, Měsíc, Slunce. Mandala je slovo, které pochází ze starobylého indického obřadního jazyka sanskrtu a znamená v překladu kruh – oblouk. Představuje mystický diagram – ve tvaru kruhu, jenž se točí kolem jeho středu. Kruh je také symbolem kosmu a věčnosti.

„Mandala vyjadřuje touhu člověka po celistvosti, po seberealizaci. V kresbách malých dětí je kruh – mandala – symbolem zrodu jejich identity, když se jedinec začleňuje do skutečného prostoru, času, místa.“⁹

Mandala může pomáhat i jako jakási mapa vnitřní reality. Člověk si uvědomí, kde se nachází jeho střed, kde má svůj vnitřní bod, resp. co stojí v jeho centru.

Mandaly v kulturách

Evropa

pravěk – megalitické stavby – hl. kromlechy – Stonehenge, jeskyně s nástěnnými malbami – Lascaux – spirálovité kresby

- křesťanství – gotická architektura (okenní růžice), hvězdicovitá města v Itálii budována podle kruhového plánu (renesance), náboženské obrazy – Ježíš ve středu..

Asie

- Čína – kruhové půdorysy pagod, chrámů a hrobek, kruhové řezby do kamene, dřeva a papíru

⁸ ŠICKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání, Praha: Portál, 2002. str. 128

⁹ ŠICKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání, Praha: Portál, 2002. str. 128

- Indie – mandaly součástí náboženství – buddhismu, buddhistické umění ztvárňovalo mandaly nejen v obrazech, ale i v architektuře

Austrálie

I v tichomořské oblasti jsou známy rituály, ve kterých jsou obsaženy kruhové tvary veliké až 1 ha.

Amerika

Využívají mandaly pro jejich fyzicky léčivé účinky. Např. pískové mandaly – léčba zranění a vnitřních onemocnění, sypání barevného písku na tělo nemocného nebo na posvěcenou půdu. Medicínské kruhy indiánů mají tvar mandal. Tato místa sloužila k meditaci, modlitbě a nacházela se na lokalitách, kde byla energie Země zvláště cítit. Tyto kruhy jsou tvořeny rostlinami, kamínky, symbolizují narození, život, smrt.

Mandaly a meditace

Neexistuje žádná kultura, v níž by meditace nebyly součástí náboženství. Tak se z meditačních cvičení vyvinuly časem systematické techniky. K nim patří i jógová cvičení mající svůj původ v Indii. Všechny meditační techniky slouží k tomu, aby přinášely tělesné, ale především duševní uvolnění. Meditačními cvičeními se stupňuje schopnost vnímání – všeho, co lze vnímat čistě smysly, téměř neviditelného. Důležitou roli při nich zaujímá dýchání – slova dech. Život, energie mají v indickém obřadním jazyku shodný překlad „PRÁNA“ Dýchání je život a vyjadřuje náš celkový stav. V dechu se ukazují změny nálad, každý pocit.

Moje vlastní mnoholeté zkušenosti s mandalami mě přesvědčily, že většinou není důležité jak ani proč vznikly, mnohem důležitější je, že vůbec vznikly. K tomu, abychom mohli mandaly malovat, nepotřebujeme speciální vědomosti ani schopnosti. Můžeme si vybrat už hotovou vybarvenou mandalu, nebo si jí vybarvit sám. Každá působí na své okolí a harmonizuje. Mnohem účinnější však je udělat si chvíli čas a mandalu si sám vybarvit.

2. Restrukturalizace – Strom života

Tato metoda se používá jak u individuální arteterapie, tak u skupinové arteterapie, můžeme říci že se jedná o rozstříhnutí našeho obrázku, do kterého jsme vložili naše pocity (strach, úzkost, deprese) a na nás je abychom mu dali novou podobu, jiný tvar.

„ Cítím se tak, jako by se můj život rozsypal na malé fragmenty. Snažím se je posbírat a poskládat do původní podoby, vynakládám na to velkou námahu, a přece se mi to nedaří.“ Takto vyjádřil svůj stav jeden z mých klientů po rozchodu s blízkou osobou. Pomoc při hledání východiska našel tento člověk právě v arteterapii. Stačilo fragmenty poskládat do nové podoby, nového obrazu, nové struktury a najít v něm nový smysl, akceptovat jej.“¹⁰

3. Imaginace

Každý člověk má své představy a právě tyto představy poukazují na jeho aktuální emoční stav, jeho aktuální problémy. V nich se ale také projevují tvořivé schopnosti člověka, ale i jeho obavy a touhy. Tuto metodu navrhl pro psychoterapii C. G. Jung. Při této metodě podněcuje pacient v bdělém stavu, se zavřenými očima za pomoci arteterapeuta hlubinné vrstvy své psychiky. Zde ožijí vnitřní obrazy, jeho vnitřní pocity se artikulují do řeči, v případě aplikace aktivní nebo řízené imaginace v rámci arteterapie do výtvarné podoby.

Tato metoda je vhodná pro lepší sebepochopení, pro uvolnění emocí, pro vyjasnění postojů k sobě a druhým lidem. Diagnostický potenciál aktivní či řízené imaginace je zřejmý.

4. Transformace

Technika transformace spočívá v transformování pocitů z vnímání jednoho druhu uměleckého média do oblasti jiného. Např. inspirace z nějakého

¹⁰ ŠICKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání, Praha: Portál, 2002. str. 130

citátu, nebo úryvku z nějaké prózy, románu a na klientovi je, aby vyslechnutý text transformoval do výtvarné podoby. Je jedno jaký materiál a prostor pro práci bude potřebovat. Jde o neverbální komunikaci, kdy klient do transformovaného výtvarného zpracování hovoří o svých pocitech, touhách a nadějích.

5. Rekonstrukce

Tato technika je zajímavá pro jakoukoliv cílovou skupinu i s různým typem postižení. Nejjednodušší formou je dokreslovaná koláž. Z časopisu se vystříhne a oxeroxuje např. lidská tvář, příroda, architektura. Poté se rozstříhne na polovinu, případně na čtvrtiny. Klienti si nalepí tyto části na papír a potom dokreslují, rekonstruuje do podoby, která jim imponuje. Je efektivní použít na černobílou kopii na dokreslování tuš (kresba tuší a perem). Rekonstruovaná část často zcela splyne a propojí se s nalepeným fragmentem – což je jedním z cílů práce. Technika a rekonstrukce se dá použít i v plastické podobě.

6. Muzikomalba

„V muzikomalbě jde o způsob grafického vyjadřování rytmu, hudby, jako jednoho ze specifických, estetických prostředků. Technika vynechává úvodní pohybovou přípravu, je možné muzikomalbu realizovat se zavřenými očima.“¹¹

Je vhodná u dětí se sníženou reakcí na vnější impulzy, u encefalopatických dětí a dětí s neurotickou zajímavostí. (viz praktická část plus ukázky z děl.)

Z mých zkušeností je tato technika velice vhodná pro práci s encefalopaty a neurotiky, též pro děti s hyperaktivitou. Před samotnou výtvarnou tvorbou musí předcházet relaxace, motivační poslech. Poté se improvizuje na danou hudbu. Klienti mají zavřené oči a nechají se unášet tóny. Je dobré mít na CD několik druhů hudby, protože každá hudba má jiný rytmus a jinou melodii. Když je veselá píseň, je to jiné, když se jedná o vážnou hudbu je to také jiné. Každý se dostává do svého nitra a dochází k uvolnění. Pak se otevřou oči a každý vidí co namaloval. Je důležitá i reflexe po skončení tvorby, jak se při tom cítili, jaká hudba se jim líbila, jaká naopak nikoliv.

¹¹ ZICHA, Zbyněk. *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1. vydání. Praha: UK Karolinum, 1981, str. 95

3.2 Vymezení arteterapie

„ Arteterapie receptivní je vnímání uměleckého díla vybraného s určitým záměrem arteterapeutem. Cílem je lepší pochopení vlastního nitra, poznávání pocitů jiných lidí. Otec moderní estetiky Theodor Fechner studoval tzv. subjektivní stránky umění. Dokazuje, že umělecké dílo při vnímání divákem vyžaduje divákovu spolupráci, „vcítění“. Znamená to, že divák promítá své vlastní emoce do uměleckého díla. Může takto objevit duchovnost, životní sílu, smutek i naději. V cítění se mění podle vnitřního zaměření diváka, ale i podle jeho momentální emocionální dispozice. K receptivní arteterapii patří návštěvy výstav a galerií, projekce diapozitivů nebo videozáznamů spojené s rozhovory o vnímaných výtvarných artefaktech apod. Arteterapie produktivní znamená použití konkrétních tvůrčích činností (kresby, malby, modelování) nebo jiné intermediálních aktivit (tj. činností propojujících různá média), happeningu u jednotlivce či skupiny.“¹²

Jedno z nejnovějších, velmi výstižných vymezení arteterapie je od nizozemského psychoterapeuta Hilariona Petzolda (Petzold, 1990, s. 86,588): „Arteterapie je teoreticky usměrněné působení na člověka jako celek v jeho fyzických, psychických danostech, v jeho uvědomělých i neuvědomělých snaženích, sociálních a ekologických vazbách, plánované ovlivňování postojů a chování pomocí umění. Z umění odvozenými technikami, s cílem léčby nebo zmírnění nemoci a integrování nebo obohacení osobnosti.“ Český pedagog Zicha (1981) definuje arteterapii (resp. speciální výtvarnou výchovu, jak tento autor arteterapii nazývá) následovně: „ Záměrné upravování nerušené činnosti organismu takovými psychologickými a speciálně - pedagogickými prvky, které jsou imanentní umělecké činnosti nebo procesu umělecké tvorby.“

Savík (2000, 2001) používá výraz artefiletika – jako modifikaci arteterapie ve významu výchovy prostřednictvím umění. Arteterapii definuje jako „psychoterapeutickou a psychodiagnostickou disciplínu, využívající k léčebným cílům formy a prostředky adekvátní uměleckým formám (v užším pojetí formám výtvarného umění, v širším i jiných uměleckých oborů)“.

¹² ŠICKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání, Praha: Portál, 2002. str. 30-31

3.3 Formy arteterapie

- individuální terapie

- skupinová terapie (sem patří i arteterapie v partnerském vztahu, rodinná terapie, tyto formy můžeme chápat ale i jako samostatné formy)

Individuální terapie

U individuální terapie je klient a terapeut v blízkém, úzkém kontaktu, dalo by se říci že klient má terapeuta k dispozici jen pro sebe. Individuální terapie je vhodná pro klienty, jejichž problém vyžaduje celou pozornost terapeuta, nebo by chování klienta mohlo mít negativní, odstrašující následky. (např. agresivita, psychotické projevy úzkosti, negativní vůdcovství). Nejdříve potřebují arteterapii např. hyperaktivní děti, nebo jejich opak hypoaktivní jedinci jako prostředek komunikace.

Skupinová arteterapie

Jedná se o formu arteterapie, která je náročnější, především pak pro terapeuta. Je potřeba více se klientům věnovat.

Skupinová arteterapie má několik výhod:

- probíhá zde rychlé sociální učení (intenzivnější)
- klienti, kteří mají stejný, nebo podobný problém se mohou navzájem podporovat
- za stejný čas se pomůže více lidem najednou
- je demokratičtější, protože se zde dělí odpovědnost a moc
- jsou zde důležité zpětné vazby členů skupiny, jsou pro ně podnětné

Skupinová arteterapie má několik nevýhod:

- skupinová arteterapie je těžší organizačně zvládnout
- klientům se v rámci skupiny nedostává tolik času a individuálního přístupu jako u arteterapie individuální

- skupina např. alkoholiků může dostat „nálepku“ nebo stigma
- hůře lze dosáhnout diskrétnosti než u individuální arteterapie

„ Výtvarné činnosti jsou většinou realizovatelné v organizačních formách, které odpovídají motivaci narušených jedinců /zájem o výtvarnou výchovu/, nebo výchovných a léčebným principům a cílům /zařazení arteterapie do programu všem jedincům, nebo jen některým, podle určitých diagnostických kritérií/. Organizační formy jsou dále určeny východisky, z nichž arteterapie vychází a existujícími druhy výtvarných činností.“¹³

3.4. Barvy v arteterapii

Barva je jednou z oblastí denního života, v níž je symbolika zastoupena zcela zjevně. Je to z toho důvodu, že barvy působí na naše city bezprostředně, mají moc nás povzbudit či uklidnit, obšťastnit či deprimovat. Účinky barev na naši mysl se odvozují od jejich spojení s přírodním světlem (modrá obloha, červená krev, zlaté slunce, atd..)

Předměty, které nás obklopují, jsou barevné. Barva předmětů je dána strukturou látky, z níž jsou vyrobeny. Člověk se však naučil dávat předmětům i jinou barevnost, tj. barvit je podle účelu předmětu a v souladu se svými zálibami. K tomu slouží různé látky organického či anorganického původu.

Barva v arteterapii představuje intenzitu a stav emočního života. Barvy mají psychologický, estetický a kulturní kontext. Je prokázán vliv barev a barevných kombinací na psychické a fyzické zdraví člověka. Barvami se v historii zabývali umělci, filozofové, pedagogové, fyzici

Barva je zrakový vjem, který vzniká podrážděním oční sítnice světlem různé vlnové délky.

„Barva je něčím víc než jen zbarvením světa kolem nás a v nás“

(J. Baleka)

¹³ ZICHA, Zbyněk. *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1. vydání. Praha: UK Karolinum, 1981, str. 128

Podle Goethova barevného kruhu leží zelená mezi základními barvami modrou a žlutou, jejichž smíšením vzniká. Přímo proti ní se nachází červená, komplementární barva zelené, jejíž přítomností lze dosáhnout silnějšího účinku zelené barvy. Různé barevné tóny pak vznikají smíšením se sousední barvou, například modrozelená či žlutozelená, a podle množství příměsí pak vznikají různé odstíny, které leží v barevném kruhu mezi čistě žlutou a čistě modrou.



Jiné tóny vzniknou příměsí bílé, černé nebo šedé barvy. V češtině existují desítky různých názvů pro různou intenzitu zelené barvy: lahvově zelená, brčálově zelená, trávnicková zelená a podobně. V kontextu arteterapie je třeba znát zákonitosti vnímání barev, zákonitosti psychologického působení barev, ale i vlastnosti barev, jako je teplo a chlad, světlost a tmavost barev.

Základní barvy jsou červená, modrá a žlutá. Komplementární barvy k nim jsou zelená, oranžová a fialová. Jestliže si je arteterapeut vědom komplementárního pravidla barev, jeho schopnosti diagnostikovat přes barevný výtvarný produkt se zvyšují. Teplé barvy jsou červená, oranžová, žlutá a hnědá, za studené barvy jsou považovány modrá, zelená fialová.



Dokáže totiž v barevných kombinacích obrázku klienta rozeznat harmonii a naopak nesoulad. Zde mohu uvést několik barev a jejich psychologický účinek, samozřejmě jsou to jen myšlenky a mohou se lišit od ostatních:

Bílá barva

Symbolizuje čistotu a jasnost, ale i nevinnost a naivitu. Bílá barva je barvou noviců v kláštřích, ale i barvou sterility a kapitulace. Jestliže někdo preferuje bílou barvu v oblečení, zejména ve středním věku, může to signalizovat jeho nezralou osobnost nebo inklinování k perfekcionismu. Jestliže doplňuje bílou barvu s jinými barvami jedná se o člověka vyrovnaného. Bílá barva je symbolem čistoty, panenství a transcendentna, i když zároveň značí sinalost smrti a v Orientu je barvou truchlení. Pro Tibetany je bílá barvou hory Meru, která má být „ve středu světa“ (nahore) a symbolizuje přístup k poznání.

Černá barva

Je jak je nám známo opakem bílé barvy, je barvou tajemna, smutku, askeze. Ve spojení „černá ovce“, „černý Petr“ nabývá jednoznačným významům. Signalizuje prožité trauma, deprese. Černá barva v podobě větší nebo menší skvrny se objevuje pravidelně v kresbách diabetiků. Na Západě j černá barvou smrti, smutku a podsvětí. Černá kočka jako šťastné znamení se objevuje teprve v moderní době. Pro hinduisty byla černá barva symbolem času a bohyně krvavých obětí a orgií Kálí. Egypťanům symbolizovala znovuzrození a vzkříšení.

Červená barva

Je barvou života, síly, vitality, revoluce, požáru. Červenou barvu mají rádi převážně hyperaktivní děti, děti agresivní. V mladším věku je to barva, kterou rády preferují

všechny děti. Červená podporuje sexualitu, přivolává pocit hladu. Ve velkém množství se stává barvou agresivní. Rudá barva symbolizuje energii proudící tělem, životní sílu živočišného světa, barvu, která se objevuje na tvářích i před očima člověka ve chvílích prudkého citového vzepětí. Červená je barvou války, a jejího boha Marta, stejně jako největšího římského boha Jupitera. Je to barva mužství a činorodosti. Pro Číňany symbolizuje štěstí, pro křesťany je barvou Kristova umučení. Reprezentuje fyziologický stav výdeje energie, zrychluje puls, zvyšuje krevní tlak a vzrůstá při ní dechová frekvence.

Růžová barva

Je jemnější než barva červená, symbolizuje lásku, je barvou nezralosti nebo naivity. Růžová v kombinaci s černou může signalizovat negativní pocity o sobě samém (zneužívání, sebepoškozování atd.)

Modrá barva

Patří k chladným barvám, je vhodná do ložnic a koupelen, je barvou moře a nebe, ale i konservatismu a povinnosti, sebepozorování. Modrá je barvou matky – voda – plodová – voda – symbol Madony v modrém plášti – matka. Tato barva se jeví jako barva významná, je to barva svěžesti, je zrcadlem nitra. Modrá je barva intelektu, míru a rozjímání. Je symbolem vody a chladu, ale také oblohy, nekonečnosti, prázdnoty, z níž povstává a do níž se navrácí bytí. Pro křesťany je modrá barvou Panny jako Královny Nebes a označuje víru, slitování, svěcenou vodu. Vyvolává klid, ten kdo jí preferuje, má rád klid a uspořádané prostředí. V němž jsou vzájemné vztahy klidné a prosty konfliktů.

Žlutá barva

Žlutá je jednou ze základních barev a barvou teplou. Stimuluje a posiluje duševní kapacitu člověka. Lidé preferující žlutou barvu bývají jasní myslitelé. Je vhodné jí indikovat zejména dětem s mentálním handicapem. V psychoanalitickém kontextu je barvou otce. Odpor ke žluté = strach, neschopnost vnitřního pohledu do sebe. Se žlutou souvisí světlost, jasnost, veselost. Ačkoliv nese některé významy zlaté, je také barvou nevěry a zrady. Žlutá vlajka na západě označovala místo nemoci a karantény. V Číně je však žlutá národní barvou, zasvěcenou císaři, pro buddhisty je symbolem pokory, odtud šafránová chuť mnišských rób.

Zelená barva

Je barvou rovnováhy mezi modrou a žlutou. Podporuje nervový systém, působí uklidňujícím způsobem. Mnoho zelené může signalizovat depresivní efekty např. u vojáků. Symbolizuje svět pocitů a také přírodu – a to nejen v růstu, ale i v rozkladu. Jako ambivalentní barva bývá také spojována se žárlivostí. V pozitivním významu představuje keltský ostrov blahoslavených *Tir Nan Og*, k němuž skrze mlhu smrti putovala duše. Je výrazem pevnosti, stálosti, života, jara. Emocionálním obsahem zelené barvy je hrdost. Osoba, která preferuje zelenou, potřebuje získat pocit vlastní ceny, snaží se o to buď sebeprosazením nebo uznáním, které obdrží od druhých.

Šedá barva

Je to „upír“ barev. Snižuje intenzitu barvy vedle ní ležící, je barvou workoholiků, dětí, které prožily trauma, depresivních klientů. Neutrální šedá je hranicí mezi dvěma protichůdnými oblastmi. Osoba preferující šedou chce stát stranou, zůstat bez vazeb, skryta, odloučit se.

Fialová barva

Fialová barva v sobě snoubí moc a autoritu rudé, posvátnost a moudrost modré. Je nejmystičtější ze všech barev. Při meditaci může povznést k napojení vědomí do vyšších sfér. Je také barvou smutku a truchlení. Lusher uvádí, že fialovou často preferují mentálně a emocionálně nezralí lidé / 75% preadolescentů / Spirituální barva, Goethe asocioval tuto barvu se strachem ze zániku světa. Je popisována jako barva smutku a utrpení. Podle výzkumů tuto barvu upřednostňují v oblečení v Německu starší lidé.

Oranžová barva

Oranžová barva je kombinací životní energie (sexualita především) a intelektu. Mobilizuje lidi, kteří upadli do depresí a letargie. Jedná se o „sociální barvu“, barva extrovertů, mládeže, síly a nebojácnosti.

Z vlastního pozorování mohu říci, že osoby s mentálním postižením používají barvy dvojitým způsobem. Buď napodobují přírodu (modré nebe, zelená tráva, žluté slunce), nebo se nechávají vést svým nevědomím a podle toho, jak na ně daná barva působí.

Neradi pak tyto barvy mění a dokáží být až agresivní z toho, že je zrovna nemají. Převážně u klientů v mé skupině jsem si všímala, že osoby s Downovým syndromem a lehkou mentální retardací rádi používají pestré barvy, jako je např. žlutá, zelená, modrá, maximálně oranžová, a osoby se středně těžkou mentální retardací používali hodně tmavě zelenou, černou, tmavě modrou, tmavě červenou. Bylo to velice zajímavé je sledovat a budu se snažit interpretovat proč zrovna tyto určité barvy používají.

3.5 Symboly v arteterapii

„ Naše chápání symbolů vystihují dvě definice symbolu pocházející od Fromma a Junga. Jung (1979) napsal: „To, co nazýváme symbolem, je výraz, jméno nebo také obraz, který nám může být důvěrně známý z každodenního života, ale vedle svého konvenčního smyslu má navíc zvláštní vedlejší významy.“ Fromm (1966) rozšiřuje definici symbolu ještě o emoce. Popisuje symbol jako něco, co „zapisuje něco jiného...,vnitřní prožitek, pocit nebo myšlenku. Symbol tohoto druhu je něco vně nás samých, avšak to, co symbolizuje, je cosi v nás“. Symbolizace je podle Fromma proces, ve kterém prožitky v vzpomínky na reálný vnější svět vyjadřujeme pomocí věcí tak, jakoby se jednalo o smyslné vjemy.“¹⁴

Práce se symboly je zvláště indikována u pacientů, kteří ztratili přístup ke svým pocitům, ať už jde o psychosomaticky nemocné, nebo nutkavě strukturované osobnosti. Naopak desymbolizace čili neschopnost symbolizovat je podle paní Salvisberg (1998) a Sterna způsobena srážkami různých způsobů vnímání dítěte a matky, což znamená, že rozhodující roli hraje vztah.

Lidem, kteří se bojí svých pocitů, může práce se symboly nabízet možnost jak se sblížit s emocionálními zážitky. Ten, kdo je zvyklý pracovat se symboly si při pohledu na obrazy a předměty, které si vybral pacient, všimne i svých vlastních spontánních asociací. Zprvu nás překvapí vzájemný soulad těchto pocitů v pacientech, ale brzy pocítíme, že je potřeba dávat pozor na rozdíly a přesně poslouchat interpretacím. Můžeme říci, že rozeznáváme symboly „univerzální“ a „náhodné“. Univerzální symboly jsou společné všem lidem na základě shodných zkušeností, které ve svém vývoji získali – jejich zážitky a pocity se proto spojují se

¹⁴ WOLLSCHLAGER, M. a G. *Symbol v diagnostice a psychoterapii*. 1. vydání, Praha Portál, 2002, str. 18

stejnými obrazy. Například zrcadlo – slouží k zobrazení sebe samého a nebo žebřík – stupínky k úspěchu. Univerzální mají pro každého individuální hodnotu, a tak je tak snadno nepochopíme.

4. Cíle arteterapie

„Cíle, jež si arteterapie klade, souvisejí na jedné straně s tím, z jakých teoretických pozic vychází, na straně druhé se situací a potřebami klientů, s nimiž pracuje, v neposlední řadě s jejich věkem. Nejobecněji dělí cíle arteterapie Mirian Liebmanová (1984) na individuální a sociální.“¹⁵

- Individuální cíle – uvolnění, sebevnímání a sebeprožívání, verbální a vizuální organizace (uspořádání) zážitků, rozvoj fantazie, růst osobní svobody, svoboda experimentování, nadhled, celkový rozvoj osobnosti
- Sociální cíle – zkušenost, že druzí mají stejné nebo podobné problémy, navázání kontaktů mezi klienty a arteterapeutem, vnímání a přijetí druhých lidí, zapojení se do skupinové komunikace, vytváření soc. podpory.

Bunderová (1952) zdůrazňuje tyto cíle arteterapie u dětí:

- Umožňovat nahlédnutí do jeho nevědomého života
- Vytvářet prostor pro vyjednávání impulzivní motorické aktivity dítěte
- Umožnit mu experimentovat s formou
- Formulovat hodnotnou klinickou zprávu o dítěti
- Podporovat integraci osobnosti
- Snižovat jeho agresivní a sexuální napětí

U všech věkových skupin i problémových skupin je hlavním cílem arteterapie znovu vytvoření přirozené dispozice člověka, jako je komunikace s okolím, komunikace se sebou samým, spontánnost, kreativita, pocit uvolnění, snížení agresivity a napětí.

¹⁵ ŠICKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání, Praha: Portál, 2002. str. 61

4.1 Cíle arteterapie u duševně nemocných osob

U anxiózních pacientů má arteterapie plnit funkci pro rozvoj sebevědomí, proto se musíme vyhýbat tématům, která by zvýšila anxiету. Pro osoby s maniodepresivní psychózou je potřebné regulovat na minimum rozrušení nebo podněty, které by k ní vedly. Je třeba klientovi také vybrat uklidňující barvy, témata, která vyvolají klidné a příjemné vzpomínky.

V začátečních terapiích pro osoby duševně nemocné, je vhodná individuální arteterapie. Později se sám pacient může začlenit i do malé skupiny. Pochvala jejich výtvorů má být upřímná ne přehnaná. Na druhé straně by se nikdo neměl cítit méně oceněný.

- poskytuje reálný pohled na svou nemoc
- dává příležitost sublimace negativních prožitků
- umožňovat nahlédnutí do jeho nevědomého života (ale opatrnost arteterapeuta aby nedošlo k depresím u těchto osob)

Mnozí arteterapeuti publikovali hlavně případové studie svých pacientů, jiní se snažili zevšeobecnit své poznatky vyjádřením hlavních znaků ve výtvarném projevu lidí trpících duševní poruchou (V. van Gogh, E. Munch). Oba se léčili na psychiatrických klinikách. Druhý z umělců se vyjádřil, že jeho život by byl bez bolesti a nemoci jako člun bez vesel.

Bipolární afektivní porucha a její znaky ve výtvarném projevu:

- Manický typ – Lidé s touto poruchou zobrazují sexuální symboly a euforická témata, používají divoké barvy, kompozice je neucelená, dělá dojem chaosu, papír je celý pomalovaný a zaplněný.
- Depresivní typ – Jejich obrazy jsou plné tmavých barev, nemají smysl pro detail, nepoužívají ho, obraz působí „naze“ – málo barev, minimum energie vložené do obrazu

4.2 Cíle arteterapie u mentálně postižených osob

„Arteterapie s mentálně postiženými je rozsáhlá a rozličná, tak jako jsou rozmanité i formy mentální retardace – od lehčích forem po ty složité. Hlavním cílem arteterapie je kompenzace intelektových deficitů této populace, poznávacích funkcí a chápání jevů v souvislostech. Pro tuto populaci jsou vhodné tělesně orientované techniky, které probíhají konkrétně tělesně – hmatově. Pro mentálně postižené jedince znamená silný emotivní zážitek zprostředkovaný výtvarnými aktivitami, způsobem učení o světě a jeho souvislostech. Mentálně postižení, někdy nazýváni „věčnými dětmi“, nechápou události ve svém životě a ve světě jako takovém „rozumem“, ale jsou schopni chápat svět okolo sebe „srdcem“, emocemi. Umělecké aktivity, které rozvíjejí tvořivost, budují v jedincích s mentální retardací schopnost být kreativní i v jiných oblastech praktického života. Zejména modelování z hlíny, jež probíhá prostřednictvím hmatu, je vhodnou technikou budoucího uvědomování si vlastního já, těla, body image, což je důležité při tvorbě adekvátního sebevědomí a sebehodnocení.“¹⁶

- uvědomění si své identity
- vhodné vybrání techniky aby došlo k uvolnění, radosti

Pro mentálně postižené osoby jsou vhodné tělesně orientované techniky, které probíhají konkrétně – hmatově, které si klient dokáže osahat, ohmatat, aby se mu vytvořila jakási fantazie.

V arteterapii je zásadní tvorba, proces vzniku, prožitek z výtvarného vyjádření. Lidem s mentálním postižením však přináší i jisté obohacení života. Abychom u mentálně postižených dosáhli pozitivní změny, musíme mít na mysli, že výtvarné dovednosti nejsou důležité. K. H. Menzen (1990). Hlavní cíle arteterapie u této skupiny populace vidí v kompenzaci poškozených funkcí mozkových hemisfér prostřednictvím uměleckých aktivit. Klade důraz na esteticko-bazální stimulaci, reorganizaci vnitřních struktur osobnosti postiženého.

¹⁶ ŠICKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání, Praha: Portál, 2002. str. 83

5. Příklady arteterapeutických technik

Výtvarných metod a technik je obrovské množství a navzájem se prolínají. Můžeme si techniky modifikovat, vymýšlet si je. Proto není možné zde všechny vyjmenovat. Arteterapeutické techniky nabízejí široké využití v mnoha různých oborech zabývajících se prací s lidmi. Lze je využít ve výchově, sociální práci, psychoterapii, psychiatrii a podobně. Techniky můžeme rozdělit do několika okruhů:

A) Spontánní výtvarný projev

Při spontánním výtvarném projevu jde o hru s linií, barvou, tvarem. Hra s výtvarnými prostředky rozvíjí představivost, učí "nebát se plochy", pomáhá zmírnit napětí a zlepšuje schopnost soustředit se. Spontánního výtvarného projevu se často používá na začátku sezení pro připravení tzv. rozehrátí skupiny.

Technika skvrn do mokrého papíru. Využívá náhodnosti. Barvy zapouštíme pomocí štětce do mokrého papíru. Papír můžeme přeložit - vznikají barevné obrazce. (viz přílohová část)

Muzikomalba – malování při hudbě. Jde o spojení zrakového a sluchového vjemu, o spojení hudby a výtvarného projevu. Hudba je pro výtvarnou tvorbu velkým inspiračním zdrojem, zvuky je možné ztvárnit barevně, barvy volíme např. podle dynamiky, rytmu hudby. Jde o grafické vyjádření rytmu hudby, spontánní spojení kreslení s hudbou. Klienti taktují do rytmu oběma rukama - při této fázi se uvolňuje celá motorika. V další části klienti zachycují (pomocí kříd, pastelek, barev) na papír hudbu v podobě čar, geometrických tvarů apod. Možné je ztvárnění hudby pomocí prstomalby. Zážitek hudby je potom intenzivní, nezprostředkovaný tužkou, křídou, štětcem. Klienti s nadšením pracují, patlají prsty, dlaněmi, celými rukama. Tato činnost je radostným uvolňujícím zážitkem. Klienti mohou své pocity zachytit také na základě emocionálního působení hudby. Na tuto práci lze použít libovolný výtvarný materiál. Jedinci malují své zážitky z hudby pomocí temperových barev na papír velkého formátu. Vzniklá díla si mohou děti pojmenovat.

B) Tématické kresby a malby

Mají velký význam především u klientů, kteří mají potíže s verbálním vyjadřováním.

C) Sebepoznání

Patří sem skupinové techniky, kdy každý kreslí portrét členů skupiny, skupinu nebo sám sebe, potom výsledek ukáže ostatním, ti to komentují - co by na portrétu změnili, co vidí jinak. Potom jsou obrázky doplňovány ostatními. Tyto techniky zkvalitňují sebepoznání a sebevnímání.

D) Skupinové výtvarné činnosti

Skupinová malba/ kresba domu

Technika slouží k zjišťování skupinové dynamiky. Každý klient si vybere pastelku jiné barvy - barvy, kterou má nejraději. Na velký arch papíru potom malují společný dům. Terapeut, či speciální výtvarný pedagog téma dále nijak nevysvětluje, blíže neurčuje.

Skupina si také může o domě vymyslet pohádku. Variant této techniky je celá řada. Při procesu tvorby domu především sledujeme, jakým způsobem si jednotliví členové vybírají barvu, kdo se nejvíce zapojuje a kdo zůstává stranou. Jaká barva je dominantní, kdo s kým spolupracoval apod. Dva či více klientů společně malují na větší papír. Výtvořky mohou být tématické nebo volné. Při činnosti sledujeme vzájemnou spolupráci. Účastníci se při společném malování učí ohleduplnosti a respektování názorů druhých.

E) Trojrozměrné vytváření z různých materiálů

Modelování

Rozvíjí jemnou motoriku, cvičí tvarovou představivost a paměť. Práce s hlinou uvolňuje napětí. Pro modelování můžeme použít hlinu, plastelínu nebo modurit.

Koláž

Z výstřížků z barevných časopisů, ale i z jiného potištěného papíru, sestavujeme kompozici na určité téma (ilustrace pohádky, roční období apod.). Z papíru můžeme také vytrhávat. Připravené motivy nalepujeme na podkladový papír.

Asambláž

Při práci postupujeme podobně jako u koláže. Nalepujeme na podkladový materiál ústřížky textilu, různý odpadový nebo přírodní materiál (korálky, klacíky, kamínky, knoflíky apod.).

Muchláž

Obdoba technik koláže a asambláže. Zmuchláním, zničením různých druhů papíru vytváříme dílo, které má třetí rozměr. Kompozici potom můžeme dotvořit

vodovými barvami a nalepit na ni různé papírové skládačky (harmonika, parník apod.).

6. Osobnost arteterapeuta

Arteterapeut při hledání vhodných forem, metod, či tematiky by měl vycházet z celkové atmosféry, z klimatu doby, potřeby jedinců, z života jedinců. Důležitá je také sociální situace. Jak zdůrazňuje Uždil /1974/, může pedagog i plánovat, ale především musí předpovídat. Co je nejdůležitější je pravdivost vnitřního zážitku, prožitku.

„ V přípravě na arteterapii se arteterapeut musí zaměřit na vytvoření silného dojmu přiměřenou motivací daného tématu, za pomoci vhodného materiálu dokumentačního, navoděním vhodné atmosféry v kolektivu. Smyslem motivace je tedy vytvořit emocionální vztah k tématu, neboli dojem, na jehož základě pak vzniká představa, vzniká obraz, formovaný silou zážitku.“¹⁷

Terapeut je spíše katalytickým činitelem /Kratochvíl, 1975/, který se probíhajícími reakcí přímo nezúčastní. Pouze podněcuje jedince k emoční či činnostní produkci.

V České republice existují dvě linie pro studium arteterapie. První, je forma vysokoškolského studia, kde se arteterapie dá studovat jako samostatný obor na Jihočeské univerzitě v Jižních Čechách v Českých Budějovicích, nebo jako součást výuky na některých fakultách nebo vyšších odborných školách. Druhá, je forma pětiletého psychoterapeutického výcviku České arteterapeutické asociace, který začal v roce 1998. Arteterapeut by měl být odborníkem v sociální pedagogice a psychologie, eventuálně psychiatrie, tak odborníkem v oblasti výtvarného umění.

¹⁷ ZICHA, Zbyněk. *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1. vydání. Praha: UK Karolinum, 1981, str. 135

Nyní bych ráda zaměřila svou pozornost tématům, jako je mentální retardace, jaké jsou její příčiny a stupně mentální retardace. Budu se těmto tématům věnovat, protože se v této diplomové práci zabývám arteterapií u osob s mentálním postižením a osoby s mentálním postižením jsou moji klienti, se kterými pracuji a budu pracovat.

7. Mentální retardace

Mentální retardace (MR) je stav charakterizovaný celkovým snížením intelektových schopností, který vzniká v průběhu vývoje jedince a je doprovázen poruchami adaptace. Nedostatek v adaptaci na prostředí souvisí také se zpomalením, zaostávajícím vývojem, s omezenými možnostmi vzdělávání a s nedostatečnou sociální adaptací. Uvedené příznaky mohou mít různou intenzitu a mohou se projevovat samostatně nebo ve vzájemných kombinacích. Existují i další definice, které zohledňují např. IQ biologické či sociální faktory apod. Je to vlastně vrozený defekt rozumových schopností.

Mentální retardace má tři základní znaky: nižší rozumové schopnosti, nižší schopnosti učení, ztížená sociální adaptace na běžné životní podmínky. Psychopedie je úsek speciální pedagogiky, který se zabývá příčinami, diagnostikou, výchovou a vzděláváním osob rozumově postižených, tj. osob se sníženým intelektem, se sníženými rozumovými schopnostmi nebo-li osob slabomyslných (mentálně retardovaných) a zkoumá zákonitosti jejich rozvoje (příčiny, projevy a společenské důsledky mentálního postižení).

Psychopedie byla dříve nazývána Oligosfrenopedagogikou. V obecnějším pojetí je to v podstatě každá pedagogika, speciálněji zaměřená podle věku nebo předmětu (pedagogika předškolního věku, pedagogika školního věku, pedagogika hudební, pedagogika vojenská apod.). Je oborem interdisciplinárním. Jako teoretická disciplína začala být uznávána speciální pedagogika koncem 19. a začátkem 20. století.

Bazalová (2006) popisuje mentální retardaci jako vývojovou poruchu integrace psychických funkcí postihující jedince ve všech složkách jeho osobnosti - duševní, tělesné i sociální.

Dle Vágnerové je mentální retardace definována jako neschopnost dosáhnout odpovídajícího stupně intelektového vývoje – méně než 70% normy, přestože byl jedinec přijatelným způsobem výchovně stimulován. Nízká úroveň inteligence bývá spojena se snížením dalších schopností a odlišností ve struktuře osobnosti.

Hlavní znaky mentální retardace dle Vágnerové jsou nízká úroveň rozumových schopností, která se projevuje především nedostatečným rozvojem myšlení, omezenou schopností učení a obtížnější adaptací na běžné životní podmínky, postižení je vrozené, nebo postižení je trvalé. Záleží na etiologii postižení, je zde možné určité zlepšení. Horní hranice dosažitelného rozvoje jedince s MR je dána jak závažností a příčinou defektu, tak individuálně specifickou přijatelností působení prostředí - výchovných a terapeutických vlivů.

7.1 Nejčastější příčiny mentální retardace

1. Prenatální (50 – 60%)

- genetické – genové mutace (poškozené oplodněné vajíčko) – hrozí u žen starší 35 let, porucha 42 chromozomu – DS – Downův syndrom
- patologické těhotenství – toxické látky, záření, špatná výživa, úrazy, onemocnění placenty, inkompatibilita apod.

2. Perinatální (8%)

- abnormality plodu či porodních cest, (dřívější) klešťové porody...
- v období porodu a těsně po porodu – hypoxie – nedostatek kyslíku plodu, porod může být dlouhotrvající

3. Postnatální (32 – 42%)

- biopsychologické příčiny – epilepsie, úrazy mozku, záněty CNS
- sociokulturní příčiny – pseudooligofrenie – sociální oligofrenie
- demence – úbytek inteligence získaný až po dosažení určitého stupně rozumového vývoje

7.2 Stupně mentální retardace

Lehká mentální retardace, IQ 50-69 (F70)

„ V charakteristice této úrovně mentálního postižení se uvádí, že lehce mentálně retardovaní většinou dosáhnou schopnosti užívat řeč účelně v každodenním životě, udržovat konverzaci a podrobit se klinickému rozhovoru, i když si mluvu osvojují opožděně. Většina z nich také dosáhne úplné nezávislosti v osobní péči (jídlo, mytí, oblékání, hygienické návyky) a v praktických domácích dovednostech, i když je vývoj proti normě mnohem pomalejší. Hlavní potíže se u nich obvykle projevují při teoretické práci ve škole. Mnozí postižení mají specifické problémy se čtením a psaním. Lehce retardovaným dětem velmi prospívá výchova a vzdělávání zaměřené na rozvíjení jejich dovedností a kompenzování nedostatků. V sociokulturním kontextu, kde se klade malý důraz na teoretické znalosti, nemusí lehký stupeň mentální retardace působit žádné vážnější problémy. Důsledky retardace se však projeví, pokud je postižený také značně emočně a sociálně nezralý, např. obtížně se přizpůsobuje kulturním tradicím, normám a očekáváním, není schopen vyrovnat se s požadavky manželství nebo výchovy dětí, nedokáže samostatně řešit problémy plynoucí z nezávislého života, jako je získání a udržení si odpovídajícího zaměstnání či jiného finančního zabezpečení, zajištění úrovně bydlení, zdravotní péče apod.“¹⁸

U osob s lehkou mentální retardací se mohou v individuálně různé míře projevit i přidružené chorobné stavy, jako je autismus a další vývojové poruchy, epilepsie, poruchy chování nebo tělesné postižení.

Tato diagnóza zahrnuje slabomyslnost, lehkou mentální subnormalitu, lehkou oligofrenii (dříve označovanou jako debilitu).

Středně těžká mentální retardace, IQ 35-49 (F71)

U jedinců zařazených do této kategorie je výrazně opožděn rozvoj chápání a užívání řeči a i jejich konečné schopnosti v této oblasti jsou omezené. Podobně je také opožděna a omezena schopnost starat se sám o sebe (sebeobsluhy) a zručnost. Také pokroky ve škole jsou limitované, ale někteří žáci se středně těžkou mentální retardací si při kvalifikovaném pedagogickém vedení osvojí základy čtení, psaní a počítání. Jsou obvykle schopni vykonávat jednoduchou manuální práci, jestliže úkoly

¹⁸ Švarcová, Iva. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-506-7

jsou pečlivě strukturovány a jestliže je zajištěn odborný dohled. V dospělosti je zřídka možný úplně samostatný život. Zpravidla bývají plně mobilní a fyzicky aktivní a většina z nich prokazuje vývoj schopností k navazování kontaktu, ke komunikaci s druhými a podílí se na jednoduchých sociálních aktivitách.

V této skupině jsou obvykle podstatné rozdíly v povaze schopností. Někteří jedinci dosahují vyšší úrovně v dovednostech senzorio-motorických než v úkonech závislých na verbálních schopnostech, zatímco jiní jsou značně neobratní, ale jsou schopni sociální interakce a komunikace. Úroveň rozvoje řeči je variabilní. Někteří se nenaučí mluvit nikdy, i když mohou porozumět jednoduchým verbálním instrukcím a mohou se naučit používat gestikulace a dalších forem nonverbální komunikace k částečnému kompenzování své neschopnosti dorozumět se řečí.

U většiny středně mentálně retardovaných lze zjistit organickou etiologii. U značné části je přítomen dětský autismus nebo jiné pervazivní vývojové poruchy, které velmi ovlivňují klinický obraz a způsob, jak s postiženým jednat. Většina postižených může chodit bez pomoci.

Často se vyskytují tělesná postižení a neurologická onemocnění, zejména epilepsie. Někdy je možno zjistit různá psychiatrická onemocnění, avšak vzhledem k omezené verbální schopnosti pacienta je diagnóza obtížná a závisí na informacích od těch, kteří ho dobře znají.

Tato diagnóza zahrnuje středně těžkou mentální subnormalitu, středně těžkou oligofrenii (dříve označovanou jako imbecilitu).

Těžká mentální retardace, IQ 20-34 (F72)

Tato kategorie je v mnohém podobná středně těžké mentální retardaci, pokud jde o klinický obraz, přítomnost organické etiologie a přidružené stavy. Snížená úroveň schopností zmíněná pod F71 je v této skupině mnohem výraznější. Většina jedinců z této kategorie (na rozdíl od předcházející kategorie) trpí značným stupněm poruchy motoriky nebo jinými přidruženými vadami, které prokazují přítomnost klinicky signifikantního poškození či vadného vývoje ústředního nervového systému.

I když možnosti výchovy a vzdělávání těchto osob jsou značně omezené, zkušenosti ukazují, že včasná systematická a dostatečně kvalifikovaná rehabilitační, výchovná a vzdělávací péče může významně přispět k rozvoji jejich motoriky, rozumových schopností, komunikačních dovedností, jejich samostatnosti a celkovému zlepšení kvality jejich života.

Tato diagnóza zahrnuje těžkou mentální subnormalitu, těžkou oligofrenii.

Hluboká mentální retardace, IQ je nižší než 20 (F73)

Postižení jedinci jsou těžce omezeni ve své schopnosti porozumět požadavkům či instrukcím nebo jim vyhovět. Většina osob z této kategorie je imobilní nebo výrazně omezená v pohybu. Postižení bývají inkontinentní a přinejlepším jsou schopni pouze rudimentární neverbální komunikace. Mají nepatrnou či žádnou schopnost pečovat o své základní potřeby a vyžadují stálou pomoc a stálý dohled. Možnosti jejich výchovy a vzdělávání jsou velmi omezené.

IQ nelze přesně změřit, je odhadováno, že je nižší než 20. Chápání a používání řeči je přinejlepším omezeno na reagování na zcela jednoduché požadavky. Lze dosáhnout nejzákladnějších zrakově prostorových orientačních dovedností a postižený jedinec se může při vhodném dohledu a vedení podílet malým dílem na praktických sebeobslužných úkonech.

Ve většině případů lze určit organickou etiologii. Běžné jsou těžké neurologické nebo jiné tělesné nedostatky postihující hybnost, epilepsie a poškození zrakového a sluchového vnímání. Obzvláště časté, a to především u mobilních pacientů, jsou nejtěžší formy pervazivních vývojových poruch, zvláště atypický autismus.

Tato diagnóza zahrnuje hlubokou mentální subnormalitu, hlubokou oligofrenii (dříve označovanou jako idiocii).

Jiná mentální retardace (F78)

Tato kategorie by měla být použita pouze tehdy, když stanovení stupně intelektové retardace pomocí obvyklých metod je zvláště nesnadné nebo nemožné pro přidružené senzorycké nebo somatické poškození, např. u nevidomých, neslyšících, nemluvicích, u jedinců s těžkými poruchami chování, osob s autismem či u těžce tělesně postižených osob.

Nespecifikovaná mentální retardace (F79)

Tato kategorie se užívá v případech, kdy mentální retardace je prokázána, ale není dostatek informací, aby bylo možno zařadit pacienta do jedné ze shora uvedených kategorií. Zahrnuje mentální retardaci NS, mentální subnormalitu NS, oligofrenii NS.

V praktické části mé diplomové práce se pokusím prezentovat jednotlivé metodické přípravy - lekce (činnosti) speciální výtvarné výchovy s prvky arteterapie, které jsou vhodné při práci s jedinci s mentálním postižením. Nesmí v přípravách chybět motivace, cíl práce, pro jaké klienty je činnost vhodná, o jakou techniku se bude jednat a jaké materiály budeme potřebovat.

V této části diplomové práce jsem čerpala ze svých vlastních materiálů. Velkou pomocí mi byl denní stacionář SIMP v Praze a Ústav sociální péče v Písku, kde jsem lekce speciální výtvarné výchovy s prvky arteterapie s klienty realizovala.

Praktická část

Ve skupině, se kterou budu prezentovat jednotlivé lekce, jsou jedinci s různým typem postižení. Od Downova syndromu (dále DS) po autismus. Chtěla bych stručně charakterizovat klienty, podle stupně a druhu jejich postižení. Jména jsou pozměněná, věk se shoduje. Všichni docházejí do stacionáře každý den, jsou to ti neaktivnější klienti. Nejvíce mají rádi výtvarné a pracovní činnosti.

Charakteristika klientů ve skupině

- muž – Jaroslav K. 45 let

- klient trpící epileptickými záchvaty, DS, v 15 letech operace – odstranění jazyku při záchvatu, nemožnost komunikace, návaznost komunikace za pomoci rukou, své pocity a nálady zobrazí ve formě malování, lehká mentální retardace

- muž – Jirka H. 29 let

- klient s DS, lehká mentální retardace, operace – odstranění mozkomíšního moku ve 4 letech

- žena – Maruška L. 37 let

- klientka, která od svého dětství má quadruparézu, středně těžká mentální retardace

- **žena – Lenka J. 32 let**

- klientka s DS, středně těžká mentální retardace, operace srdce, od narození byla v kojeneckém ústavu, poté v dětském domově a 17. rok už žije v ÚSP, na víkendy si ji bere domů její bratr

+ klienti, kteří přicházeli dle nálady a ti, kterým se chtělo něco tvořit

Jednotlivé výtvarné lekce (činnosti) speciální výtvarné výchovy s prvky arteterapie, jsem si připravila jako přípravy, kde nesmí chybět téma, cíl činnosti, úkol, pro jakou cílovou skupinu jsou činnosti vhodné, pro kolik klientů, kolik času máme na samotnou tvorbu, jaké pomůcky potřebujeme ke tvoření, kde se bude činnost realizovat (venku, v ateliéru..).

Ke každé přípravě jsem se pokusím detailně popsat druh a postup činnosti. Po každé zrealizované činnosti reflektuji jak tvorba probíhala, jak se klienti cítili, čeho jsem si při činnosti všimla atd..

Seznam výtvarných činností s prvky arteterapie

- 1. Lekce – Barevné ruce – „Body art“ (viz příloha č. 1)**
- 2. Lekce – Ozdobené vajíčko**
- 3. Lekce – Stopa po kosovi**
- 4. Lekce – Spektrum barviček**
- 5. Lekce – Rozfoukané barvy**
- 6. Lekce – Barevné látky (viz příloha č. 2)**
- 7. Lekce – Skládanka z rukou**
- 8. Lekce – Stopa po nás**
- 9. Lekce – Duhová přáníčka (viz příloha č. 3)**
- 10. Lekce – Barevné listy**
- 11. Lekce – Květina pro radost**
- 12. Lekce – Mandalý (viz příloha č. 4)**
- 13. Lekce – Dreeping (viz příloha č. 5)**
- 14. Lekce – Barevné schody**

1. Lekce

Téma: „Barevné ruce – Body Art“

Cíl: Snaha rozvíjet fantazii a jemnou a hrubou motoriku, překonání zábran ze vzájemného styku ve skupině, navázání kontaktu ve skupině, odbourat agresivitu, zlepšit komunikaci ve skupině i za pomoci dotyků

Úkol: Vyjádřit své pocity, náladu pomocí barev a gest

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 6

Čas: 30 - 45 minut

Organizace: volné rozptýlení po prostoru

Pomůcky: temperové barvy, kelímek, voda, CD – Maxi Turbulens – Sluníčko, sluníčko

Metodický postup:

1.Úvodní část – Vysvětlení činnosti, motivace: „Stínohra s rukama“

- Nasvítím zeď lampičkou a zahraji klientům etudu s prsty, pustím píseň a vím, že tuto píseň mají velice rádi, a tak to pro ně bude i velice dobrá motivace na úvod.
- Začnu se dotýkat rukou klientů a budeme si povídat jaký z toho mají pocit, koho se takhle můžeme dotýkat apod..

2.Hlavní část

- Dám klientům na výběr temperové barvy a oni si vyberou tu, která se jim opět nejvíce líbí
- Sesedneme si tak, aby byli vždy dva klienti proti sobě
- Barvy budeme nanášet na ruce kamaráda a naopak, můžeme namalovat co chceme na jeho ruce a libovolnou temperovou barvou.

3.Závěr

- Na závěr poděkování za příjemnou činnost, ohodnocení práce, fotografování rukou.
- Sednutí si do kroužku a rozhovor s klienty – otázky typu:
 - „ Jak se cítíš po práci“
 - „Proč jsi zvolil zrovna tuhle barvu tempery?“
- Dodržování hygieny a společný úklid

Rozbor činnosti 1

Tato činnost klienty nadchla, ale ze začátku mi připadalo, že se bojí, nebo že se stydí něco namalovat kamarádovi na ruku, že mají strach z dotyku - někde uvnitř se v jedinci skrývá stud, či strach z projevu, aby něco neudělal špatně. Chtěla jsem docílit toho, aby se u klientů rozvíjela fantazie, což se podařilo, vznikly nádherné malby na rukách.

Mohla bych pro příště asi lépe vysvětlit činnost, nebo jim přímo ukázat názornou ukázkou, aby věděli, jak mají pracovat, protože každý se bál udělat ten první krok. Když už ale klienti začali pracovat, velice je činnost bavila a myslím si, že pro ně to byl velice zajímavý zážitek. (viz příloha č.1). Chyběl mi tentokrát prostor, protože jsme byli v malé místnosti, ale zvládli jsme to. Upoutalo mě, jak jedinci jsou k sobě hodní, přátelští, navzájem se tolerují a respektují jeden druhého.

Body Art je termín odkazující k užívání těla jako východiska a vlastního materiálu umělecké tvorby. Jako samostatná kategorie začíná být vnímán v 60. letech v souvislosti s rozvojem performance a happeningu. Body art navazuje na fenomenologické chápání těla jako „pole událostí“.

Ve skupině při výtvarných činnostech rozvíjíme postoje a způsobilosti ke komunikaci jako je umět se zeptat, poděkovat, poprosit, naslouchat sobě i druhému - soustředit se, věnovat druhému zájem. Snažíme se vytvořit příjemnou atmosféru a děti vhodně motivovat. Jsou potom aktivní a plně očekávání - pozorní, ochotnější spolupracovat, komunikovat. Během činností a ve společných závěrečných rozhovorech se učí jasně komunikovat, lépe vyjadřovat své myšlenky, názory a pocity a jsou citlivější ke sdělení druhých.

Výtvarná činnost, která se uskutečňuje ve zvláštní hravé atmosféře, posiluje pocit sounáležitosti, umožňuje sebezpoznání, poznání druhých, zkvalitňuje komunikaci a poskytuje členům skupiny obohacující zkušenosti. Může také působit jako prevence proti vzniku nežádoucího chování nebo nežádoucí chování změnit.

2.Lekce

Téma: „Ozdobené vajíčko“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky, rozvíjení fantazie

Úkol: Nanést speciální mramorovací barvy na umělohmotné vajíčko, různě s ním hýbat aby se vytvářely různé obrazce z barev..

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 4

Čas: 30 – 40 minut

Organizace: Ve třídě u stolů

Pomůcky: Umělohmotná žlutá vajíčka, speciální mramorové barvy, voda, kbelík, hadr, CD s hudbou kterou mají klienti rádi

Metodický postup:

1. Úvodní část

- **Motivace** - Obejdu klienty , kteří mají zavřené oči a každému dám sáhnout na vajíčko (pravé). Řeknu klientům, že vajíčka, které udělají, jsou pro maminky, nebo pro paní ředitelku , kterou mají všichni moc rádi
- Vysvětlení činnosti + puštění CD s hudbou

2. Hlavní část

- Každý dostane umělohmotné žluté vajíčko a hadřík aby se nezamazal.
- Do kbelíku s vodou nakapu speciální mramorové barvy, které se usadí na povrchu .
- Postupně každý klient přijde s vajíčkem ke kbelíku a bude vajíčko do něj ponořovat.
- Protože jsou barvy zachytnuty na povrchu, stačí jen 1 pohyb rukou nahoru a dolu a na vajíčko se barvy uchytí
- Musíme nechat vajíčko zaschnout a mezi tím přemýšlíme na co by jme je mohly zavěsit.

3. Závěr

- Zavěšení na větývku, rozhovor s klienty jestli je tato činnost bavila a komu by chtěli vajíčka věnovat atd. + vystavení vajíček na chodbě či v místnostech.

Rozbor činnosti 2

U této činnosti jsem nečekala, že to bude klienty bavit. Bylo to tím, že tuto techniku nikdo neznal a mramorová vajíčka vypadala opravdu nádherně.

Také mě překvapilo, když chodil ke kbelíku každý sám, všichni čekali co se bude dít, jaké vajíčko ten druhý bude mít a poté mu všichni zatleskali, jaké krásné vajíčko udělal. Byla jsem potěšena, jak se všichni chovají hezky a s takovým pochopením.

Také jsem zjistila, že během činností (jak výtvarných, tak pracovních) jim dělá radost jejich oblíbená hudba a více jim to při ní jde. Ještě mohu dodat, že osoby s mentálním postižením potřebují více používat hmat, proto je dobré, když si to vajíčko osahali, tím si vlastně i rozvíjeli fantazii, uvolnili ruce atd.

Pomocí tvořivosti nachází člověk nové cesty, dospívá k pokroku a poznání. Proto by se tvořivá činnost měla rozvíjet již u malých dětí. Prostřednictvím tvořivých, výtvarných činností se naučí využívat svoji představivost, soustředit se a být samy sebou, vyjádřit své pocity a city a vidět svět očima druhého. Tvořivá činnost přispívá také k tomu, abychom se nebáli projevit jako osobnost a neměli obavu zkusit něco nového - experimentovat apod.

3. Lekce

Téma: „ Stopa po kosovi“

Cíl: Odreagování, rozvíjení fantazie, uvolnění agrese, rozeznávání barev teplých a studených

Úkol: Sledovat, kudy kulička se kutálí, jakou má cestu

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 6

Čas: 30 – 40 minut

Organizace: v ateliéru, v prostoru

Pomůcky: různé formáty čtvrtek temperové barvy, kulička, menší krabice

Metodický postup:

1. Úvodní část Motivace: báseň „O Kosovi“

„Hop a skok a žádný krok,

kos tak skáče celý rok.

Po žížalách pokukuje,

zobákem si poskakuje.“

- povídání: „Tak a my se teď koukneme na to jak asi ptáček Kos skáče a jaké nám zanechává stopy.“

- Vysvětlení techniky „kuličkomalby“

2. Hlavní část

- Každému klientovi rozdám menší krabici, čtvrtku a malou kuličku nebo korálek (skleněný dává zvláštní tvar stopy).

- Poté si každý na paletu nanese barvy, které chce pro stopu po ptáčkovi Kosovi zanechat.

- V té barvě která se mu líbí vyválí kuličku aby byla potřená na každé straně a dala se obtiskovat.

- Kuličku vložíme do krabice, kde už máme připravený papír (čtvrtku) a s krabicí různě hýbáme

- Jestliže vidíme že kulička už nebarví, vyjmeme ji a znova vyválíme v barvě jakékoliv.

3. Závěr – Vyndání kuličky a papíru na stoleček, společné povídání o tom jaké stopy zanechali, společná výstava.

Rozbor činnosti 3

„Kuličkomalba“ je výtvarná terapeutická technika, tj. působí na uvolnění agrese a přeladuje na radostnou náladu. Při této technice jsem se snažila o udržení pozornosti u klientů trpící hyperaktivitou a mohu říci, že moje představa se vyplnila. Pro klienty tato činnost byla opět novou, zajímavou a kulička v krabici je nenechala chladnými. Snažili se, aby se kulička opravdu kutálela všude tam, kde je volné místo. Používali nejrůznější barvy, chtěli aby stopa „po ptáčkovi kosovi“ byla co nejzdařilejší, a nejpestřejší.

Došlo i k uvolnění, klienti přemýšleli, jak je možné, že kulička se tak hýbe a zanechává takové krásné barevné stopy. S touto technikou jsem byla moc spokojená.

Aby člověk viděl pozitivně, musíme ho podporovat. Motivující hodnocení sebe i druhých je předpokladem pozitivního mravního vývoje. Klienty při činnostech často chválíme a vedeme k tomu, aby poděkovali, když jim někdo pomůže, zatleskali, když se někomu něco podaří apod.

To je to samé, jako když na konec programu zorganizujeme výstavu s pracemi, obrazy, kde všichni vidí své výtvary a výtvary svých kamarádů. Učí se prožitku a pochvaly k druhým, dojdou do fáze klidu jestli byli před programem aktivní. Zanechá to v nich určitý obraz toho, že i umění lze prožívat.

V závěrečných rozhovorech klienty vybízíme, aby vyjadřovali své názory a postřehy nejen na své výtvary, ale také na díla ostatních. Vedeme je k tomu, aby viděli něco pozitivního nejen u sebe, ale i u druhých.

4. Lekce

Téma: „Spektrum barviček“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky, rozvíjení fantazie

Úkol: Nechat stopy voskových barev na papíře + domalování dle fantazie a tvaru

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 4

Čas: 30 – 40 minut

Organizace: Ve třídě u stolů

Pomůcky: žehlička, voskové barvy, struhátko (ořezávátko), větší formát papíru (jak kdo chce), temperové barvy

Metodický postup:

1. Úvodní část - Motivace – „Báseň o duze“

DUHA

**Když začne pršet,
a slunce žářem pálí,
je na obloze vidět**

DUHA co barvami jen září.

- Vysvětlení činnosti + povídání o duze, puštění relaxačního CD

2. Hlavní část

- Každý klient si vezme libovolný formát papíru
- Vybere si libovolné voskové barvy, které se mu nejvíce líbí a ořezávkem je nastrouhá . Vezme papír a přehne ho na polovinu.
- Do přehnutého papíru dá ořezané voskové barvy a půjde za mnou
- Já, protože musím dbát na bezpečnost práce, budu žehlit obrázky klientům osobně. Párkrát horkou žehličkou přejeďu papír ve kterém jsou ostrouhané voskové barvy, které se mi pod horkem rozpustí. (jestliže je papír tenčí, musím žehlit přes nějaký kus látky)
- Poté si klient svůj papír vezme a pomalu do bude otevírat. Voskové barvy se nám slily a vytvořily nám spektrum barev
- Klient si vezme svůj papír a za pomoci temperových barev ho dotvoří dle své fantazie

3. Závěr - Zhodnocení práce, výstava obrázků + rozhovor s klienty co nám daný obrázek připomíná a podle toho vymyslíme daný název díla.

Rozbor činnosti 4

Tato činnost byla velice pestrá, už když jsme si povídali o duze, tak klienti měli v očích jiskřičky.

Nejvíce se všem líbí žlutá barva, proto jí každý používal. Báseň, která byla pro klienty motivací se moc líbila, a tak jsem jim slíbila že na hudebně – pohybové výchově se jí naučíme všichni.

Tato technika je velice zajímavá, je krásné pozorovat jak jednotlivé voskové barvy se rozpouštějí a jaké obrazce poté vznikají.

Snažila jsem se, aby klienti, když dostanou svůj papír s rozteklými barvami domalovali obrázek. Tam je právě spojena práce s rozvíjením fantazie a uvolněním. Opět se mi tato práce dělala s klienty výborně a žádný problém jsme neměli.

Vnímání barev bylo vždy důležité, od primitivních dob, kdy barvy působily jako varování. Od chvíle kdy člověk pochopil, že ohnivě červená znamená nebezpečí a ty fialové bobule jsou jedovaté, jsou barvy vnímány s různými pocity nálad. Již staré civilizace a kultury, jako třeba Egypťané či Číňané, užívaly barvy pro léčebné účely. Takovému postupu se říká chromoterapie a zahrnuje v sobě kromě působení barev také světlo, jakožto léčebný prostředek. Některé účinky barev podle těchto starobylých metod pomáhaly třeba zklidňovat, zmírňovat nemoci, pomáhaly při léčbě bolesti, nebo naopak, stimulovaly tělo a mysl, zvyšovaly energii podobně.

Toho jsem si právě všímala. Sledovala jsem jaké barvy používají jedinci nejčastěji, jaké naopak nejméně. Vždy vedla žlutá – v psychologii barev žlutá povzbuzuje, osvobozuje, přináší uvolnění, pocit souladu, harmonie, působí vesele a otevřeně, ale může být spojována i s povrchností a přelétavostí, vedle ní se objevovala zelená, která je barvou rovnováhy mezi modrou a žlutou. Podporuje nervový systém, působí uklidňujícím způsobem. Vůbec se neobjevila černá a bílá i když jsme měli barevné papíry..

5. Lekce

Téma: „Rozfoukávání barev“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky, rozvíjení fantazie, uvolnění se od stresu, napětí, deprese

Úkol: Rozfoukávat inkoustové barvy do určitých tvarů

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 4

Čas: 30 – 40 minut

Organizace: Ve třídě u stolů

Pomůcky: čtvrtky, inkoustové barvy, pastelky, míček, oblíbené CD s hudbou, brčko

Metodický postup:

1. Úvodní část - Motivace

uděláme zvuk jaký dělá meluzína, jak silný tón zvuku může meluzína mít, vyzkoušení si fouknutí do malého míčku..(dechové cvičení), Vysvětlení techniky

2. Hlavní část

- Klientům rozdám čtvrtky a inkoustové barvy a brčka
- Každý klient si nakape libovolný počet kapek s různou barvou na čtvrtku.
- Poté za pomoci dechu (motivace – meluzína), bude klient rozfoukávat barvy kam se mu bude chtít – je libo si papír obrátit, změnit směr kam se rozfoukaná barva rozletí za pomoci brčka, aby byly malé úzké cestičky po barvách.
- Má – li rozfoukané barvy po celé ploše papíru, může si vzít jakékoli barvy – temperové, pastelky. Lihové fixy a obrázek si domaluje podle své fantazie

3. Závěr – Společná výstava obrázků, dále si s klienty povídám, koukáme se společně na každý obrázek zvlášť a ke každému obrázku se snažíme říci slovní asociaci, jak podle každého klienta vypadá např.– „Děšť, Smutek, Veselost..

Rozbor činnosti 5

Motivace u této činnosti zaujala, použila jsem jí z toho důvodu, aby při foukání byli uvolnění, všichni totiž znají meluzínu a vědí jaký má hlas, tón a intonaci, když vítr zesílil. K tomu jsem si vzala na pomoc malý lehký míček, který reagoval na každý výdech (dechové cvičení).

Tato technika je mnou vyzkoušená u klientů a vždy dopadne výborně. Rozfoukané barvy dělají na papíře strukturu barev, „rozlitaných“ a na klientovi je, aby je dal (poskládal) znova dohromady – za pomoci dalších výtvarných materiálů, které si vezme. Tím myslím temperové barvy, pastelky, lihové fixy apod.

Po dokončení díla následovala vlastní interpretace klientů – jaké měli pocity při akci, jaké emoce vyjádřili, jak se jim dílo podařilo, co by změnili a proč? Interpretace ostatních výtvorů – jak na ně působí, co si myslí, že vyjadřují. Co se jim líbilo/ nelíbilo na technice a proč, popřípadě co by na ní změnilo. Na konci činnosti nesměla chybět společná výstava, kde si prohlédli díla ostatních. Poté jsem si s klienty povídala co si kdo myslí o daném obrázku a oni říkali různé asociace (slova co je nejdříve napadla). Co se týkalo práce, tato činnost je vhodná pro jakýkoliv druh postižení, kromě jedinců s epilepsií, kdy ze snahy hodně foukat by mohlo dojít u jedinců k záchvatu..

Byla jsem velice překvapena jak klienti spolupracovali, jaký z toho měli zážitek. Klienti s DS (Downovým syndromem) práci dělali s pečlivostí a libostí, byla opravdu nádhera je sledovat. Klienty zaujala práce s brčkem, to bylo pro ně něco nového a zábavnějšího. Byla jsem opět velice spokojena.

6. Lekce

Téma: „Barevné látky“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky u klientů, rozvíjení fantazie, rozvoj smyslů, uvolnění, odbourání stresu, odreagování

Úkol: Batika látek / sypaná batika

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: rozptýlení po prostoru, na zemi

Pomůcky: sůl, barvy batikovací, voda, provázky, pingpongový míček...

Metodický postup:

1. Úvodní část – Motivace

– Divadlo: Já se převléknu za ducha (přehození prostěradla kolem hlavy a vyprávění příběhu:

„ Byl jednou jeden malý duch a jmenoval se Dušínek. Bydlel v jednom malém domečku, uprostřed velkých skal. Jednoho dne se mu zastesklo, že je na tom světě pořád sám a chtěl by vás poprosit jestli byste mu nevytvořili nějaké kamarády.. jste pro? Vytvoříme duchovi Dušínkovi nové kamarády?“

- Vysvětlení techniky (činnosti)

2. Hlavní část

– Klienti si vyberou látky, které se jim nejvíce líbí

- Látku, kterou jsme si vybrali namočíme.

- Vezmeme si speciální barvy na batikování (DUHA) a budeme je sypat na vlhkou látku. Můžeme také látku jakýmkoliv způsobem zamotat pomocí provázků nebo různých uzlíků

- Až nasypeme barvy na látku, posypeme malinko solí aby se barvy „roztekly“ a lépe držely.

- Jestliže máme látky svázané provázky, počkáme kratší dobu a rozvazujeme.

- Necháme zaschnout

- Poté vezmeme vajíčko z polystyrénu (zakoupené v obchodu s květinami), nebo stačí pingpongový míček, tím uděláme hlavičku

- Hlavičku pomocí provázku svážeme a vzniknou nám postavičky

3. Závěr – výstava maňásků z látek, zavěšení nad dveře, (popř. můžeme použít látky k muzikoterapii či dramaterapii)

Rozbor činnosti 6

Klientům se výtvarná činnost velice zdařila, neměli žádné problémy při práci, jestliže někdo nevěděl co má dělat, nebo si nebyl v něčem jistý, tak jsem mu poradila a pomohla. Tato činnost je velice vhodná pro ty, kteří jsou hyperaktivní, nebo naopak hypoaktivní. Velmi dobře se mi s nimi spolupracovalo. Dělalo jim velikou radost, když viděli, jak reaguje barva na batikování se solí, jaké obrazce vznikají. Na tuto činnost jsem volila batikovací barvy DUHA, protože z mých vlastních zkušeností jsou to barvy, které na látce velice dobře drží a po vyprání nezesvětlí.

Během práce jsem sledovala klienty s DS (Downovým syndromem), kteří si práci vychutnávali, dělali jí pečlivě a s oblibou. Naopak u jednoho chlapce s autismem, jsem pozorovala nechuť k práci, až takovou beznaděj. Nakonec ale asistoval při rozbalování látek a při závěrečné výstavě s aranžováním látek v zařízení.

Musím říci, že výsledné dílo z této činnosti dopadlo podle mého očekávání a spolu s paní vychovatelkou jsme se rozhodly, že maňásky můžeme použít na muzikoterapii nebo dramaterapii (na paravány u divadla).

Trochu zmíním jen něco o technice batikování. Batikovat se začalo už dávno. Poprvé se batika objevuje v Asii, do Evropy se dostává až o hodně později. Asijsci pomocí přírodních látek získávaných z částí květin a stromů obarvovali své oděvy na různé barvy. Máme několik druhů technik batikování, proto se zmíním jen o pár nejzákladnějších.

Vázaná batika je asi nejznámější a zároveň nejjednodušší způsob batikování. Spočívá ve vyvazování různých obrazců. Když chceme například na oděvu vytvořit kolečko, tak chytíme látku v místě, kde chceme mít střed kolečka a obvážeme provázkem kolem dokola. Šitá batika také není složitá. Má tu výhodu, že na oděvu vytvoří jaký obrázek chceme. Na tričko si předkreslíme obrázek, prošíjte ho režnou nití a pevně stáhněme... Když chceme mít čáru hrubší, vyšijeme linii dvakrát těsně vedle sebe. Sypanou batiku můžeme sypat jen tak od ruky, ale taky podle šablony (spirála atd...) Taky můžeme použít více barev, tam kde se barvy střetnou tak vytvoří jinou barvu (určitě to znáte, např. žlutá + modrá = zelená atd...). Když máme oděv posypaný tak jak jsme chtěli, položíme na přední stranu pak zafixujeme.

7. Lekce

Téma: „Skládanka z rukou“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky u klientů, rozvíjení fantazie, rozvoj smyslů, uvolnění, odbourání stresu, odreagování

Úkol: Obtisknout/obkreslí si ruce z několika úhlů a vybarvit volná políčka mezi nimi

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: u stolečků

Pomůcky: tužka, temperové barvy, papír, pastelky, voříšek

Metodický postup:

1. Úvodní část – Motivace

– Předávání si určitého předmětu (např. oříšek) formou „tiché pošty“. Každý klient předá do ruky svému sousedovi předmět. Až skončí opět u mě tak se začnu ptát co si myslí že je to za předmět a jestli jim bylo příjemné že se dotýkali svých kamarádů.

- Dále Vysvětlení techniky.

2. Hlavní část

– Každý klient si vezme papír a jakýkoliv materiál – tužku, fix, pastelky atd.

- Položí si jednu ruku na papír.

- Druhou rukou si ruku obkreslí.

- Ruku, až jí obkreslí může dát zase na jiné místo, aby se nám ruce překrývaly

- Ruce, které jsme obkreslili vymalujeme různým způsobem (můžeme jen místa kde se překrývají, nebo jen prsty..)

- Máme-li čas, můžeme společně ruce vystříhat do různých tvarů a dát je na společný papír.

3. Závěr – Společná reflexe, výstava „Rukou“

Rozbor činnosti 7

Tuto činnost jsem realizovala s klienty, protože jsem chtěla, aby se u nich rozvíjela fantazie, a aby došlo k procvičení jemné a hrubé motoriky. Oni s činností byli velice spokojeni, měli jsme jen problém v tom, že opětovně došlo k opravám zařízení, tak prostor a atmosféra pro malování nebyla zrovna nejlepší. Přes tyto překážky jsme vytrvali a dokončili práci výborně. Na závěr jsme vystříhli ruce do různých tvarů a společně je vyvěsili po stěnách zařízení.

8. Lekce

Téma: „Stopa po nás“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky u klientů, rozvíjení fantazie, rozvoj smyslů, uvolnění, odbourání stresu

Úkol: Obtisk - obmalování postavy na veliký formát papíru, vymalování sebe + prostor kolem mě

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: rozptýlení po prostoru, na zemi

Pomůcky: velký formát balícího papíru, štětce, fixy, prstové barvy, temperové barvy, relaxační hudba, látky

Metodický postup:

1. Úvodní část

– Vysvětlení techniky, **motivace** - Jak asi vypadám na papíře? „Vytvoření stejného člověka jako jsem já na papíře za pomoci mých kamarádů“ – povídání

2. Hlavní část – Připravíme si velký formát balícího papíru a rozprostřeme ho na zem.

- Každý si lehne na balící papír a nechá se od svého kamaráda omalovat aby na papíru byla obtisknuta silueta jeho těla.

- Poté si každý sedne ke své obmalované postavě, ke svému tělu a jakýmkoliv způsobem si ji vybarví (spousty možností – temperové barvy, obtisk látek apod.)

- Dále se všichni zvednou ze země a z dálky se na „výtvor podívají, jestliže zbude čas, domalují se i prostory mimo postavy – Celkově to tvoří skupinovou práci a i jejich dílo.

3. Závěr - reflexe + společná výstava, povídání o tom, jak se jednotlivé části těla klientům vymalovávaly atd.

Rozbor činnosti 8

Tato lekce byla velice zajímavá, protože jsem sledovala klienty jaké si vybírají materiály a jakým způsobem pracují. Nejvíce jim dala práce obmalování postavy, kde někteří to dělali s maximální pečlivostí a trpělivostí. Tato část zabrala nejvíce času. Byla jsem překvapena jakým způsobem vymalovávali „své postavy“. Používali celou škálu barev, různé materiály, a bylo na nich vidět, že si v tom tzv. „libují“.

S touto výtvarnou arteterapeutickou technikou a činností jsem se setkala na střední škole, kdy při hodinách arteterapie jsme zkoušeli různé metody a techniky a tato práce byla její součástí. Zde jde o postavení celé skupiny.. Jak to ve skupině funguje, jaké jsou ve skupině vztahy, jak klienti mezi sebou spolupracují. Myslím si, že tato činnost splnila moje očekávání, a že radost nebyla jen na mojí straně. Byla to kvalitní práce.

Společné kreslení a malování je důležité k tomu, že si jedinci uvědomují svou účast ve společnosti ostatních jedinců, že se učí toleranci, práce ve skupině. Výtvary mohou být tematické nebo volné. Při činnosti sledujeme vzájemnou spolupráci. Účastníci se při společném malování učí ohleduplnosti a respektování názorů druhých.

Patří sem také interakční kreslení či malování, to znamená, že jsou vytvořeny dvojice, či trojice, které společně malují na stejný papír. Při této práci se nemluví. Každý z dvojice si vybere jinou barvu tužky. Arteterapeut dvojici pouze řekne, že mají jeden papír dohromady. Je také možné, aby dvojice kreslila jen jednou tužkou nebo se zavřenýma očima. Při práci dvojic můžeme sledovat vzájemnou spolupráci, postup vzájemného kontaktu, agrese apod.

9. Lekce

Téma: „Duhová přáníčka“

Cíl: Odreagování, rozvíjení fantazie

Úkol: Vyrobit přáníčko za pomoci olejových barev dle své fantazie

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 6

Čas: 30 – 40 minut

Organizace: v ateliéru, v prostoru

Pomůcky: malé formáty čtvrtek (A5-A6), olejové barvy, inkoust barevný, bublifuk..CD s relaxační hudbou

Metodický postup:

1. Úvodní část – Motivace

- Jelikož olejové barvy na papíře zanechají různé tvary (skvrny), motivuji klienty tím, že si sedneme do místnosti, kde bude příjemná atmosféra (relaxační hudba, mírně zatažené závěsy) a každému podám bublifuk. Všimáme si bublinek, velikostí bublinek, poté roztažení závěsů a vysvětlení techniky.

2. hlavní část

- Každý klient si vezme malý formát čtvrtky.
- Já naředím barvy - do kuchyňského plechu na pečení naliji vodu a do vody naliji olejové barvy. Barvu musím za pomoci špachtličky ve vodě rozmíchat aby se nám barvy usadily na povrchu.
- Poté nakapu ještě pár kapek inkoustu barevného, který se také drží na povrchu plechu.
- Poprosím klienty aby ke mně chodili s malým formátem čtvrtky. Čtvrtka se z jedné strany dotkne povrchu s barvami a barvy se uchytí.
- Necháme čtvrtky zaschnout, uklidíme materiály, poté co čtvrtky zaschly se je budeme snažit přehnout na půlku namalovaným obrázkem směrem ven.
- Na bílé místo do přáníčka napíší klienti libovolný text

3. Závěr - Společná výstavka přáníček

Rozbor činnosti 9

Barevná přáníčka se líbila opravdu všem, práce při nich neměla chyby, všichni klienti z toho byli úplně nadšeni, převážně tím, jak se ty barvy na papír chytaly a jaké krásné ornamenty vznikaly.

Všichni spolupracovali. Soustředila jsem se jaké barvy klienti nejraději používají. Zvítězila barva žlutá a oranžová. V symbolice tyto barvy znamenají – radost, živost, energie životní, optimismus.

Práce trvala asi 40 minut. Tuto práci s klienty jsem si musela vyfotit, protože tato přáníčka byla opravdu nádherná. Všichni měli radost a po skončení činnosti jsme si udělali menší výstavu a pozvali jsme i pana ředitele.

Výchozím bodem koncipování tvořivé výtvarné výchovy (speciální výtvarné výchovy) s osobami s mentálním postižením musí být požadavek úspěšnosti. Prvořadým úkolem speciálního pedagoga, arteterapeuta, je navodit činnost, v níž bude klient úspěšný.

Jedině úspěch a následná perspektiva veřejné prezentace formou výstavy prací – obrazů, či přáníček je schopna ve vědomí klienta zaktivizovat tvořivé schopnosti a dlouhodoběji motivovat jeho práci. (viz příloha č.)

Poznámka:

! Pozor při této práci, někteří míchají olejové barvy ještě s acetonem či benzínem, ale jestliže máme ve skupině klienty s různými poruchami a nemocemi nesmíme je přidávat. Tato technika by šla u zdravých starších dětí, ale opět dbáme na čerstvý vzduch při práci s benzínem – otevřená okna atd..

10. Lekce

Téma: „ Barevné listy“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky, rozvíjení fantazie

Úkol: Nanést otisky listů a jejich žil na papír

Věk klientů: 22 – 45 let

Počet klientů: 4

Čas: 30 – 40 minut

Organizace: ve třídě u stolů

Pomůcky: Spadané listí, prstové barvy, větší listy papíru, tuž, CD s uklidňující muzikou, špejlička, černá tuž

Metodický postup:

1. Úvodní část

- Vysvětlení činnosti, puštění CD s relaxační muzikou, klienti mají zavřené oči, já kolem nic chodím a dávám jim čichnout čerstvého opadaného listí a oni musí poznat o co se jedná.

- Pro uvolnění od napětí v rukách si uděláme malé cvičeníčko s pohyby paží, abychom lépe prováděli rozvoj jemné a hrubé motoriky.

2. Hlavní část

- Položíme list dle výběru na čistý papír.

- Namočíme si konečky prstů do barev podle toho jaká se klientům nejvíce líbí

- Poté namočené prsty barvou rozetřeme od okraje listu směrem ven .

- Odstraníme list z papíru a můžeme se snažit o vystihnutí žil na každém listě za pomoci tuže černé a klacíku (špejle)

3.Závěr

– Povídání s klienty jak se jim práce líbila, co by chtěli na tom obrázku ještě vylepšit atd..

+ obměna = Na listy položíme papír a ten přejíždíme suchými pastely. Vytvoříme tak křídové otisky, kde nechybí ani vnitřní žíly listu

Rozbor činnosti 10

Když se nad touto činností zamýšlím, musím konstatovat, že dopadla s dobrým výsledkem. Převážně jsem se zaměřovala na klienty s DS (Downovým syndromem) a musím říci, že mají opravdu talent na pečlivé detailní práce. Postupovali pomalu, přesně, když už měli obtisknutý list, tak jsem jim dala špejličku a černou tuž, a oni dodělávali stonky, vytvářeli na listech žilky a opravdu to vypadalo nádherně. Z dobrého výsledku jsme udělali výstavu na 14 dní.

Myslím si, že tato činnost je i pro klienty náplní k rozvíjení fantazie, cvičili si na tím jemnou a hrubou motoriku, smysl pro detail. Z této činnosti mám opravdu silný emoční zážitek a myslím si, že nejsem sama. Snažila jsem se, aby tato práce pro ně byla uvolňující.

Rozvoj tzv. hrubé a jemné motoriky, to znamená hrubých a jemných pohybů, jejich koordinace, celkové pohyblivosti. Určitá neobratnost působí i na výkony ve výtvarné výchově, pracovním vyučování, atd.

Uvolňovací techniku s pohybem paží jsem praktikovala proto, aby byly ruce klienta uvolněnější, aby se jim lépe pracovalo. Před samotným malováním provádíme cvičení paží, uvolnění pletence ramenního. Není-li uvolněn dostatečně, je pohyb křečovitý, svalstvo je ve stálém napětí. Dochází pak k křečovitým úchopům například štětce a ruka není tolik uvolněná. Ruka brzy bolí, a tak klient ztrácí zájem o práci. Pohyby paží můžeme dělat jako je například mávání, kroužení, střídavé upažení a vzpažení, kroužení předloktím (navíjení klubka)

11. Lekce

Téma: „Květina pro radost“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky u klientů, rozvíjení fantazie, rozvoj smyslů

Úkol: Ztvárnění květiny, kterou pak mohou někomu darovat, uvolnění

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: rozptýlení po prostoru, u stolu

Pomůcky: čtvrtky, nůžky, lepidlo na papír, vata, kartáčky na zuby, temperové a prstové barvy, voda, kelímek, CD s relaxační hudbou, hedvábné šátky

Metodický postup:

1. Úvodní část – Motivace

– pustím CD s relaxační hudbou, zaváži klientům hedvábným šátkem oči a postupně půjdu ke každému s květinou (růže +narcis) a každému řeknu aby si přičichl a i na květinu sáhnul

- klienti nesmí nic říci (bez komunikace) dokud neobejdu každého, poté si budeme povídat co asi měli v ruce, jaká květina to může být, jestli tu květinu mají rádi atd.

2. Hlavní část

– Vysvětlení postupu při výrobě květiny

- Klienti si obkreslí květinu dle předlohy, jestliže se ve skupině najde jedinec, který není schopen květinu obkreslit dám mu šablonu připravenou.

- Poté se květina vystřihne. Vezmeme si prstové či temperové barvy a do středu je budeme nanášet prsty(nejlépe vytečkováním).

- Na okraje květiny . na okvětní lístky lepidlem nalepíme vatu.

- Poté si vezmeme kartáček na zuby, na který nanese temperovou barvu smíchanou s vodou a za pomoci prstů budeme květ zdobit (popraškem barvy z kartáčku)

3. Závěr - Výstava květin

Rozbor činnosti 11.

V úvodu hodiny jsem musela všem důkladně vysvětlit postup práce. Všichni klienti byli nadšeni mou motivací, všichni se shodli na tom, že květiny mají moc rádi a povídali by o nich celou hodinu. Vzhledem k času se to nedalo stihnout. Měli jsme dobré podmínky pro práci. Všimla jsem si, že je nejlepší dělat úkoly – práce ty nejjednodušší, protože někteří klienti nejsou ani schopni sami bez pomoci udělat různé kroky. Při této činnosti se mě i klientům dobře spolupracovalo

Dále jsem si také všimla převážně u klientů s DS (Downovým syndromem), že neudrží dlouho pozornost, takže je třeba vymýšlet činnosti, které netrvají déle než 35 minut, poté jsou unavení, neudrží pozornost, mohou být až agresivní.

Květiny se klientům moc povedly, poté jsme je nechali uschnout, udělali výstavku pro motivaci a zakončení práce. Na závěr jsme si každý vzali špejličku a květinu na ní přilepili.

Zjistila jsem, jak klienty motivuje a uvolňuje v úvodu puštění relaxačního CD. Hudba vyvolává v jedinci emocionální prožitky. Již od pradávna byla hudba podstatnou součástí života člověka. Využívala se při léčitelských ceremoniích, dále jako prostředek k vyjádření svých emocí.

Prostřednictvím hudby získává jedinec s mentálním postižením širší estetické znalosti, dochází k rozvoji motorické, řečové schopnosti, rozšiřují se pro něj možnosti sociálních vazeb a kontaktů, kultivuje se osobnost. Dochází k růstu schopnosti vnímat umění, cítit k němu nějaký vztah a dokázat jej hodnotit třeba tou nejjednodušší škálou.

Myslím si tedy, že právě relaxační hudba při práci, je vhodnou volbou. Lépe se pracuje nejen klientům, ale vládne po celém prostředí krásná atmosféra.

12. Lekce

Téma: „Mandaly“

Cíl: Uvolnění, odreagování, odbourání stresu a agrese..

Úkol: Vybarvení mandaly

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: rozptýlení po prostoru, na zemi, u stolu

Pomůcky: připravené mandaly, pastelky, tužky, fixy, velký formát papíru

Metodický postup:

1. Úvodní část – Motivace - Křížovka:

**Jak se říká Bořkovi - Bořek-
Zvíře s velkým chobotem
Šnečí domeček
- Období, kdy se dostávají dárky
Ovoce, které je velice kyselé
Přítel člověka, domácí mazlíček**

	S	T	A	V	I	T	E	L
S	L	O	N					
	U	L	I	T	A			
V	Á	N	O	C	E			
	C	I	T	R	O	N		
P	E	S						

Po křížovce bude následovat rozhovor: „Jaký má slunce tvar?“...“My si takovéhle sluníčko – tzv. „Mandalu“ namalujeme společně..“ Vysvětlení úkolu

2. Hlavní část

- Každý si vybere připravenou mandalu podle toho, jaká se mu nejvíce líbí
- Opět podle svého uvážení vybarví mandalu, kterou si vybral jakýmkoliv způsobem
- Poté se vystřihne (musím pomáhat při stříhání) a nalepí se na společný papír.
- Zbude – li čas, vymaluje se společně papír velký na který se lepily mandaly.

3. Závěr – Společná výstava mandal, reflexe

Rozbor činnosti 12

Malování Mandal je arteterapeutická metoda, která spadá pod metodu koncentrace a je vhodná jako prostředek k neverbální komunikaci, jako volné asociace, uvolnění, odbourání stresu a napětí. Velice je bavila motivační část, kde jsem jim vytvořila křížovku a společnými silami jsme jí vyluštili.

Tuto metodu jsem vybrala proto, aby se klienti uvolnili, aby přišli na jiné myšlenky. Myslím si, že byli i oni velice příjemně naladěni. Nestalo se, že nějaký z klientů by nechtěl pracovat, nebo by ho to nebavilo. Byla jsem velice spokojena s prací. Když jsme ukončili činnost, tak jsme si povídali o tom, proč si vybrali zrovna tuto mandalu, co se jim na ní líbilo atd. Taková vzájemná reflexe, která byly na obě strany velice přínosná. (viz příloha)

Mandaly jsou kruhové obrazy, popř. čtvercové (symetrický tvar). Mandala je tušení středu pozornosti, určitý centrální bod uvnitř duše, k němuž se vztahuje všechno. Život člověka je kruh, svět je kruh, hvězdy, Měsíc, Slunce. Mandala je slovo, které pochází ze starobylého indického obřadního jazyka sanskrtu a znamená v překladu kruh – oblouk. Představuje mystický diagram – ve tvaru kruhu, jenž se točí kolem jeho středu. Kruh je také symbolem kosmu a věčnosti.

Účinky malování a koncentrace na barvu známe všichni z dětství, z omalovánek. Mandala může být takovými omalovánkami pro děti i pro dospělé. Díky svému uspořádání kolem středu se však může stát i něčím víc než pouhou relaxací s pastelkou. Může být terapeutickým nástrojem, prostředkem k poznání sebe sama, pomocníkem na cestě do našeho středu – do místa, kde vládne klid, harmonie a láska.

Díky mandalám můžeme docílit zpracování emocí, zklidnění, získání energie, získání vhledu, zvýšení sebevědomí, sebeléčení – do mandaly lze vložit energii, kterou právě potřebujeme (už to může být léčivé samo o sobě) a výsledek pak můžeme na sebe nechat působit jako léčivý obrázek.

13. Lekce

Téma: „Dreeping“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky u klientů, rozvíjení fantazie, rozvoj smyslů, uvolnění, odbourání stresu, odreagování

Úkol: Volně malovat po papíru pomocí Dreepingu

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: rozptýlení po prostoru, na zemi

Pomůcky: kelímek, temperová barva, voda, velký formát balícího papíru...

Metodický postup:

1. Úvodní část – Motivace – píseň „Prší, prší“

„Prší, prší, jen se leje, kam koníčky pojedeme, pojedeme na luka, až kukačka zakuká, pojedeme na luka, až kukačka zakuká.“ “

- za doprovodu kytary, klienti se uvolní, vysvětlení proč jsme si zpívali tuhle písničku, že barvy, které budeme nanášet na papír se budou chovat jako déšť..

2. Hlavní část

– Rozdání materiálů, rozvržení balícího papíru na zem.

- Každý klient si může namíchat s vodou jakoukoliv barvu podle vlastního uvážení.

- Nesmíme ale zapomenout si kelímek zespod držet aby nám barvy už nevytýkaly.

- Každý si najde místo, které se mu nejvíce líbí a bude se snažit rozlévat kelímek s barvou různými pohyby. (kelímek má zespod díru, kterou bude protékat barva)

- Máme různé barvy, různě velké dírky v kelímkách a vzniknou nám různé cestičky, klienti se budou pohybovat v určitém směru, na přeskáčku apod.

- Poté jestliže zbude čas tak můžeme obraz ještě společně domalovat pomocí prstových barev, temperových barev...

3. Závěr - Reflexe, povídání si s klienty, společná výstava, vymyšlení společného názvu obrazu..

Rozbor činnosti 13

Při motivační části – písničky „Prší prší“, se klienti uvolnili. Práce byla o to příjemnější, protože tuto píseň mají klienti velice rádi.

Tato činnost (dreeping) je terapeutickou metodou, tj. působí na uvolnění těla, odbourání agrese, přeladuje psychiku na radostnou náladu. Při této technice jsem se snažila, aby jak u mě, tak u klientů došlo k uvolnění, snaze o udržení pozornosti, snaze o výbornou atmosféru. V mé skupině se nacházeli i 4 autisti, takže jsem musela brát na vědomí jejich požadavky, ale především schopnosti.

Brala jsem na vědomí, že spousta klientů chce pracovat na zemi, kde mají dostatek volného místa a prostoru na spontánní projev. Při celé akci panovala v ateliéru opravdu nádherná atmosféra, protože všichni byli udivení z toho, jak barva stéká z kelímku na zem a nikdo neměl zábrany s tímto materiálem pracovat.

Zbyl nám čas i na domalování obrazu, na domalování jsme použili prstové barvy, kdy každý klient si našel místo, které se mu nejvíce líbilo a tam za sebou zanechal stopu, svůj otisk. Práce trvala něco přes hodinu, ale i přes náročné podmínky (4 klienti s autismem) byli všichni spokojeni a s úsměvem odcházeli domů.

Hlavním představitelem metody DRIPPINGU byl Jackson Pollock, který na plátna na ležící obraz vymačkal barvy přímo z tuhy nebo lil barvy na obraz z plechovek. Používal i písek a drcené sklo. Barvy byly nanášeny na plátno impulzivně, což tvořilo tvorbu neohraničených struktur. Dílo dotvářel špachtlí nebo nožem. Dripping je rozstříkávání barvy dírou v plechovce. Další metodou je metoda slash painting, což je cákání barvy štětcem.

Při této metodě dochází k neuvěřitelnému uvolnění, protože barvy jsou nanášené jak chceme, nejde o křečovitou spojenou se štětcem. Barva steče tam kam steče..Měli jsme na to jen balící papír, ale pro příště, až bude hezky a půjde to venku, vytvoříme si formát hodně veliký, abychom si to více užili, aneb čím větší formát, tím větší uvolnění..

14. Lekce

Téma: „Barevné schody“

Cíl: Rozvíjení jemné a hrubé motoriky u klientů, rozvíjení fantazie, rozvoj smyslů, uvolnění, odbourání stresu, odreagování

Úkol: pomalování schodů aby zařízení bylo veselejší

Věk klientů: 25 - 45

Počet klientů: 6

Čas: 35 – 40 min

Organizace: rozptýlení po prostoru, na zemi

Pomůcky: speciální barvy na tvrdý materiál (zeď, schody..), voda,

Metodický postup:

1. Úvodní část

– Vysvětlení techniky

2. Hlavní část

– Rozdání materiálů, rozvržení balícího papíru na zem. (kvůli čistotě)

- Každý klient si může namíchat s vodou jakoukoliv barvu podle vlastního uvážení.

- Každý si najde místo, které se mu nejvíce líbí a bude se snažit své místo co nejkrásněji to jde vymalovat (namalovat květinu, strom, slunce..).

- Máme různé barvy, různě velké schody, klienti se budou pohybovat v určitém směru, na přeskáčku a vždy na dané místo něco namalují.

- Poté jestliže zbude čas tak můžeme schody ještě společně domalovat pomocí prstových barev, temperových barev, ale přes tyto barvy se musí ještě přestříkat lak aby se barvy např. po dešti nesmily...

3. Závěr - Reflexe, povídání si s klienty, společné focení u namalovaných schodů

Rozbor činnosti 14

Jelikož mi přišlo, že v zařízení je to všechno velice ponuré, rozhodla jsem se po rozhovoru s panem ředitelem, že jako výtvarný plenér bychom mohli pomalovat schody od vstupu do kluboven, aby to tam bylo veselejší.

Klienti z toho měli neuvěřitelnou radost, protože se jim to zdálo jako výborný nápad. Kvůli čistotě jsem jim před schody rozetřela velký formát balícího papíru, na který si popřípadě mohli i sednout.

Myslím si, že práce všechny bavila a každý měl mnoho nápadů, co by na ty schody namaloval. Panovala výborná atmosféra, pustili jsme si CD s jejich nejoblíbenější hudbou a práce šla jako po másle. Na konec jsme udělali společné focení schodů a společnou fotografii. Tato fotografie byla poslána a otisknuta do Píseckého deníku a sklidila veliký obdiv nejen u pracovníků ústavu.

Závěr

S pojmem arteterapie jsem se poprvé setkala na střední škole, kde jsme měli přímo předmět Arteterapie a kterému jsme se věnovali dva roky. Do té doby jsem získávala zkušenosti s výtvarným uměním na základní umělecké škole a vlastní tvorbou.

Význam arteterapie jsem začala plně chápat, až když jsem se přihlásila na roční arteterapeutický kurz od ČAA – české asociace arteterapeutů a spolu s ním jsem byla jako dobrovolník v Ústavu sociální péče DUHA v Písku. Vše, co jsem se dozvěděla z kurzu jsem se snažila aplikovat při vedení lekcí speciální výtvarné výchovy s klienty. Od té chvíle jsem se začala arteterapií více zabývat.

Arteterapie je léčebný postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů. Někdy bývá přiřazována k psychoterapii a jejím jednotlivým směrům, jindy je pojmána jako svébytný obor. Pro mentálně postižené osoby jsou vhodné tělesně orientované techniky, které probíhají konkrétně – hmatově, které si klient dokáže osahat, ohmatat, aby se mu vytvořila jakási fantazie.

Při hodinách výtvarné výchovy v ÚSP DUHA v Písku, jsem se snažila zrealizovat 14 metodických postupů (příprav) s prvky arteterapie, které jsou vhodné pro jedince s mentálním postižením. Při práci jsem měla svou skupinu klientů ve věku od 30-55 let s různými typy a stupni postižení (Downův syndrom, dětská mozková obrna, autismus, quadraparéza, lehký až středně těžký stupeň mentální retardace) a společnými silami jsme realizovali jednotlivé činnosti s prvky arteterapie. Techniky a metody arteterapie dokáží odbourat agresivitu, stres, dochází při nich k odreagování, k utišení těla a mysli. Vždy jsem se snažila o rozbor z činnosti, kde jsem se pokusila co nejvíce nastínit jak činnost probíhala, jak by se mohla dále upravit či obohatit, nebo když se mi naskytl nějaký problém. Chtěla jsem upozornit na to, co je důležité při práci s mentálně postiženými, jaké techniky jsou vhodné, a jaké nevhodné. Několik činností jsem přidala do přílohy části na ukázkou.

Při jednotlivých lekcích jsem si uvědomila, že osoby s mentálním postižením mají velmi rádi výtvarné činnosti, objevují něco nového, získávají nové zkušenosti a experimentují. Učí se tvořivosti, prožívají zklamání i radost, skrývá se zde pro ně určité tajemství. Dílo, které vznikne z jejich práce, ať už se jedná o podařené či

nepodařené, je dělané s láskou a nikoliv za výsledkem „geniálního obrazu“ a to je pro tyto lidi důležité. I při osvojování dovedností nezbytných pro zvládnutí dané techniky, docházelo u klientů ke stimulaci jemné motoriky a byl zaznamenán pozitivní přínos v oblasti soustředění klienta, celkového zklidnění a ztišení během výtvarném procesu.

Klienti projevovali radostné emoce zejména v technikách, které využívaly barev, pohybu a větších ploch. Protože nemám arteterapeutické vzdělání, nemohla jsem více rozebrat jednotlivé přípravy, jednotlivé lekce po arteterapeutické stránce.

Dále jsem se ptala sama sebe, co mi práce přináší, jestli mohu dát klientům ještě mnohem víc. Na každém setkání se učím i já novým věcem a to hlavně, že poznávám sama sebe a své okolí. Učím se to, že co si myslím, že je problém, ve skutečnosti zase takový problém není a je potřeba se na to koukat z pozitivního pohledu.

Cílem mé práce bylo seznámit veřejnost s možnostmi arteterapie, které jsou vhodné a přínosné pro jedince s mentálním postižením.. I když je arteterapie s mentálně postiženými v dnešní době docela populární, není tolik dostupné literatury a proto jsem se snažila směřovat do oblasti mé vlastní praxe, mého vlastního názoru a pohledu.

Snad se mi podařilo ukázat, že i jedinci s mentálním postižením jsou schopni emocionálně vnímat určité věci, dokáží ventilovat své pocity skrze výtvarné dílo. I osoba, která není schopna komunikace dokáže skrze neverbální projev dát najevo co cítí, co si myslí.. Navíc velmi silně pocituji, že jako společnost, terapeuti, učitelé, rodiče atd. bychom měli postižené lidi povzbudit, aby rozvíjeli co možná nejvíce dovedností či schopností. Výtvarné techniky s prvky arteterapie pro některé můžou být cestou pro další rozvoj, který vede k pravidelnému pochopení sama sebe i svého místa ve světě.

Seznam použité literatury a pramenů

- ŠVARCOVÁ, Iva. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-506-7.
- ZICHA, Zbyněk. *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1. vydání. Praha: UK Karolinum, 1981.
- CASEOVÁ, C.; DALLEYOVÁ, T. *Arteterapie s dětmi*. 1. vydání. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-065-0.
- KOHLOVÁ, M. *200 výtvarných činností – náměty pro tvořivost dětí od 3 let*. 223. publikace. Praha: Portál, 1996.
- ŠIMONOVÁ, A. *Výtvarná dílna*. 1102. publikace. Praha: Portál, 2005.
- RAZÁKOVÁ, D. *Kreslíme, malujeme, modelujeme*. 5. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1982
- SLAVÍK, J.; WAWROSZ, P. *Umění zážitku, zážitek umění 1. díl*. Praha: UK – Pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80-7290-066-8
- SLAVÍK, J.; WAWROSZ, P. *Umění zážitku, zážitek umění 2. díl*. Praha: UK – Pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80-7290-130-3
- ŠISKOVÁ – FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1. vydání. Praha: Portál, 2002
- LIEBMANN, M. *Skupinová arteterapie*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005
- JUNG, C.G. *Mandaly – obrazy z nevědomí*. 2. vydání, brožované 1. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka. ISBN 80-85880-34-2
- ŽENATÁ, K. *Obrazy z nevědomí*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005
- RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*. 1. vydání. Olomouc. Univerzita Palackého v Olomouci, 2002. ISBN 80-244-0532-6

HARTL, P. *Psychologický slovník*. 1. vydání. Praha: Budka, 1993 ISBN 80-901549-0-5

KVAPILÍK, J.; ČERNÁ, M. *zdravý způsob života mentálně postižených*. Praha: Avicenum, 1990

MARKOVÁ, Z.; STŘEDOVÁ, L. *Mentálně postižené dítě v rodině*. Praha: SPN, 1987

ZVOLSKÝ, P. a kolektiv. *Speciální psychiatrie*. Praha: UK Karolinum, 1996. ISBN 80-7184-203-6

SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. 5. upravené vydání. Praha: SPN, 1983.

TROJAN, R. *Výtvarné materiály a techniky vhodné pro práci ve výtvarné výchově: 1. Kresba a grafika*. 1. vydání. Praha: SPN, 1976

UŽDIL, J. *Výtvarný projev a Výchova*, 1. vydání. Praha: SPN, 1974

DAVIDO, R. *Kresba jako nástroj poznávání dítěte*, 1. vydání. Praha: Portál 2001

Další informační zdroje

Ústav sociální péče Duha, Písek

Přednášky speciální pedagogiky na VOŠ pedagogické a sociální

Přednášky z arteterapie na SPGŠ a VOŠ Prachatice

Studio Oáza, Praha

SIMP – Sdružení pro integraci mentálně postižených, Praha

Kurzy arteterapie

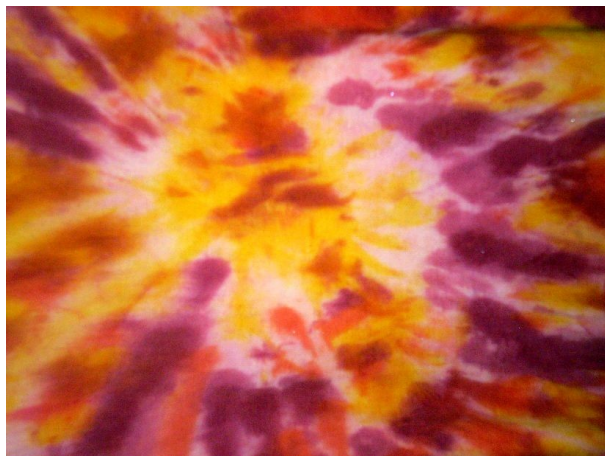
Přílohová část

1. Lekce č.1 – Barevné ruce (2verze – „Body art“) – str. 53-54
2. Lekce č.6 – Barevné látky (Batika) – str. 63-64
3. Lekce č.9 – Duhová přáníčka (Mramorové barvy) – str. 69-70
4. Lekce č.12 – Mandala – str. 75-76
5. Lekce č. 13 – Dreeping – str.77-78
6. fotografie mých klientů ve skupině

1. Lekce č.1 – Barevné ruce (2verze – „Body art“) str. 53-54



2. Lekce č.6 – Barevné látky (Batika) str. 63-64



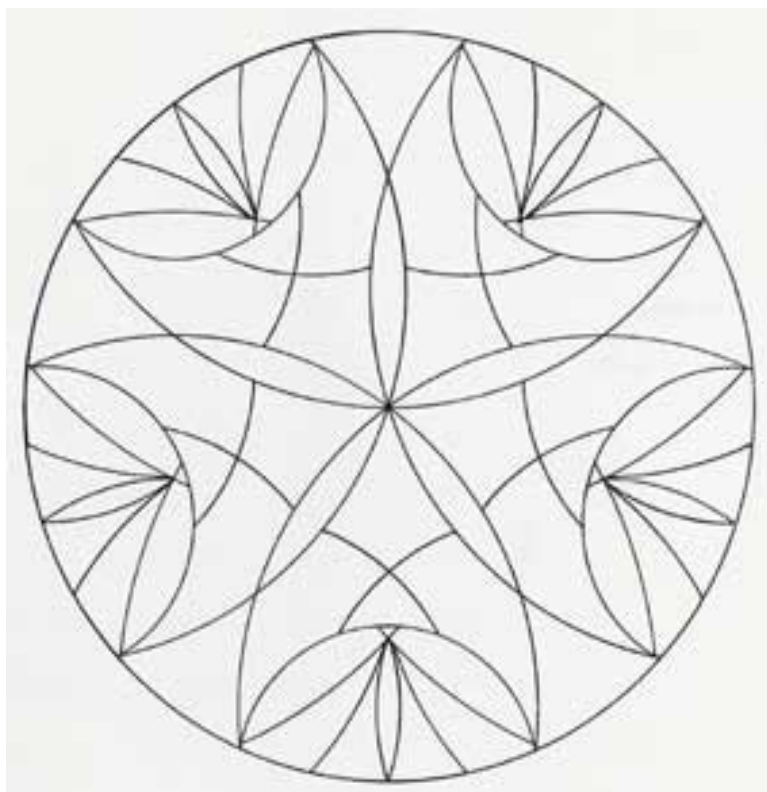
3. Lekce č.9 – Duhová přáníčka (Mramorové barvy) str. 69-70



6. Fotografie mých klientů ve skupině



4. Lekce č.12 – Mandala, str. 75-76



5. Lekce č. 13 – Dreeping str.77-78



Summary:

Možnosti využití výtvarných technik s prvky arteterapie při práci s mentálně postiženými osobami

Possibility of using art techniques for persons with mental disabilities

Ivana Impassa Ifoli

The goal of my thesis is to introduce professionals concerned with special educational or art with the art techniques with elements of art which are suitable for individuals with mental disabilities.

In the theoretical part, I looked at the themes: Children's creative expression, Special art, Art Therapy, Symbols in art therapy, Goals of art therapy. Mental handicap.

In the practical part I have to invent an individual training - methodology for working with mentally handicapped and implement various activities with elements of visual art.

As I mentioned in the introduction, the aim of my thesis was to acquaint professionals dealing with special education or with visual art techniques and activities with elements of art which are suitable for individuals with mental disabilities. This is me successfully met. I realized 14 methodologies with elements of art which are suitable for clients with different types of disability. When I had my group of clients aged 30-55 years with different types and degrees of disability (Down syndrome, children's cerebral palsy, autism, quadraparéza, 2-3 degree of mental retardation).