

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAHE
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
KATEDRA ŠPECIÁLNEJ PEDAGOGIKY**

ARTETERAPIA V KONTEXTE ŠPECIÁLNEJ PEDAGOGIKY

DOC. PAEDR. JAROSLAVA ŠICKOVÁ, AKAD. SOCH.

2006

ARTETERAPIA V KONTEXTE ŠPECIÁLNEJ PEDAGOGIKY

DIZERTAČNÁ PRÁCA

DOC. PAEDR. JAROSLAVA ŠICKOVÁ, AKAD. SOCH.

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAHE
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
KATEDRA ŠPECIÁLNEJ PEDAGOGIKY**

Študijný odbor: Špeciálna pedagogika
Vedúca dizertačnej: Doc. PhDr. Lea Květoňová – Švecová, PhD.

Stupeň kvalifikácie: „philosophiae-doctor“
Dátum odovzdania práce: 2006.05.15

BRATISLAVA 2006

Anotácia

Obsahom dizertačnej práce je

- hľadanie presahov arteterapie a špeciálnej pedagogiky v systéme novej paradigmy charakterizovanej výrazom inklúzia.

V práci sú dokumentované hlavné teoretické východiská arteterapie, najmä spirituálne – ekologické východisko, ktoré svojim holistickým a integujúcim princípom korešponduje s najnovšími trendami špeciálnej pedagogiky, doplnené výstupmi kvalitatívne orientovaného výskumu vo forme kazuistických štúdií a interpretácii výtvarnej reflexie rôzne handicapovaných jedincov.

Kľúčové slová

špeciálna pedagogika, špeciálna starostlivosť, arteterapia, artefiletika, kreativita, spontaneita, výtvarná reflexia, katarzia, sublimácia, arteterapeutické metódy, arteterapeutické etudy, spirituálne - ekologická arteterapia, l'art pour la santé, terraterapia, holistický, intermediálny, interdisciplinárny prístup, integrácia inividuálna, integrácia sociálna, autenticita, inklúzia

Abstract

The goal and purpose of the dissertation is to find the overlapping areas of special pedagogy and art therapy in the new paradigm of education, including special education - in inclusion.

In dissertation work there are introduced the main theoretical approaches of current art therapy, focusing on the spiritually-ecological approach, which corresponds in its holistic and integrating approach to the modern main streams of special education.

The theoretical background is illustrated by case studies and interpretation and evaluating methods developed by the author of this work.

Predhovor

V tejto práci, ktorá je súhrnom mojich dlhoročných skúseností na poli práce s rôzne postihnutými deťmi a adolescentami a dospelými, sa pokúsim hľadať presahy špeciálnej pedagogiky a arteterapie v intenciách najnovšej paradigmy prístupu spoločnosti k postihnutým.

Počas môjho dlhoročného pôsobenia na poli arteterapie som pracovala so stovkami rôzne postihnutých ľudí.

Vyvinula som viacero testovacích prístupov a metód s prioritou modelovania z hliny. Metódami kvalitatívneho výskumu v tejto práci bude participačné pozorovanie a kazuistická štúdia. Do práce som zaradila aj vyhodnotenie Body image testu realizovaného na vzorke piatich postihnutých detí.

Práca skúma teda prioritne možnosti aplikácie arteterapie v kontexte špeciálnej pedagogiky.

Ďakujem najmä mojej vedúcej dizertačnej práce Doc. PhDr. Lei Květoňové - Švecové, PhD. ako aj členom Katedry speciální pedagogiky, Pedagogické fakulty Univerzity Karlovej v Prahe, Doc. PhDr. Marii Černej, CSc., Doc. PhDr. Borisovi Titzlovi, CSc., ako aj Prof. PhDr. Marii Vítkovéj, PhD. a Doc. PaedDr. Janovi Slavíkovi, PhD. za odborné rady a pomoc pri realizácii mojej práce.

Obsah

Anotácia	3
Abstract	4
Predhovor	5
Obsah	6
0 Úvod	8
1 Ciele dizertačnej práce	10
2 Rôzne chápanie handicapu a postoje spoločnosti k postihnutým	10
2.1 Postihnutie ako trest	14
2.2 Postihnutie ako privilégium	15
2.3 Postoj ľúlosti	18
2.4 Handicap ako partner	19
3 Arteterapia v kontexte špeciálnej pedagogiky	21
3.1 Špeciálna pedagogika	21
3.2 Proces zblížovania špeciálnej pedagogiky s psychoterapiou	22
3.3 Prelínanie cieľov a prístupov špeciálnej pedagogiky a arteterapie	24
3.4 Zmena paradigmy	25
3.5 Spoločné ciele arteterapie a špeciálnej pedagogiky	25
4 Rôzne chápanie umenia	27
4.1 Umenie pre umenie L'art pour l'art	27
4.2 Umenie pre človeka L'art pour l'home	27
4.3 Umenie pre zdravie L'art pour la santé	27
4.4 Výtvarné umenie ako metafora	31
4.5 Umenie ako neverbálna komunikácia	32
4.6 Umenie a katarzia	33
4.7 Umenie a integrácia	33
5 Arteterapia	35
5.1 Vymedzenie pojmu arteterapia	35
5.2 Z histórie arteterapie	39
6 Arteterapia na Slovensku a v Čechách	42
7 Teoretické východiská arteterapie	43
7.1 Psychodynamické východiská arteterapie	44
7.1.1 Arteterapia a psychoanalýza S. Freuda	44
7.1.2 Chápanie arteterapie podľa Junga	46
7.1.3 Arteterapia a individuálna psychológia	47
7.2 Behaviorizmus	47
7.3 Tvarová psychológia a fenomenológia v arteterapii	48
7.4 Humanistický prístup v arteterapii	51
7.5 Arteterapia a logoterapia V. Frankla	53
7.6 Postmoderna a arteterapia	54
7.7 Spirituálne-ekologické východisko arteterapie	57
7.7.1 Základné mechanizmy spirituálne-ekologickej arteterapie	63
8 Formy arteterapie	64
8.1 Individuálna arteterapia	64
8.2 Skupinová arteterapia	64
8.2.1 Rodinná arteterapia	65
8.2.2 Arteterapia v partnerskom vzťahu	68
9 Osobnosť arteterapeuta a arteterapeutický vzťah	70

9.1 Profesia arteterapeuta	70
9.2 Znalosti a osobnostné predpoklady arteterapeuta	71
9.3 Arteterapeutický vzťah	73
9.4 Schéma arteterapeutického stretnutia	75
9.5 Dĺžka terapeutického procesu	76
10 Ciele a cieľové skupiny arteterapie	79
11 Niektoré indikácie arteterapie	83
11.1 Sociálne problémy	83
11.1.1 Arteterapia s týranými a sexuálne zneužívanými deťmi	83
11.1.2 Arteterapia so sociálne znevýhodnenými (Rómovia)	87
11.1.3 Ďalšie sociálne indikácie arteterapie	88
11.1.4 Arteterapia s duševnými poruchami	89
11.1.5 Arteterapia s mentálne postihnutými	99
11.1.6 Arteterapia u jedincov s telesným alebo smyslovým postihnutím	101
12 Využitie snov v arteterapii	104
13 Arteterapeutické metódy spirituálne ekologickej arteterapie	107
13.1 Imaginácia	107
13.2 Animácia	109
13.3 Koncentrácia – mandaly	110
13.4 Reštrukturalizácia	112
14 Diagnostické možnosti arteterapie	113
14.1 Arteterapeutický výskum	113
14.1.1 Z histórie a súčasnosti arteterapeutického výskumu	114
15 Kresba v arteterapii	121
15.1 Kresba ako projekcia psychomotorických schopností dieťaťa	122
15.2 Vývojové štádiá detskej kresby	124
15.3 Kresebné testy	125
Body image test	131
16 Farba v arteterapii	148
16.1 Používanie farieb v starých kultúrach	151
16.2 Delenie farieb	151
16.3 Symbolika farieb	152
16.4 Farebné kombinácie	156
16.5 Farebné testy	156
16.6 Preferencia farieb	158
17 Trojdimenzioálne materiály v arteterapii	159
17.1 Hlina	159
17.2 Piesok	168
17.3 Drevo v arteterapii	170
17.4 Kameň v arteterapii	171
18 Metódy esteticko-bazálnej stimulácie	172
19 Námety pre arteterapeutické cvičenia	174
20 Kazuistiky	182
Záver	200
Zoznam použitej a citovanej literatúry:	203
Prílohy	210

0 Úvod

Vykročenie na cestu ľudskosti pre mňa nastalo vtedy, keď som začala pracovať s mentálne postihnutým deťmi, teda v oblasti, ktorú zastrešuje špeciálna pedagogika. Bolo to v roku 1984.

Časť populácie označovaná ako mentálne handicapovaní jedinci je na intelektuálnej a praktickej úrovni temer bezmocná, ale o to viac sú títo ľudia obdarovaní vo vzťahoch. Ich emócie sú hlboké a sú schopní plnohodnotných prežití v súvislosti s estetickými a umeleckými aktivitami.

Úlohou špeciálneho, liečebného pedagóga alebo terapeuta je naučiť ich vnímať svet cez emócie, cez srdce, vybudovať u nich niečo, čo síce znie paradoxne, ale vystihuje tento fenomén vybudovať rozumné srdce.

Evidentne existujú vrstvy ľudského vedomia, ktoré sú prístupnejšie cez emócie a cez umenie ako cez racionalitu. Pre mentálne postihnuté deti by racionálna cesta spoznávania seba i sveta bola iba zbytočnou a možno aj neúspešnou okľukou.

Súčasná spoločnosť je orientovaná na výkon a na materiálny prospech, ak však nevenujeme pozornosť svojej ľudskosti, nestaneme sa naplno ľuďmi, podobne ako vtedy, ak budeme ignorovať svoju spiritualitu, ktorá je v každom človeku latentná, hoci v rôznej miere.

Nemôže nás uspokojovať súťaživý svet, ktorý investuje toľko energie do hmotných vecí.

Je to snád' až neveriteľné, ale títo „slabí“ a spoločnosťou odmietnutí ľudia sa môžu stať našimi učiteľmi. Stalo sa to aj v mojom prípade.

Hlboké, tiché utrpenie postihnutých, prameniace z pocitu ich odmietnutia vlastnou rodinou alebo spoločnosťou sa stalo dôvodom, prečo som sa začala zaujímať o prácu s postihnutými.

Vo svojej dizertačnej práci popisujem svoje viac ako 20 ročnú prácu s postihnutými deťmi i dospelými. Jednotlivé popisy kazuistických štúdií dopĺňam opismi arteterapeutických stretnutí, ktorých som sa sama zúčastnila v procese arteterapeutickej intervencie.

Participačné pozorovanie je metódou kvalitatívneho výskumu a je aj jednou z metód antropológie. Antropológovia obyčajne žijú určitú dobu medzi príslušníkmi dosiaľ málo spoznaného národa, ktorý chcú skúmať a až potom, keď sa s neznámym národom zžijú, stanú sa jednými z nich, ich výskum nadobúda validitu a presvedčivosť.

Podobne som sa to dialo aj v mojom prípade, učila som sa najprv zžiť sa s rôzne postihnutými deťmi, zúčastňovať sa ich aktivít, ba tieto akcie pre nich pripravovať, byť pri nich vo všetkých situáciách bežného i sviatočného dňa. Stolovala som s nimi, pomáhala im s osobnou hygienou, tešila sa z ich radostí, aj smútila s nimi, keď bol na to dôvod. Zbavovala som sa zbytkov predsudkov a tabu, ktoré som ešte voči tejto časti populácie mala, keďže v mojej najbližšej rodine neboli ľudia postihnutí a tiež preto, lebo v mojich študentských časoch bola integrácia postihnutej populácie do jej „zdravej“ časti skôr výnimkou, ako pravidlom, nemala som teda možnosť sa bežne s takýmito ľuďmi kontaktovať a spoznávať ich.

Predsudky sa podľa antropológa Murphyho zmenia vtedy, keď si zdravá populácia viac zvykne na ich prítomnosť vo svojich autobusoch, divadlách, školách, na pracoviskách. (Murphy, 2001).

Snažila som sa pomocou umeleckých aktivít handicapovaným deťom pomáhať prebiť si cestu k plnému a celistvému životu, učila ich vstúpiť do sveta, ktorý nie je väčšinou na nich zvedavý a nie to k nim priateľský, no postupne ich predsa prijíma ako svoju súčasť, len nechotne niekedy rušiac tzv. fyzickú i duševnú karanténu. Spoločnosť totiž v postihnutých ľuďoch, často neoficiálne, skryte vidí svoj vlastný epitaf.

Počas mojej dlhoročnej práce som sa presvedčila, že cez umenie, konkrétne cez výtvarné aktivity je možné postihnutým deťom i dospelým pomôcť k plňšiemu životu.

1 Ciele dizertačnej práce

Vo svojej dizertačnej práci popisujem súčasný stav problematiky arteterapie v Čechách i na Slovensku ako aj v širšom zahraničí, zriňam doterajšie teoretické východiská arteterapie a formulujem vlastné teoretické východisko, východisko spirituálne - ekologickej arteterapie, ako aj nové chápanie umenia v intenciách l'art pour la santé. (Šicková, 2002).

Popisujem metódy a techniky takto orientovanej arteterapie a vyjadrujem sa k otázkam arteterapeutického výskumu, včetně interpretácií Testu zmyslu pre súvislosti (Šicková,1994 a Body image testu (Šicková,2002).

Cieľom práce je dokumentovať procesy zmien v handicapovanom človekovi stimulované a riadené cez arteterapeutické aktivity na ceste nachádzania jeho plnej ľudskosti a autenticity.

Práca predstavuje možnosti umenia, kultúrnej terapie, terapie výrazom, arteterapie v užšom zmysle slova (terapie výtvarným umením) v procese chápania a transciovaniu handicapu a nachádzania jeho zmyslu a tým dosiahnutie najdôležitejšieho aktuálneho cieľa - začlenenie handicapovaného človeka do majoritnej spoločnosti.

Najprv je však potrebné vyjariť sa k rôznym postojom spoločnosti voči postihnutým.

2 Rôzne postoje spoločnosti k postihnutým

Centrálnou súčasťou kultúry každej spoločnosti je pomoc, spolucíiaci postoj v situáciách núdze druhému človekovi alebo skupine ľudí. A šírka a kvalita tejto pomoci, či sa už jedná o drobnú každodennú pomoc, alebo o profesionálnu, odbornú pomoc či inštitucionalizovanú pomoc je vlastne meradlom morálnej výšky a kultúrnosti spoločnosti ako takej.

V každej dobe boli postoje majoritnej spoločnosti k postihnutým buď altruistické alebo egoistické.

Výraz „altruizmus“ znamená pomáhajúci, spolupracujúci a solidárny princíp ľudského myslenia a konania, ktorý je v protiklade k egoizmu, ktorý je vlastný človeku na báze „egoistických génov“ (Dawkins, 1978), pretože od „prirodzenej“, biologickej povahy človeka nemôžeme očakávať altruizmus, teda nezištné uprednostňovanie blaha druhého pred blahom svojim vlastným.

Princíp altruizmu predstavuje na základe archeologických nálezov z pred 60 000 rokov, (súčasní archeológovia našli kostry dvoch postihnutých ľudí, ktorí po ťažkom zranení prežili za pomoci svojich spolubratov dva roky života s ťažkým postihnutím kostí nôh) však tiež prirodzený morálny či etický princíp, zdá sa vlastný ľudskému rodu od pradávna, ako to podrobne dokumentuje vo svojej práci český historik a filozof B. Titzl. (2001).

Známy výrok, ktorý vyjadruje údiv génia nad morálnym princípom hlboko zakotveným v srdci človeka a nad hviezdnatou oblohou nad jeho hlavou, ilustruje isté mystérium ukryté v tejto odvekej danosti morálky a etiky zakorenenej zdá sa, že odjakživa v ľudskom rode.

Egoizmus - ako biologická determinanta sa v každej epoche konfrontoval s altruizmom, reprezentovaným láskou k blížnemu človeku. Láska je tu chápaná ako forma prirodzených emócií a nevyhnutné východisko pre sociálne chovanie.

Nemecký liečebný pedagóg- teoretik Otto Speck (1998) nazýva emócie biologickými a dynamickými fenoménmi ľudskej telesnosti a považuje ich za základ etiky a sociálneho myslenia.(Aké to rozdielne chápanie citov na rozdiel od behaviorálnej psychológie, ktorá ich definuje ako „vmedzerené premenné“!)

Altruizmus a láska vedú človeka k empatii, schopnosti vcítienia sa do pocitov druhého človeka, vrátane do jeho utrpenia, bolesti a problémov.

No najväčšie utrpenie vzniká vtedy, keď človek odmietne lásku, odmietne snahu vnímať a porozumieť bolesti druhého človeka, keď sa stáva tzv. **sociálne slepým**. Tento prívlastok môže dostať však nielen jednotlivec, ale sociálne slepou môže byť aj celá spoločnosť.

Je to tzv. selektívna slepota, ktorá je bežná u ľudí našej kultúry, keď sa postihnutý človek síce dostane do zorného poľa zdravého človeka, ale jeho myseľ ho neregistruje. A stáva sa, že až keď zasiahne postihnutie jeho samého, začne byť vnímavý k sociálnemu postaveniu invalidných ľudí a k tomu, ako k nim druhá strana pristupuje.

V ľudskom živote, tak ako v živote spoločnosti, odpradáva bojovali medzi sebou oba prirodzené princípy: princíp altruizmu a princíp egoizmu.

„Zákon džungle“ diktuje človeku byť egoistom, žiť na úkor druhých, nebrať ohľad na druhého človeka, starať sa len o svoje vlastné dobro a o svoje vlastné záujmy.

Altruizmus naopak diktuje zabúdať na seba, myslieť na druhých, byť ochotný aj sa obetovať v prospech druhých.

Bez altruizmu by však nebol možný žiaden život spoločnosti, teda ani žiaden život.

Platilo by extrémne pravidlo Homo homininae lupus- (človek človeku vlkom), ktoré sa uplatňovalo v extrémnych situáciách, napríklad počas vojen.

Snáď neexistuje lepšia ilustrácia oboch postojov k núdzným ako známy príbeh z Nového zákona, podobenstvo o Milosrdnom Samaritánovi.

Príbeh výborne mapuje rôzne postoje jednotlivcov, ale aj spoločnosti k trpiacim, alebo postihnutým, k znevýhodneným jedincom.

Túto metaforu povedal Ježiš vtedy, keď sa ho farizeji pýtali, koho majú považovať za svojho blížneho.

Matúš 10; 25-37

„Išiel jeden človek z Jeruzalema dolu do Jericha a padol lotrom do rúk. Títo ho ozbíjali, dorážali, zanechali polomŕtveho a odišli. Náhodou išiel touto cestou kňaz, a keď ho videl, obišiel ho. Podobne i levita, keď prišiel na to miesto a ho videl, obišiel ho. Prišiel však k nemu pocestný Samaritán, a vidiac ho, zľutoval sa nad ním, pristúpil k nemu, obviazal mu rany, nalial do nich oleja a vína, vyložil ho na svoje hoviadko, zanesol do hostinca a opatroval ho. Potom na druhý deň vyňal dva denáre, dal hostinskému a povedal: Opatruj ho, a ak by si viac vynaložil na neho, zaplatím ti, až sa vrátim. Čo sa ti teda zdá: kto z tých troch bol blížnym tomu, ktorý padol lotrom do rúk?

A on odpovedal: „Ten, čo mu preukázal milosrdenstvo“. Ježiš mu povedal: „Chod' a rob podobne!“.

V príbehu sú dva modelové postoje ľudí, ale aj spoločnosti k postihnutým: Postoje kňaza a levitu znamenajú:

- obchádzanie,
- nezáujem,
- ignorovanie,
- zatváranie si očí pred potrebami iných
- a na druhej strane postoj Samaritána reprezentuje:
 - zodpovednosť za osud druhého človeka, človeka v núdzi,
 - účasť,
 - pomoc,
 - milosrdenstvo,
 - vcítenie sa, empatiu.

Navyše, Milosrdný Samaritán nielenže poskytol ranenému prvú pomoc, ale aj zariadil odbornú, mohli by sme povedať inštitualizovanú pomoc, prenechal postihnutého do rúk odborníkov a bol ochotný za to aj zaplatiť, keďže on sám sa musel venovať svojim povinnostiam a nemohol ďalej ostať s raneným.

Otázkou ostáva: Dajú sa egoistické gény kultivovať, dá sa naučiť človeka praktizovať morálne vzťahy?

O tom, ako sa jednotlivé spoločnosti správajú k postihnutým najlepšie vypovedajú sami znevýhodnení, najmä však postihnutí autori autobiografií. Spisovateľ a antropológ, už citovaný Murphy, sám pripútaný dlhé roky na invalidný vozík, jedinečne a autenticky opisuje situácie zo svojho života, ktoré plasticky vykresľujú úskalia života invalida v americkej spoločnosti 90-tych rokov minulého storočia.

Neurológ Oliver Sachs zase vo svojej knihe Antopoložka na Marse podrobne opisuje prípadové štúdie svojich postihnutých klientov a k výroku jednej z nich o svojich

pocitoch: „Cítim sa ako antropoložka na Marse“, podľa ktorého dostala aj kniha názov, netreba azda už nič dodávať.

Prvý spomenutý autor si uvedomuje, že sociálne vzťahy medzi postihnutými a zdravými sú napäté a problematické a ako autor vyjadruje až „neobratné“. Popisuje časté zmätené chovanie zdravých, keď sa náhle stretnú s telesne ťažko postihnutými a nevedia reagovať prirodzene.

Erving Goffman to nazýva jednou z „primárnych scén sociológie“, kedy ide o akúkoľvek sociálnu konfrontáciu, v ktorej je jeden účastník ťažko postihnutý a druhý je zdravý. Takéto stretnutie je zbavené zabehaných kultúrnych vodítok a môže byť pre obe strany traumatizujúce.

Autor konštatuje, že napr. telesné postihnutie nemení len samotnú telesnú stánku človeka, ale aj jeho interpretácia správania zdravých k nemu je deformovaná, ako aj spôsob jeho uvažovania o sebe o druhých a o veciach vonkajšieho sveta sa mení.

Tzv. princíp socializácie, definovaný Titzlom (2000, str.97) ako „dvocestný proces vzájomne vstřícných prístupů jedince ku spoločnosti a spoločnosti vůči jedinci“ je nutné brať do úvahy, keď uvažujeme o procese akceptácie a integrácie odlišných jedincov v spoločnosti.

2.1 Postihnutie ako trest

Moje prvé osobné skúsenosti stretu s „inakosťou“, na jednej strane so svetom „bohémů“ a na druhej strane so svetom ťažko postihnutých mladých ľudí som získala v cudzine, keď som sa ako tínedžerka odrazu ocitla v multikulturálnej spoločnosti, dovtedy žijúc v uniformnej totalitnej socialistickej realite, kde extrémů každého druhu boli spoločensky neprípustné. Prvý kultúrny šok v súvislosti s „inakosťou“ som zažila v Londýne konca 60-tych rokov 20.storočia s jeho pestrosťou ľudskej zmesi, individualít reprezentovaných pre mňa bizarným oblečením a správaním, bez pridržania sa akejkoľvek spoločenskej zviazanosti alebo upnutosti na konvencie a na druhej strane z prostredia prázdninového tábora na juhu Anglicka pre rôzne ťažko postihnutých tínedžerov, s ktorými som mala tráviť prázdniny a ktorí pôsobili na mňa až neuveriteľne a nečakane „normálne“, integrované a prirodzene a svoje „vady“ nezapierali, nezakrývali, dokonca ich dávali „na obdiv“. Napr. ťažko telesne postihnutá dievčina - stomička na invalidnom vozíku, s ktorou som zdieľala izbu, si

každé ráno celú hodinu upravovala tvár a tento jej make up nebol žiadnou „mimikrou“, naopak hovoril: „Som tu a nevádi mi, že som iná, ba priam chcem byť na očiach ostatných, zdravých ako rovnocenná, a teda prečo nie aj vyzývavá mladá žena“. V uliciach vtedajších česko-slovenských miest nebolo bežné stretnúť človeka na invalidnom vozíku a „filozofiu postihnutých“ a „voči postihnutým“, ktorej dnes hovoríme inklúzia a integrácia bola v socialistickom Československu veľkým tabu. Okrem filozofie, že v socializme už žijú len šťastní, zdraví a dokonalí ľudia to spôsobil zrejme aj fakt, že paradigma chápania handicapu ako trestu za nejakú vinu bola živená v európskej regióne v mysliach ľudí a tzv. západnej kultúre po stáročia. Dá sa akceptovať aj názor, že čiastočne tomuto chápaniu handicapu je na vine aj definovanie antického ideálu krásy tela, o ktorom sa zmienim viac neskôr.

Známe sú aj drastické opatrenia voči handicapovaným v antickej Sparte, hoci najviac postihnutých ľudí bolo zabitých podľa historikov počas stredoveku, kedy všetko „iné“ ako „normálne“ bolo považované za nečisté a často končilo na hranici, napriek tomu, že kresťanstvo so svojim Novým zákonom prinieslo už spomínanú filozofiu milosrdenstva k postihnutým bližným, s kladením dôrazu na pravé náboženstvo, ktoré tkvie „v navštevovaní chorých a staranie sa o vdovy a siroty“

Podobne hebrejská tradícia, ktorá strikte vyžadovala dokonalosť a bezvadnosť telesnej schránky kňazov nahrávala filozofii vyčlenenia „nedokonalých“ a to nielen zo služby Najvyššiemu.

2.2 Postihnutie ako privilegium

V ázijskej kultúre sa chápalo postihnutie a choroba celkom inak a od tohto tradíciou prenášaného postoja sa odvíja aj dnešný vzťah spoločnosti k postihnutým.

Konkrétne budem hovoriť o postojoch súčasnej juho- kórejskej a japonskej spoločnosti k postihnutým alebo marginazilovaným jedincom alebo skupinám obyvateľstva, ako som to pozorovala pri mojich opakovaných návštevách Južnej Kórei a Japonska.

Svoje postrehy som si konfrontovala s profesorom Bou-Young Rhiom, riaditeľom Jungovho inštitútu v Soule, psychiatrom a arteterapeutom. Zaujímali ma hlavne historické a filozofické východiská prístupu spoločnosti k postihnutým a tradície

liečby umením v širšom zmysle slova, teda divadlom, hudbou, tancom, literatúrou a výtvarným umením, ktoré úzko súvisia s fenomenológiou a psychológiou ázijského šamanizmu.

Etymologickým porovnaním kórejských termínov pre ženu šamanku a muža šamana (kórejsky to znie ako mudang = žena šamanka a muž šaman ako baksu a v sibírskych národoch ako udagan a pahshi alebo bakshi) sa tento fenomén dostáva do širších geograficko-filozoficko - historických súvislostí.

Čínsky výraz wu (v kórejščine mu), ktorý je identifikovaný s šamanom v Kórei, Číne a Japonsku sa objavil v historických knihách prvý raz v 1.st.pr.Kristom, no jeho korene podľa nájdených artefaktov, ktoré nerozlučne ku šamanizmu patrili –zrkadla, meča a zvončekov a dodnes sú hlavnými inštrumentami v kórejskom šamanizme, siahajú až do doby bronzovej. Dôkazom sú fascinujúce nástenné maľby na mohutných skalách na juhu južnej Kórei.

Šamanizmus je chápaný v Južnej Kórei ako ľudové liečiteľstvo a práve on sa stal základom kórejskej kultúry

Spolu s Budhizmom a Taoizmom sprevádza celé kórejské dejiny bez konfliktov až do dnešných čias. Jediný spor vznikol medzi Konfuciánskym racionalizmom, ktorý bol v protiklade k šamanskej iracionalite.

Podobne ako v Číne aj v Kórei ovplyvnil šamanizmus a jeho zásady pomerne veľké množstvo populácie na dlhý čas a ovplyvňuje ho až dodnes.

V 14. až 19.storočí, kedy bola prijatá a praktizovaná v Kórei konfuciánska doktrína, bol šamanizmus potlačený. Prežíval len v ženskej časti populácie a u jednoduchých ľudí. So svojimi tancami a divadlom slúžil ako kompenzácia k rigidnému konfuciánskemu morálnemu kódexu, lebo vyjadroval prirodzené ľudské pocity.

Napríklad konfuciánske pohrebné ceremónie, ktoré sú striktne založené na trúchlení sa šamanizmus snažil cez predstavenia komického charakteru zmierniť a oslabiť tak zármutok rodiny. Bolo bežné, že skupina šamanských klaunov napríklad navštívila každú trúchliacu rodinu, kde niekto umrel a snažila sa potešiť až rozosmiať zarmútených. Muž prezlečený za starú tehotnú ženu predvádzal napr. narodenia dieťaťa tak komicky, že aj tí najsmutnejší sa nezdržali smiechu.

Tento divadelný i rituálny zvyk predstavoval univerzálny mýtický motív smrti a znovu narodenia. Humor bol v Kórei vždy používaný za liečivý prostriedok, tento fakt som si uvedomila v mnohých situáciách, napríklad vtedy, keď som bola konfrontovaná s náhlou vážnou chorobou jedného z mojich kórejských priateľov ako i pri návšteve moderného kresťansko-orientálneho šamana a novej nemocnice v Soule, kde pre ilustráciu altruistického postoja spoločnosti voči pacientom, každé lôžko pre ťažkého pacienta má prístelku pre najbližšieho príbuzného.

Šamam hral v spoločnosti významnú sociálnu rolu. Bol kňazom, politickým vodcom, umelcom i liečiteľom v jednej osobe.

Šamanizmus je v súčasnosti skúmaný z pohľadu historikov, antropológov i etnografov, ale i psychiatrov a psychológov. Najzaujímavejší aspekt v skúmaní šamanizmu tkvie v otázke tzv. choroby zasvätenia a v princípe výberu šamana s jeho hlavnými charakteristikami, ktoré sú zaujímavé najmä z hľadiska našej problematiky vzťahu spoločnosti ku postihnutým, lebo práve princíp výberu súvisí s chápaním handicapu a tých, ktorí sú iní, ako bežní "normálni" ľudia. Boli to práve šamani, teda liečitelia, ktorí trpeli nejakou telesnou alebo duševnou vadou. Byť šamanom znamenalo vykazovať komplex rôznych symptómov s rôznym fyzickým alebo psychogénnym pôvodom.

Na rozdiel od „západného“ chápania handicapovaných jedincov ako potrestaných, neplnohodnotných, nepekných, ponímali a ponímajú orientálne národy handicap a chorobu v istom zmysle za **privilégium a za cestu k zdokonaleniu sa**.

Od toho sa odvíjajú aj súčasné postoje orientálnych spoločností (Južná Kórea a Japonsko) k postihnutej alebo znevýhodnenej populácii.

V kórejskej strednej škole, kde som pracovala na hodine výtvarnej výchovy s deťmi, boli v triedach aj postihnutí rovestníci. V každej triede boli dvaja až traja. Nemali tam pre ne špeciálneho pedagóga. Všetky deti, aj tie postihnuté boli v uniformách a teda aj vonkajškom sa neodlišovali. V tradícii kórejskej a japonskej kultúry a systéme školstva tieto deti nikdy neboli dezintegrované a teda nemuseli byť ani spätne integrované.

Spolužiaci im pomáhali, brali ich ako seberovných, bez tendencie ľutovať ich, „ťahali“ ich so sebou, cítiac zodpovednosť za nich ako úplne prirodzenú vec.

Podobne orientálny prístup k starobe je tiež odlišný od nášho západného, reprezentovaného napríklad nedávno vysielanou reklamou v slovenskej televízii, kde dospelý syn, alebo dcéra nesie doslova na krku svojho zostarnutého rodiča a jedna z dôchodkových spoločností sľubuje, že títo starí ľudia už nemusia ostať „na krku“ svojim príbuzným. Takáto reklama by v Oriente bola nepredstaviteľná.

V našich zemepisných šírkach sa starí ľudia vnímajú ako bremeno, naopak v Kórei a v Japonsku požívajú úctu a pôsobia dôstojne a i esteticky „nezávadne“, obliekajú sa do snehobielych oblečení, stále aktívne dobrovoľnícky pracujú na verejno-prospešných prácach napr. v parkoch a v elitných kluboch dôchodcov, organizujú takzvané „voluntiers“, akcie napríklad pre cudzincov. Takáto skupina seniorov, vojnových veteránov varila napr. pre sochárov na medzinárodnom sochárskom sympóziu v japonskom meste Mine, kde som sa mala možnosť byť jednou z pozvaných sochárov.

Šoféri - seniori majú v Japonsku na aute nálepku s červeno sfarbeným listom zo stromu. Ostatní šoféri berú na nich ohľad.

Starobu si uctia a vážia aj v Južnej Kórei. Slovo najstaršieho účastníka sochárskeho sympózia je vždy závažné a má privilegované postavenie v skupine. V kórejskom jazyku je iný výraz pre mlašieho a pre staršieho brata a pre mladšiu a staršiu sestru.

Úctu k ľudskému životu už od jeho počatia Kórejci vyjadrujú tak, že k svojmu fyzickému veku pripočítavajú 9 mesiacov a za dátum narodenia defacto udávajú deň svojho počatia.

2.3 Postoj ľútosti

Spomeniem aj jeden zo zdanlivo neproblémových prijímaní postihnutých, s postojom, ktorý je postavený na prejavocho ľútosti, ktorý ale sami postihnutí odmietajú ako ponižujúci ich hrdosť a dôstojnosť.

Hoci dnes nie je nezvyčajný ani prístup spoločnosti, kedy sú postihnutí **tzv. pozitívne diskriminovaní** a teda opäť akosi odlišní od tých normálnych. Spoločnosť im niekedy pomáha tak, že sa stávajú pasívnymi a pomoc si vynucujú alebo s ňou dokonca

kalkulujú. Je to bizarná situácia: snažíme sa o ich inklúziu či integráciu, privilegujeme ich, oni sa niekedy paradoxne stávajú tými spomenutými egoistami.

Ak by však raz neboli vylúčení zo stredú spoločnosti, a táto ich brala „odjakživa“ ako rovnocenných, nemuseli by byť teraz znova integrovať. Integrácia je vlastne reintegrácia.

Ako sa teda máme ako ľudia altruistickí, neegoistickí, často pracujúci v pomáhajúcich profesiách správať postihnutým, chorým, trpiacim?

2.4 Handicap ako partner

S chorobou, handicapom sa dá zápasit', urobiť si z neho nepriateľa alebo naopak prijať ho ako životného partnera, ba dokonca môžeme chorobu, trápenie využiť na osobný, osobnostný rast.

Otec logoterapie Viktor Frankl tvrdil, že aj utrpenie, choroba a trápenie môžu mať v živote človeka svoj význam. Keďže žijeme v dualisticky chápanom svete, tento princíp hrá v našich životoch dôležitú úlohu a manifestuje sa v pojmoch ako „dobrý“ a „zlý“, „silný“ a „slabý“ „zdravý“ a „chorý“.

Známy slogan znie: Dobré je byť zdravý a bohatý!

Byť chorý a slabý je považované za negatívum.

Viktor Frankl ale aj Antonovskij so svojim konceptom **salutogenézy** však túto schému narúšajú.

Najlepšou cestou ako zostať šťastný, je urobiť tak prostredníctvom kreatívneho procesu, kedy trpiaci aj pomáhajúci spolupracujú navzájom ale aj s chorobou či handicapom alebo s ťažkou problémovou situáciou a snažia sa pochopiť jej zmysel pre svoj život.

Dôležité je však zachovanie si koherencie s jej aktívnymi kognitívnymi, emocionálnymi komponentami a to chápaním zmyslu, zvládaním choroby, zvládaním strachu pred neznámym a jeho prekonávaním.

Vnímanie ťažkej situácie sa má riadiť filozofickou tézou, že videnie nie je závislé na obrazoch, ale na tom, ako ich vnímame a chápeme. Takýto postoj dáva chorobe aj vzťahu k postihnutým iný rozmer a náboj.

Je to vlastne program, kedy chorý alebo postihnutý človek v tomto vzorci aktívnym činiteľom.

3 Arteterapia v kontexte špeciálnej pedagogiky

3.1 Špeciálna pedagogika

Špeciálna pedagogika patrí podľa Vaška (Vašek 1996) do sústavy vied o človeku a zároveň do systému pedagogických vied. Je to vedná oblasť kocipovaná zo všeobecnejšie poňatej špeciálnej pedagogiky a jednotlivých špecializácii, ktoré sú už užšie zamerané na jednotlivé druhy postihnutí, a to na pedagogiku mentálne postihnutých, zrakovo postihnutých, sluchovo postihnutých, telesne postihnutých, chorých a zdravotne oslabených, pedagogiku jedincov s narušenou komunikačnou schopnosťou, psychosociálne narušených, detí s poruchami učenia a správania, na pedagogiku výnimočne nadaných.

Predmetom špeciálnej pedagogiky je podľa Renotierovej (Renotierová 2004) **skúmanie zákonitostí a podstaty výchovy a vzdelávania jedincov so špeciálnymi potrebami z hľadiska etiológie, symptomatológie a reedukácie, kompenzácie a rehabilitácie.**

Ciele špeciálnej pedagogiky (podobne ako aj arteterapie) sa odvodzujú z princípu humanizmu. Humanizmus priznáva hodnotu a svojbytnosť každému človeku, teda aj takému, ktorý sa nejako odchyľuje od normy.

Ciele špeciálnej pedagogiky sa delia **na humanitárne, výchovné a ekonomické** a v praxi zaisťujú postihnutým právo na rešpektovanie ich osobnosti, právo na vzdelanie a právo na zodpovedajúce pracovné zaradenie.

Dôležitou súčasťou špeciálnej pedagogiky je špeciálne- pedagogická diagnostika. Ako na to upozorňujú viacerí autori (Valenta, 2004), takáto diagnostika si vyžaduje komplexnú tímovú spoluprácu a zaoberá sa nielen rozpoznávaním podmienok, prostriedkov a efektivity výchovy a vzdelávania, ale aj diagnostikou osobnosti postihnutého, teda úrovňou jeho psychických stavov, vlastností, vrátane stanovenia stupňa postihnutia. Jednou z diagnostických metód stanovenia IQ u detí je napr. aj kresba.

Jedným z princípov novo chápanej komplexnej a dynamickej diagnostiky je aj jej etilogické hľadisko, teda preferovanie kauzálnej diagnostiky pred symptomatologickou, ktorá sa obmedzuje len na samotný popis javov. Aj v tomto

kontexte je detská kresba, ale aj kresba dospelého klienta cennou diagnostickou výpoveďou o príčinách stavov a postojov klientov.

Súčasná situácia, ktorú priniesli zmeny v spoločnosti, priniesla zmeny aj v problematike špeciálnej pedagogiky v etiológii narušeného spávania, hodnotových orientácií, charakteristík rodín.

Podobne ako sociológovia a psychológovia i súčasní pedagógovia i špeciálni pedagógovia si uvedomujú krízu výchovy, opakujú sa výzvy **k zmenám v poňatí výchovy a edukácie.**

3.2 Proces zblížovania špeciálnej pedagogiky s psychoterapiou

K najaktuálnejšej tendencii v zmenách patrí **zblížovanie súčasnej výchovy a špeciálnej výchovy s psychoterapiou**, ako na to poukazujú českí odborníci Slavík, Zicha, Vitková, Valenta, Muller.

Psychoterapia, **vrátane arteterapie** je považovaná za **špecifický druh výchovy k sebapoznávaniu a ku dospetiu k stavu plnohodnotnej ľudskej existencie.**

Podľa Slavíka (1997) výchova môže byť „poznáním a zároveň terapiou duše, spôsobom ako sa naučiť chápať ju v plnej celistvosti a učiť sa opatrovať princípy života“.

Tieto charakteristiky sa vzťahujú tak na psychoterapiu ako aj na výchovu.

Slavík sa domnieva, že k uplatneniu arteterapeutických metód vo výchove, vrátane špeciálnej výchovy netreba pristupovať príliš úzkostne (Slavík, 1999). História arteterapie aj jej súčasnosť totiž potvrdzuje, že arteterapia disponuje množstvom zovšeobecňujúcich skúseností a poznatkov, mimo iné aj z oblasti výchovy. **Na prelínanie arteterapie s výchovou, špeciálnou výchovou i sociálnou prácou** poukazujú aj viacerí zahraniční arteterapeuti ako napr. Campbellová (1998) a toto prelínanie sa považuje dnes za „normálny prvok kultúrneho vývoja“ (Slavík, 1999), ktorý prispieva ku kultivácii emocionálnej a hodnotovej sféry vnútorného sveta dieťaťa i dospelého, ba dokonca zkvalitňuje aj procesy učenia (Dalley 1990).

O podobnom chápaní arteterapie vo výchove ako aj v prevencii problémového správania hovorí aj súčasná arteterapeutka Riley, ktorá sa orientuje hlavne na tzv. brief art therapy approach s tínedžermi z ohrozených rodín.

O zblíženie arteterapie a výchovy, resp. výtvarnej výchovy, vrátane špeciálnej výtvarnej výchovy sa v Čechách najviac zaslúžil Doc. Jan Slavík etablovaním výrazu i samotnej disciplíny s názvom artefiletika, o ktorej hovorím podrobnejšie v kapitole o vymedzení pojmu arteterapia.

Naznačené trendy poukazujú na základnú premenu súčasnej paradigmy **resocializácie, reedukácie, integrácie a inkúzie**, kedy sa vo výchove a vo vzdelávaní uplatňujú zásady psychoterapie, bez toho že by rezignovali na svoj vzdelávací rozmer.

Dotyky psychoterapie a výchovy, ako o tom píše Zicha (Zicha, 2005), mali za následok zrod nových výchovných koncepcií, kde **výchovné a liečebné efekty** sú rovnako dôležité a významné. Ten istý autor v ešte v 80. rokoch minulého storočia nazýva **arteterapiu špeciálnou výtvarnou výchovou** a jeho vymedzenie pojmu arteterapia uvádzam ako jedno z hlavných východiskových mílnikov českej arteterapie.

Od tohto vymedzenia pojmu arteterapia sa odvíja aj prístup súčasných terapeutov a špeciálnych pedagógov Mulera a Valentu....“pôvodný striktný a metodicky zväzujúci psychoanalytický rámec klinického využitia arteterapie bol vystriedaný prístupom, v ktorom miznú hranice medzi arteterapiou v klinickom zmysle slova a výchovou, pretože **ciele i prostriedky obidvoch disciplín sa začali prekrývať** (Valenta, Muler, 2003).

Spoločnosť sa zmenila tak, že pedagóg, či špeciálny pedagóg musí byť pripravený často situácie vo výchove zvládať aj pomocou psychoterapeutických princípov a zásad.

Človek dnes často stráca duchovný obsah, život sa mu stáva, ako to výstižne artikuluje český filozof Patočka „**gigantickým pletivom a prostriedkom k nicotným cieľom**“ (Patočka 1995), a preto je dôležité vo výchove aj v terapii stanoviť si určité ideály. Máme k dispozícii množstvo informácií, ale často nám chýba vysvetlenie zmyslu bytia. V tomto úsilí podľa niektorých odborníkov je nutné poznávať a poznať najprv sám seba. A práve táto pririta je aj jedným z cieľov arteterapie - **pozerat' sa na seba a svoj život z určitého nadhľadu, cez výtvarné symboly a metafory, hľadat'**

skryté významy, ktoré tým, že dostanú konkrétnu vizuálnu alebo plastickú podobu sa stanú zrozumiteľnejšími a ľahšie uchopiteľnými, a tak pomôžu človekovi (handicapovanému i zdravému) hlbšie spoznávať seba a svoje pocity.

3.3 Prelínanie cieľov a prístupov špeciálnej pedagogiky a arteterapie

Cieľom špeciálnej edukácie podobne ako aj arteterapie je pomocou posilnenia kompetencii handicapovaného človeka, a teda aj posilnením vlastného sebavedomia a zmenou sebaobrazu, jeho začlenenie ho do hlavného prúdu spoločnosti ako autonómneho jedinca.

Kritériom hierarchie prístupu k postihnutým je miera odchylky od štandardnej ľudskej podoby. Čiastočne k norme a kánonu ľudskej ideálnej podoby dospeli výtvarní umelci, ako som to už uviedla skôr, a keďže sama profesne k tomuto stavu patrí, znovu sa k definovaniu dokonalej ľudskej krásy vraciam.

Boli to teda umelci - estéti, konkrétne grécky sochár Polykleitos zo Sikyónu v 5.str.pr.K, ktorý vytvoril ideálne proporcie mužského tela v socha Doryforosa, mladíka nesúceho oštep. Ideál ženskej krásy zase konštituoval maliar Zeuxis.

V renesancii Leonardo vytvoril ideálne ľudské proporcie, keď hlava sa nachádza 7 krát v tele a ruky siahajú do polovice stehien. Kalokagathia, teda krása a dobro to bol ideálom antického človeka.

Na rozdiel od umelcov klasikov sa však dnes arteterapeuti snažia v arteterapeutickej intervencii nachádzať nielen estetično a krásu výtvarného produktu, ale primárne sa zameriavajú na proces a na nachádzanie krásy duchovných obsahov.

Známe sú dnes snahy niektorých súčasných umelcov - fotografov nachádzať krásu aj v deformovanom a postihnutom tele handicapovaných ľudí, odtabuzovať takto „nedokonalé“ ľudské telo, vystaviť ho na obdiv divákovi v galériách tak, aby v ňom nachádzali skrytú krásu a akceptovali ho ako jedno z jej možných variantov.

Je to aktuálne v čase, keď Západná civilizácia pestuje Kult tela (Kúpelne a fit centrá sa stali náboženskými centrami).

Krásne a dokonalé telo má byť pomôckou k ekonomickému úspechu. Štíhle, vyšportované telo už ani nie je tak otázka estetiky, ale príkaz doby. Človek verí v spásu svojho tela a prestáva zdôrazňovať spásu svojej duše. K postihnutým sa často chová tak, akoby to bolo nákazlivé.

3.4 Zmena paradigmy

V súčasnej špeciálno- pedagogickej praxi i teórii dochádza ku zmene paradigmy. V rokoch pred 1995 rokom sa vychádzalo z členenia lekárskej terminológie, postihnutie bolo **kategória**, dnes sa postihnutie chápe ako **dimenzia**. Dochádza k **odstigmatizovaniu** handicepu a handicapovaných.

Špeciálne potreby sa riešia **špeciálnymi podpornými opatreniami**. Ľahšie postihnuté deti sa vzdelávajú v hlavnom vzdelávacom prúde. V krajinách EU je jedna štvrtina postihnutých vzdelávaná v hlavnom pedagogickom prúde a 3 štvrtiny v špeciálnom školstve (Vítková,2004).

Od 1995 sa používa výraz **inklúzia**, ktorej filozofia znie :**Je normálne byť iný**. Inklúzia je vlastne integrácia v širšom význame slova, je to **postoj, prístup, hodnota**. (Vítková, 2004).

3.5 Spoločné ciele arteterapie a špeciálnej pedagogiky

Nové prístupy vo vzdelávaní, kedy učiteľ sprostredkováva žiakom nie vedomosti, ale **skúsenosti** a výchova nie je príprava na život, ale život sám., dáva fenoménu **tvorivosti**, ktorý je v arteterapii primárny, výsadné postavenie.

Už Mária Montessori, zakladateľka senzomotorickej výchovy, kladla na umelecké aktivity v procese edukácie významný dôraz.

Špeciálna pedagogika je nie podľa niektorých autorov (Vašek ,1994) vedný odbor, ale vedná oblasť. Podobne to je aj u hraničnej disciplíny arteterapie. Cieľ je podobne ako

u špeciálnej pedagogiky **pôsobit' na jedincov so špeciálnymi potrebami tak, aby sa dokázali včlenit' do spoločnosti.**

Integrácia je teda hlavným spoločným cieľom tak špeciálnej pedagogiky, ako aj arteterapie. Je to vzájomný proces, v ktorom sa obe strany, strana postihnutých a zdravých jedincov k sebe približujú, no je to aj proces tzv. osobnej integrácie, scelenia osobnosti postihnutého, ktorý je významne podporený cez umelecké aktivity v rámci arteterapie.

M. Vítková (2004) uvádza, že integrácia obsahuje osobné a sociálne aspekty.

Osobná integrácia znamená adekvátne začlenenie psychických procesov po stránke senzorickej, kognitívnej, emocionálnej a psychomotorickej. Jedinečne sa to deje práve cez výtvarnú činnosť a na druhej strane **integrácia sociálna**, teda úspešné začlenenie postihnutých ľudí do spoločenských skupín a pracovného a profesného sveta.

V súčasnosti sa v odbornej verejnosti diskutuje o zmene v chápaní postihnutia. Hovorí sa v tejto súvislosti o štyroch nových paradigmách (Vítková, 1998).

Okrem **medicínskeho, sociálne patologického a modelu prostredia**, sa spomína aj **model antropologický**, ktorý sa snaží hlavne o zlepšenie interpersonálnej interakcie.

Hlavný dôraz sa kladie na **rešpektovanie individuality**, jedinečnosti a identity a autenticity postihnutých. Práve v tomto modeli sa jeho ciele prekrývajú s cieľmi arteterapie a táto môže bez nadsádzky predstavovať nezastupiteľnou mierou jednu zo **špecifických odborných prístupov špeciálnej pedagogiky**. Ved' snahou oboch disciplín je **posilnenie osobnosti postihnutého, zmena sebahodnotenia cez zážitok úspechu pri umeleckej tvorbe, zmiernenie následkov choroby, obohatenie a integrácia osobnosti.**

Integrácia je takto závažnou úlohou špeciálnej pedagogiky i arteterapie. Ved' arteterapeutické aktivity primárne podporujú osobnú integráciu, a tak následne aj sociálnu.

V nasledujúcich kapitolách sa budem venovať arteterapii, jej teoretickým východiskám, metódam a cieľom, ako aj opisu prípadových štúdií klientov, ktorí sa všetci svojim postihnutím zaraďujú do kategórií, ktoré zastrešuje špeciálna pedagogika.

4 Rôzne chápanie umenia

4.1 Umenie pre umenie L'art pour l'art

Výraz L'art pour l'art vyšiel z názoru, ktorý odmietol inštrumentálnu funkciu umenia založenú len na jeho spoločneskej užitočnosti. Prvý raz tento termín použil v roku 1845 V. Cousin. Podľa filozofie L'art pour l'artizmu má umenie cieľ len samo v sebe. Umenie, ktoré má politický alebo sociálny náznak je pre tento smer neprípustné. Z L'art pour l'artizmu vychádzajú stanoviská umeleckej kritiky odmietajúce výklad, hodnotenie umeleckého diela. Umenie je podľa nich nezávislý jav, ktorý má svoje hodnoty.

4.2 Umenie pre človeka L'art pour l'home

Výraz L'art pour l'home použil v súvislosti so snahou založiť tzv. sociálne umeleckú školu v roku 1964 nemecký sochár S. Pütz. Sám pracoval v intenciách liečivých účinkov umenia. Vytvoril reliéfy pre liečebno-pedagogický detský domov. Tvárou v tvár jeho plastikám, ktoré pôsobili ukludňujúcim dojmom a harmonizačne, sa deti s problémami chovania upokojovali.

4.3 Umenie pre zdravie L'art pour la santé

Tento výraz L'art pour la santé predpokladá v umení nielen liečivý, ale aj preventívny potenciál. Prvý raz bol tento výraz použitý v roku 2000 pri otvorení medzinárodného sochárskeho sympózia v Dudinciach a neskôr v katalógu k tomuto sympóziu (Šicková 2000). L'art pour la santé je pomenovanie pre také umenie, ktorého ambíciou je mobilizovať v človeku túžbu po spiritualite, dôstojnosti, nádeji po transcendentne, po zmysle, vyvolávať v tvorcovi i divákovi procesy, ktoré by ho aktivizovali k tomu, aby neublížoval sebe, druhým ľuďom, prírode, ale naopak snažil sa o harmonizáciu, ozdravenie (duševné, telesné, duchovné) celej svojej bytosti, vzťahov s ľuďmi a s prostredím, v ktorom žije.

V tejto práci budem dokumentovať sociálny a terapeutický potenciál umenia.

„O umení sa dá tvrdiť, že slúži cieľom, ktoré ho presahujú.“

T.S. Eliot

Umelecká činnosť v terapeutickom kontexte sleduje na rozdiel od procesu umeleckej tvorby, kedy je dôležitý výsledok, výtvarný produkt, umelecké dielo, primárne proces tvorby, ktorý je sám o sebe očistný, katarzický, liečivý.

Bolo by zavádzajúce tvrdiť, že každá umelecká činnosť je bezpodmienečne katarzická. Predsa sa domnievam, že tvorivý proces je väčšinou pre svojho tvorca ventilom, umožňuje vnútorné očistenie a naplnenie.

„Dielo je veľké len vtedy, keď bolo stvorené z najvnútornejšej nevyhnutnosti, pod tlakom, ktorému sa nedalo odolať, pre potrebu autora a len pre ňu, pre jeho rast a nie aby podalo obstojnú ukážku obratnosti a šikovnosti jeho prstov.“

F.X. Šalda

Umenie je jedinečná šanca a fórum pre osobnú expresiu, ale aj pre osobnostný rast.

Umenie je aj stimulácia, tvorivé zamestnanie, komplexná integrácia všetkých zložiek osobnosti.

Herbert Read, anglický teoretik umenia sa domnieva, že umenie je jedným z najťažšie uchopiteľných pojmov v dejinách ľudstva. Readove myšlienky o tom, že každý človek je zvláštnym druhom umelca, a že umelecký proces je treba aplikovať do výchovy, sa môžu stať modelom pre pedagogické i didaktické koncepcie a sú v istom zmysle základom, na ktorom stávali aj pionieri arteterapie.

Nemecký filozof a umelec Josef Beys vo svojej knihe „Každý človek umelcom“, prezentuje podobný názor. Tvrdí, že každý človek je umelec. Niektorí profesionálni umelci považujú tento výrok za absurdný tak, ako absurdne napr. znie výrok, že každý človek je automechanik.

Beysova filozofia však práve v arteterapii nachádza jedinečnú aplikáciu. Spomínaný autor strávil 100 dní v Kasseli na výstavisku, kde diskutoval s ľuďmi a žiadal viac kreativity pre každého človeka. („Mehr Kreativität für jeden Mensch“) ďalej doslova hovorí: „Umenie je terapia“.

Pri jednom rozhovore na Dokumente z roku 1972 sa Beys vyjadril, že žijeme v kultúre, ktorá tvrdí: „že tu sú umelci a tu neumelci“. To je ale neľudské. Odtiaľ

pochádza odsúdenie medzi ľuďmi... „Myslím si, že ak človeku nakreslím cestu na papier, ako bežia ulice tak teda kreslím. Kreslenie nie je nič iné ako plánovanie, znázornenie niečoho, alebo priestorové, alebo jednoducho vzťahy veľkostí... Teda každý človek vie kresliť: pokiaľ má ruky vie prirodzene kresliť. A ak nemá ruky, môže aj ústami kresliť. **Každý človek musí kresliť, aby bol kreatívny**”.

Významný nemecký filozof, psychológ, geštaltista, osobný priateľ sochára Henry Moora Rudolf Arnheim hovorí: „**Umenie by malo byť terapiou spoločnosti**. Zdá sa mi, že bežná prax našich maliarov, sochárov a iných umelcov trpí na nedostatok pravdivých impulzov. Pohrávame sa s povrchnými pôvabmi, cez násilie a lacnú erotiku, to je všeobecná kvalita toho, čo nám ukazujú v galériách a múzeách”.

Apeluje na zodpovednosť umelcov a umenia za stav spoločnosti a hovorí, že arteterapia je aplikované, teda užité umenie.

Tessa Dally, americká arteterapeutka si kladie otázku, prečo je liečba umením pomerne málo známa, ak jej účinnosť by mohla byť taká široká?

Domnieva sa, že je to v tom, že naša spoločnosť stále ešte kladie viac dôraz na verbálnu komunikáciu. **Komunikácia cez obraz, sochu, symbol je akoby zahmlená a dokonca považovaná za mystickú.**

Nemecký pedagóg, pionier arteterapie a výchovy umením spolupracovník H. Reada Victor Lowenfeld zdôrazňuje význam umenia u detí. Dokumentuje **emocionálny, fyzický, perceptuálny, sociálny, estetický a kreatívny rast cez detskú výtvarnú expresiu. Považuje ju za dôležitú z hľadiska sebaidentifikácie dieťaťa.**

Erich Fromm zdôrazňuje **význam autenticity v živote človeka, ktorá znamená najmä jedinečnosť, pravosť, originalitu, tak ako je aj umelcom vytvorený nezameniteľný, nereprdukovaný a nereprodukovateľný exemplár originál.**

(Fromm, E., 2000).

Umenie disponujúce bohatstvom textúr, tvarov, foriem, farieb, štruktúr, **rozvíja zážitkovo - senzorickú oblasť dieťaťa, u postihnutého dieťaťa umenie ponúka možnosť korekcie narušených funkcií.**

Je spojenie dvoch slov ars – z latinčiny umenie a therapeineiosi z gréčtiny liečiť alebo **prinavrátiť do stavu harmónie** – tak diametrálne, mimo tohoto kontextu od seba vzdialených, reálne fungujúci mechanizmus, alebo je to fikcia? Umenie evokuje

voľnosť, terapia je určitým druhom manipulácie a má medicínsky alebo psychologický, teda vedecký podtext.

Arteterapia je dieťa umenia a psychológie (R. Arnheim). Podľa Reada **je umenie spodobovaním, veda zase vysvetľovaním tej istej skutočnosti.**

Dá sa dokázať, prípadne odmerať terapeutický efekt umenia pri jeho aplikácii chorým a problémovým ľuďom? Existujú postupy, recepty arteterapie s indikáciou pre rôzne ochorenia a hendikepy, ktorými človek trpí? Sú javy v rámci arteterapie merateľné, opakovateľné a predvídateľné? To sú otázky, ktoré zaujímajú lekárov i umelcov, ale aj psychológov a pedagógov.

Výraz arteterapia napovedá, že do problematiky tejto hraničnej disciplíny sú povolani kompetentne zasahovať psychológovia, lekári a na druhej strane umelci a pedagógovia. Naznačuje to jej široký záber.

„Umenie je tu na to, aby bol svet krajší a ľudia v ňom lepší“, odpovedal mi na moju otázku o zmysle umenia mentálne retardovaný 15-ročný chlapec Juraj. Iný zdravý mimoriadne inteligentný 11-ročný chlapec, náhodou tiež Juraj z klasického gymnázia, kde som istý čas učila, mi na tú istú otázku navyše ešte napísal aj svoju predstavu o tom, ako umenie vzniklo. Jeho odpoveď citujem preto, lebo hoci detsky zjednodušujúco, predsa však výstižne vyjadruje práve terapeutický potenciál umenia: „Umenie vzniklo takto: keď človek dosiahol určitý stupeň vývoja, začali si ľudia všeličo vymýšľať, tí silnejší si vymysleli džudo, karate, zápasenie, nuž a čo mali robiť tí slabší? Tí si vymysleli umenie.“ Táto jeho výpoveď možno len nevedome zachycuje dôležitý fakt: že umenie je teritórium, kde sa aj tí slabší (telesne alebo duševne) môžu cítiť rovnocenne so silnými a zdravými. Tento fakt spätne pôsobí na ich vedomie, sebavedomie liečivo, integrujúco. Na rozdiel od oblasti športu, kde existujú osobitné kritériá pre zdravých a iné pre postihnutých, v oblasti umenia takéto rozdielne kritériá neexistujú.

Umenie nesporne disponuje silou, ktorá môže ovplyvniť, iniciovať zmeny v postojoch človeka k sebe a k iným ľuďom. Môže dokonca sprostredkovať etiku a morálku spôsobom, ktorý nie je násilne moralizujúci, ale je jedinečný a účinný. Ako neverbálna komunikácia má umenie v našej dobe charakteristickej devalváciou slov, vyprázdnením veľkých slovných deklarácií obrovský priestor.

Umenie môže pôsobiť integrujúco aj v oblasti ľudských vzťahov, pretože disponuje silou, ktorá je unikátna. Už Platón si uvedomoval neopakovateľný potenciál umenia vo výchove spoločnosti.

Homér v Odysei píše o božskom spevákovi, ktorý je schopný uvoľniť skryté ľudské city, ktoré sa prejavia v tečúcich slzách hrdinu Odysea. V. Godár poukazuje na filozofické koncepcie umenia v antike. Tie skúmali funkcionality, cieľovosť, účinky a pôsobenie umenia. Spájali ich spoločný menovateľ – akýsi psychologicko-sociologický či sociálny synkretizmus. „Umelecká persuázia či psychagogika integrovala spoločnosť na základe analogických afektívnych aj racionálnych obsahov vedomia všetkých jej členov. Táto socializujúca integrácia predstavovala aj najvyšší cieľ umeleckej činnosti, respektíve aj hlavný argument samotnej existencie umeleckých prejavov”.

4.4 Výtvarné umenie ako metafora

„Umenie je klam, ktorý hovorí o pravde.“ povedal jeden z najväčších umelcov v histórii P. Picaso.

Dá sa povedať, že reč umenia je často rečou metaforickou. Nesie v sebe skryté významy, ktoré neverbálnou cestou „rozprávajú“, komunikujú svoje posolstvá druhým ľuďom. Umenie nesporne disponuje silou, ktorá môže diváka silne zasiahnuť, ovplyvniť ho, iniciovať zmeny v jeho životných postojoch, môže napríklad sprostredkovať morálku a etiku spôsobom, ktorý pretože je podaný metaforickou, obraznou rečou, môže byť účinnejší ako príkazy a zdôvodnenia spočívajúce v slovných, racionálnych argumentáciách.

Tak to fungovalo napríklad v biblickom príbehu o prorokovi Nátanovi a kráľovi Dávidovi. Umelecká metafora tu bola prostriedkom intervencie v oblasti ovplyvňovania morálky: starozákonný prorok Nátan bol poslaný Hospodinom ku kráľovi Dávidovi, aby mu zvestoval, že zhrešil (2. kniha Samuelova). Nátan neprišiel ku kráľovi a nepovedal mu surovo pravdu, že je vrah a cudzoložník, ale porozprával mu príbeh o mužovi, ktorý mal veľké množstvo oviec a predsa zatúžil po jednej

jedinej, ktorá patrila chudobnému človekovi. Bol to vymyslený príbeh, teda ilúzia alebo jednoducho lož, ktorá ale hovorila o pravde. Dávid sa v príbehu spoznal, urobil pokánie a nakoniec sám svoju vinu reflektoval v básni, v žalme 51. Prežil oslobodenie, očistenie, uzdravenie svojej viny.

(Dávid mimochodom kedysi sám pôsobil ako terapeut, keď hrával na harfe pred Saulom, ktorý trpel záchvatmi zúrivosti a hudba ho upokojovala.)

4.5 Umenie ako neverbálna komunikácia

Zdá sa, že žijeme v dobe devalvácie slov, „vyprázdenia“ slovných deklarácií, veď často aj veľké city a krásne vyslovené, hlboké myšlienky i vieroučné či politické prehlásenia nakoniec vyznievajú nepresvedčivo a smiešne. Verbálna komunikácia často zlyháva. Skôr ako slová, často presvedčia konkrétne skutky.

Umenie chápem ako konkrétny čin, vzniká tu čosi hmatateľné, čo ostáva. Pomocou umeleckej reflexie som sa dohovorila s deťmi, ktoré vôbec verbálne nekomunikovali, (píšem o tom viac v kazuistikách Tomáš, Michal). Umenie mi pomohlo komunikovať s ľuďmi, ktorých jazyk som neovládala. Hovorila o tom skúsenosti z medzinárodných sochárskych a keramických sympózií a výstav v Európe, v Ázii, v Amerike i v Austrálii, na ktorých som sa v posledných dvadsiatich rokoch ako sochárka zúčastnila ma presvedčili, že umenie je prostriedkom a cestou k univerzálnej a celostnej komunikácii.

„Vyjadřila som seba lepšie za jeden deň maľovania, ako za roky, ktoré som o sebe rozprávala slovami“ hovorí arteterapeutka a maliarka Jane Rhyne.

4.6 Umenie a katarzia

Rezonancia citov a myšlienok tvorcu a diváka vyústi v znovuprežitie pôvodného posolstva obsiahnutého v umeleckom diele, ventilovanie problému a jeho kanalizovanie, sublimáciu, katarziu. Mechanizmus, ktorý som teraz opísala, by mohol byť pochopený ako zjednodušená schéma fungovania arteterapie. Či už ide o jej receptívnu alebo reflexívnu formu. Nasledujúci príklad hovorí o receptívnej forme arteterapie.

Stredoveký maliar Nemeck Matias Grunewald je autorom známeho Isenheimskeho oltára, ktorého dramatické, magické, bolesti plné až naturalistické výjavy utrpenia Krista údajne zázračne liečili chorých, najmä otrávených kianičkou purpurovou. Chorých prinášali pred oltár, aby mohli dielo intenzívne vnímať. Ak by sme odmietli veriť v zázračné vyliečenie stredovekých pacientov, mohli by sme hoci trochu hypoteticky predpokladať, že práve vcítenie sa do zobrazeného utrpenia, prežitie svojej vlastnej bolesti stotožnením sa s vnímaným umeleckým dielom mohlo divákovi priniesť úľavu, liečbu, katarziu.

4.7 Umenie a integrácia

Nasledujúci príklad je ilustráciou toho, že výtvarná reflexia môže zarezonovať vo svojich divákoch a pôsobiť liečivo - integrujúco v oblasti medziľudských vzťahov.

Po skončení výstavy, dostal autor list, v ktorom sa píše, ako sa dvaja manželia - pisatelia listu cez vnímanie a pôsobenie jedného z jeho diel rozhodli, že ešte raz zvážia svoje rozhodnutie rozísť sa. Obaja nezávisle si pozreli výstavu a na svoje prekvapenie zistili, že z množstva prác ich práve jedno a to isté oslovilo rovnako silne. Bol to pre nich signál, že ich vnútorné spojenie stále ešte funguje. Názov diela „Nádej“ bol určite tiež významný. Hoci racionálne chápali, že nie je dobré, aby sa rozišli, už kvôli svojim deťom, až silný emotívny zážitok vnímania umeleckého diela rozhodol definitívne v prospech zachovania manželského zväzku.

Existujú iste vrstvy vedomia človeka, ktoré sú lepšie prístupné prostredníctvom umenia, cez silný umelecký zážitok, sprostredkovaný zmyslami človeka ako cez racionalitu, cez porozumenie, cez um.

5 Arteterapia

5.1 Vymedzenie pojmu arteterapia

Arteterapia v širšom zmysle slova

Arteterapia v širšom zmysle znamená liečbu umením vrátane hudby, poézie, prózy, divadla, tanca a výtvarného umenia.

Arteterapia v užšom zmysle slova

Arteterapia v užšom zmysle slova znamená liečbu umením výtvarným.

Arteterapia - **receptívna** je vnímanie umeleckého diela s určitým zámerom už pri jeho výbere arteterapeutom. Cieľ je lepšie pochopenie vlastného vnútra, poznávanie pocitov iných ľudí.

Arteterapia **aktívna** znamená aplikovanie konkrétnych aktivít kresby, maľby, modelovania alebo intermediálnych aktivít, happeningu jednotlivcovi alebo skupine.

Vymedzenie pojmu arteterapia podľa jednotlivých autorov.

Uvediem niektoré vybrané vymedzenia pojmu arteterapia podľa jednotlivých autorov:

Arteterapia je podľa **Hanusa** (1978) osobitná forma psychoterapie „prostredníctvom grafickej, maliarskej a sochárskej činnosti. Je to organizovaný cielený terapeutický proces, realizovaný individuálne alebo skupinovo, ktorý riadi a usmerňuje špeciálne školená osoba arteterapeut. Arteterapeuta možno okrem terapeutických účelov použiť aj v liečebno-pedagogickom procese ako prostriedok výchovy a sociálnej integrácie“.

Arteterapia je podľa **Zicha** (1981) špeciálna výtvarná výchova: „zámerné upravovanie narušenej činnosti organizmu takými psychologickými a špeciálne pedagogickými prvkami, ktoré sú imanentné umeleckej činnosti, alebo procesu umeleckej tvorby a predstavujú alebo sa snažia dosiahnuť určité kompromisné riešenie.“

Podľa **Labátha** sa pojem arteterapia používa pri označení výtvarných činností v terapeuticko-výchovnom procese v prevýchove, v peniterciálnej praxi, v rehabilitácii.

(Labáth,V, in Vašek 1991)

Tessa Dalley (1984) definuje arteterapiu ako využitie umenia a ďalších vizuálnych médií pri terapeutických sedeniach. Táto aktivita zahŕňa veľmi rôznorodé formy napr. čmáranice malého dieťaťa, modelovanie mentálne postihnutého muža, či maľbu depresívnej ženy a preto ju robí veľmi zložitou.

Joanidis (1973) chápe arteterapiu ako formu psychoterapie a delí ju na kreatívnu, integratívnu, činnostnú, projektívnu a sublimačnú arteterapiu.

Podľa **Erbena** (1973 in Joanidis) arteterapia je taký druh výtvarnej aktivity, v ktorej by predovšetkým malo ísť o podporu procesu sebazpoznania človeka, o možnosť priblížiť sa a pomôcť mu od stagnujúceho vplyvu psychickej traumy“.

Výstižná je definícia holandského arteterapeuta **Hilariona Petzolda** (voľne preložená z nemčiny).

„Arteterapia je teoreticky usmernené pôsobenie na človeka ako celok v jeho fyzických, psychických danostiach, sociálnych a ekologických väzbách, plánovane ovplyvňovanie postojov a správania sa pomocou umenia a z umenia odvodenými technikami, s cieľom liečby, alebo zmiernenia choroby a integrovania alebo obohatenia osobnosti“.

(Petzold, H.1990)

Koblicová charakterizuje arteterapiu ako disciplínu, ktorá sa postupne odštiepuje z psychoterapie tak, ako sa v minulosti oddelila psychoterapia od psychiatrie a psychológie. Všimá si faktu, že predstavitelia arteterapie sú prevažne pedagógovia, zatiaľ čo psychológovia sa identifikujú skôr s psychoterapiou.

Je potrebné na tomto mieste zdôrazniť rozdiel medzi výtvarným krúžkom pre postihnutých, medzi špeciálnou výtvarnou výchovou a arteterapeutickou intervenciou. Posledne zmienená aktivita, ak má byť nazývaná arteterapiou, musí byť cieľená,

vedená profesionálnym arteterapeutom, ktorý ju riadi a usmerňuje. Umelecký artefakt či vytvorenie umeleckého produktu v arteterapii nie sú dôležité, rozhodujúci je proces tvorby, ktorý je integrujúcim činiteľom v prevencii i v terapii. Arteterapia často lieči sekundárny handicap - to znamená, že zmierňuje individuálne prežívanie znevýhodneného pacienta, klienta, postihnutého človeka. (Šicková, 2000).

Nakoniec uvediem niektoré vymedzenia pojmu „arteterapie“ ako som ich sformulovala pre potreby výuky pre študentov liečebnej pedagogiky:

Arteterapia je užité, aplikované umenie v zmysle jeho aplikácie v intervencii na pomoc postihnutým, narušeným jedincom alebo skupine. (Šicková 2000).

Arteterapia znamená prinavrátenie človeka do stavu harmónie so sebou samým, svojím okolím pomocou umenia. (Šicková 2002).

Arteterapia predstavuje súbor umeleckých techník a postupov, ktoré majú za cieľ zmeniť pole pôsobenie vedomia vrátane sebavedomia chorého alebo handicapovaného človeka. (Šicková 1994).

Slavík (2000, 2001) používa výraz artefiletika - ako modifikáciu arteterapie vo význame výchovy prostredníctvom umenia. Arteterapiu definuje ako „psychoterapeutickú a psychodiagnostickú disciplínu, využívajúcu k liečebným cieľom formy a prostriedky adekvátne umeleckým formám.“ Pracuje hlavne s tvorbou a reflexiou zameranou na proces umeleckej tvorby. Prvoradým cieľom nie je vytvorenie umeleckého diela, ale prostredníctvom sebaujadrnenia, rozvíjania tvorivosti, schopnosti komunikovať a spracovaním osobne významnej témy dosiahnuť odstránenie alebo zmiernenie ťažkostí chorého človeka. O zblíženie arteterapie a výchovy, resp. výtvarnej výchovy, vrátane špeciálnej výtvarnej výchovy sa v Čechách najviac zaslúžil práve Doc. Jan Slavík, etablovaním výrazu i samotnej disciplíny s názvom artefiletika.

Slavík - autor výrazu artefiletika - ju definuje ako prehĺbenú a rozšírenú výtvarnú výchovu, ktorá akcentuje psychosociálne vzťahové a zážitkové obsahy pedagogického procesu a tým sa odlišuje od tradičného chápania výtvarnej výchovy. Predstavuje jedinečný spôsob, ako žiakom:

- sprostredkovať hlboký zmysel umenia,
- stimulovať v nich zrod citlivého, umeleckého vzťahu ku svetu,

- rozvinúť potenciál výtvarnej sebareflexie a
- komunikácie so sebou samým i so svojimi spolužiakmi a s pedagógom.

Metódy artefiletiky sú najmä výrazová hra, ktorá vytvára alternatívny, fiktívny, možný svet, či svet fikčný, akési „inobytie“, v ktorom je možné dozvedieť sa mnoho a veľmi dôležitých informácií o bytí samotnom.

Na rozdiel od arteterapie, ktorá je určená už klientom, či pacientom a napovedá tak o jej primárne liečivom náboji, artefiletika je chápaná hlavne **ako prevencia** budúcich potencionálnych problémov u adolescentov a je akýmsi mostom medzi výtvarnou výchovou a arteterapiou.

Túto „pozitívnu prevenciu“ ako ju sám autor nazýva, je ale treba „aplikovať“ včas, do veku 8-10 rokov a za pomoci tzv. záchranej siete zahrnúť do nej deti s rizikovým vývojom, napr. z nevyhovujúceho domáceho prostredia, deti ohrozené.

Artefiletika má teda svoje indikácie hlavne v spomenutej vekovej kategórii.

Dnes je už v Čechách v pedagogickej praxi realitou. Slavík odporúča interpretovať (a tým aj spoznávať a zaujímať k nim postoje) klasické diela spirituálneho a existencionálneho charakteru ako napr. Rembrandtov Návrat strateného syna alebo Tizianovu Alegóriu troch období života.

Jeho prioritou je

- sprostredkovať príbehy, ktoré sa stávajú modelmi správania a v ktorých deti spoznávajú sami seba, svoje malé príbehy
- podporovať zdravý emočný vývoj detí
- integrovať a pozitívne ovplyvňovať rebríček ich hodnôt.

Ponúkať dnes deťom zážitky stretnutia s klasickým umením a jeho postavami, keď ich hrdinami sú už nie praví, ale mutovaní hrdinovia, je významný psycho-socio-kultúrno-pedagogický čin, ale aj právo a povinnosť odvíjajúca sa z profesnej etiky, morálky a zodpovednosti pedagóga vrátane špeciálneho pedagóga za svojich žiakov v každej dobe.

Sophia Kellyová vymedzuje arteterapiu ako nerušivý terapeutický proces vhodný pre dospelých aj deti, ktorí sa vyrovnávajú s emocionálnymi problémami, s traumou z detstva, prípadne hľadajú možnosť duševného, osobnostného rastu.

(The American Art therapy association, 1998)

5.2 Z histórie arteterapie

Arteterapia je pomerne mladá disciplína. Výraz "**art therapy**" vo svojich prácach prvá použila **Margaret Naumburg** v 30. rokoch 20. storočia v USA. Tento termín sa v Európe začal používať až v roku 1940 a prvé profesionálne školenia arteterapeutov vznikli v neskorých 80-tych rokoch. V USA prvý raz ponúkli univerzitné štúdium arteterapie v 60-tych rokoch na Hannemanskej Univerzite vo Philadelphii.

Základným východiskom pionierky arteterapie Margaret Naumburg je tvrdenie, že „proces arteterapie je založený na poznaní, že najzákladnejšie myšlienky a pocity človeka derivované z nevedomia dosiahnu výraz lepšie v obrazoch ako v slovách“.

Filozofia arteterapie je založená na presvedčení, že „každé individuum, či už bude v umení vzdelané alebo nie, má latentnú kapacitu projikovať svoj vnútorný konflikt do vizuálnych tvarov“ (Naumburg 1958).

Tieto môžu byť použité ako iniciačné body pre ďalšiu verbálnu komunikáciu. Čo je skryté sa takto môže stať jasným. Treba však zdôrazniť, že začiatky arteterapie majú svoje korene oveľa skôr, ako bol výraz art therapy použitý. Súvisia nesporne s psychopatológiou schizofrénie. Myšlienka terapeutického využitia výtvarnej produkcie vznikla na základe záujmu odborníkov o tvorbu duševne chorých.

V roku 1876 Simons ako prvý určil dve zásady skúmania výtvarného výrazu:

- duševne chorí maľujú inak ako zdraví,
- charakter ich výtvarnej tvorby sa mení podľa druhu a spôsobu choroby.

V 20-tych rokoch dvadsiateho storočia nemecký psychiater **Hans Prinzhorn** v Heidelbergu zozbieral práce svojich pacientov do rozsiahlej zbierky. Táto bola počas II. svetovej vojny čiastočne zničená. Práce, ktoré stihol ukryť na povale kliniky sa stali

základom stálej zbierky, ktorá bola prezentovaná na výstavách po celom svete, v roku 1997 napríklad aj vo Wiedni na rozsiahlej výstave Kunst und Wahn.

V roku 1922 Prinzhorn publikoval svoju prácu „Bildneri der Geisterkranken“. Jej vydanie spôsobilo veľký nárast záujmu o problematiku psychopatologickej tvorby v ďalšom desaťročí. Záujem narastal najmä medzi profesionálnymi umelcami, psychológmi, pedagógmi a historikmi umenia.

Francúzsky maliar **Jean Debuffet** po druhej svetovej vojne prvý raz použil výraz l'art brutt. Vydal manifest, v ktorom prezentoval nasledovný názor: Západná kultúra nemá pravdu, keď hodnotí pomätenosť, duševne chorých, ako negatívum, tvrdil, že táto kultúra prináša veľa pozitívneho a že jej je nie veľa ale príliš málo.

V roku 1975 založil Debuffet múzeum duševne chorých v Lausanne, pozostávajúce až z 15 000 exponátov. Jeho súčasníci, umelci **Paul Klee**, **Paul Eluard**, vyzývali odborníkov svojej doby, aby brali vážne „umenie detí a bláznov“. (in Kunst und Wahn, 1997).

V tom istom čase paralelne si rakúsky psychiater prof. Leo Navrátil uvedomoval, že ešte stále pretrváva názor tabuizovať duševne chorých a ich tvorbu. Svojich pacientov začal diagnostikovať pod vplyvom prác Karen Machoverovej, americkej autorky, ktorá tvrdila, že kresba ľuďsej postavy odкрýva psychické rozpoloženie autorov. V psychiatrickej liečebni pri Viedni založil Dom umelcov Gugging.

Ďalšia významná priekopníčka arteterapie **Edith Kramer** sa narodila vo Viedni v roku 1916. Po emigrácii počas druhej svetovej vojny sa usadila v USA, kde žije a tvorí ako sochárka a artetrapetka dodnes. Je autorkou výrazu „sublimácia cez výtvarný prejav“ a jej prvá práca bola venovaná arteterapii s deťmi. (Ars as therapy with children, 1971).

V práci zdôrazňuje svoj cieľ cez výtvarnú expresiu detí posilniť ich ego, posilniť zmysel pre vlastnú identitu. Bolo to aktuálne u detí emigrantov z fašistickej Európy, s ktorými cez vojnu pracovala na poli arteterapie.

Vietor Lowenfeld (1982), pracoval najmä s nevidiacimi a slabozrakými deťmi. Svojim výzkumom dokázal fakt, že populácia sa delí na haptické a vizuálne typy.

V súčasnosti zažíva arteterapia svoj rozkvet nielen v USA, Anglicku, Francúzku a Nemecku, kde v posledných desaťročiach vzniklo množstvo inštitútov aj univerzitných programov pre študentov denného aj diaľkového štúdia, ale aj v štátoch bývalého socialistického tábora, ba aj v zemiach tretieho sveta. Toto tvrdenie sa opiera o správy, ktoré vydáva organizácia International Networking Group of Art therapists a časopis medzinárodnej arteterapeutickej organizácie S.I.P.E. v Paríži.

6 Arteterapia na Slovensku a v Čechách

Na Slovensku bola arteterapia súčasťou štúdia liečebnej pedagogiky na Pedagogickej fakulte Univerzity Komenského v Bratislave od roku 1967. Po nástupe „normalizácie“ bolo štúdium na dvadsať rokov násilne prerušené. Prvým vysokoškolským pedagógom arteterapie bol doc. Roland Hanus, akademický maliar, ktorý je autorom textu o arteterapeutických technikách (1984).

V súčasnosti v Bratislave združuje odborníkov rôznych oborov súvisiacich s arteterapiou (liečební / špeciálni pedagógovia, psychológovia, psychiatri, výtvarníci) organizácia Terra therapeutica. (2000).

Od roku 2002 organizuje jednoročné kurzy arteterapie v spolupráci s Českou arteterapeutickou asociáciou a s Juhočeskou univerzitou v Českých Budejoviciach.

V Čechách vznikol Atelier Arteterapie v roku 1990 pri Juhočeskej Univerzite v Českých Budejoviciach, tzv. „rožnovská arteterapia“. Založil ho a desať rokov viedol dnes už nežijúci pedagóg, maliar a hudobník PhDr. Milan Kyzour.

Arteterapii sa venujú aj ďalšie české pracoviská. Česká arteterapeutická asociácia si kladie za cieľ vytvárať vhodné podmienky pre národnú i medzinárodnú odbornú komunikáciu v arteterapii, organizovať vzdelávacie aktivity v arteterapii, rozvíjať výskumnú a publikačnú činnosť, pripravovať profesný štatút. Od roku 1998 organizuje päťročný komunitný sebaskúsenostný výcvik.

7 Teoretické východiská arteterapie

V arteterapii ide vzhľadom na každého jednotlivého klienta o navodenie kompenzačného procesu, aktivizáciu a sprostredkovanie kontaktu, pretváranie stereotypov, komunikáciu cez výtvarný prejav, odstránenie úzkostných stavov, socializáciu agresivity a podobne.

Vo všetkých spomenutých prípadoch je treba nájsť kritériá, ktoré indikujú použitie arteterapeutických postupov vzhľadom na danú štruktúru osobnosti. Toto všetko predpokladá mať teoretické východisko, či rámec. Je však dôležité si najskôr uvedomiť, či pôjde v arteterapeutickom procese o ovplyvňovanie učenia, vnútornej dynamiky, psychiky alebo o celostné preformovanie osobného sveta klienta.

Na začiatok považujem za dôležité zôrazniť, že každý výtvarný prejav, na akejkoľvek úrovni je, treba považovať za tvorivý prejav. Tvorivosť, kreativita je potencionálnou silou nielen pre umenie ale aj pre arteterapiu. Kreativitu berie do úvahy každý z jednotlivých teoretických rámcov.

V súčasnosti existujú vo svete vedľa seba dva trendy v arteterapii:

- trend akcentujúci predovšetkým **diagnostické možnosti** arteterapie a interpretáciu výtvarných produktov klientov. Prevláda predovšetkým v USA,
- trend, ktorý nachádza **terapeutický zmysel** vo výtvarnej produkcii ako takej aj bez interpretácie a diagnostiky. Prevláda v Európe, najmä vo Veľkej Británii.

Východiská interpretatívnych smerov v arteterapii nachádzajú svoje teoretické zázemie v hlbinej psychológii S. Freuda, C.G. Junga a A. Adlera.

Východiská neinterpretatívnych smerov vo fenomenológii, tvarovej psychológii, v humanistickej psychológii C.R. Rogersa a v existencionalne analytickej prístupe V. Frankla.

7.1 Psychodynamické východiská arteterapia

Psychoanalytický prístup vidí pôvod kreativity v osobnom konflikte. Takto orientovaní arteterapeuti zdôrazňujú význam ranného detstva, sexuality a voľných asociácií. Psychické poruchy vznikajú podľa nich z nahromadeného napätia z nevyriešených konfliktov a frustrácie potrieb.

Základnými technikami sú voľné asociácie a výklad snov. Psychoanalytický prístup vidí pôvod kreativity v osobnom konflikte, keď nevedomé obranné mechanizmy, ktoré pôsobia proti neuróze a ďalším symptómom, dovoľujú, aby sa tieto konflikty zviditeľnili, zhmotnili v kreatívnom akte. Zážitky tráum sú zopakované v kresbe, či maľbe a spôsobujú aberáciu neurotických konfliktov (Dalley, 1984).

7.1.1 Arteterapia a psychoanalýza S. Freuda

Psychoanalyticky orientovaní arteterapeuti využívajú interpretácie kresieb v snahe odhaliť sexuálne zážitky. Freud, hoci svojich klientov nikdy nenabádal kresliť, porovnával umenie so snami ako východisko pre interpretáciu. Umenie chápal ako proces spontánnej plastičnosti, ktorá sa oslobodí z nevedomia a v tomto procese sa uplatňujú mechanizmy potlačenia, projekcie, identifikácie, zhustenia, sublimácie. Vizuálne predstavy sa môžu spredmetniť a pôsobiť ako bezprostredná komunikácia, ktorá obíde ťažkosti reči. Takéto symbolické expresie alebo „odhalenia sa“ v obrazoch ľahšie uniknú cenzúre, ako pri verbálnom vyjadrení.

Freud sám napísal niekoľko štúdií o umení, najmä rozobral dielo Leonarda da Vinci. Uznával však len umenie po obdobie renesancie. Moderné umenie odmietal. Umenie nazýval „chodníčkom, ktorý vedie z fantázie späť do reality“.

Porovnával umenie a sny. „Zažívame ho“ (sen) väčšinou vo forme vizuálnych predstáv, prítomné môžu byť takisto pocity a myšlienky, ostatné zmysly môžu tiež niečo zažiť, ale napriek tomu je to najmä otázka predstáv. Ťažkosti s odovzdaním záznamu sú čiastočne spôsobené našou neschopnosťou pretransformovať tieto obrazy

do slov. „Mohol by som to namal'ovat“, hovorí často ten, kto sníval, ale neviem ako by som to opísal slovami (Freud in Dalley, 1984).

Psychoanalyticky orientovaní arteterapeuti hľadajú vo výtvarnej expresii svojich klientov najmä sexuálnu symboliku (falické symboly) v kresbách mal'bách aj v plastickom prejave, v rodinnej forme arteterapie interpretujú rodinnú dynamiku cez Oidipovský komplex, analyzujú kresby s ohľadom na ranné detstvo a potlačené traumy.

Vo všeobecnosti ide podľa Thomä a Kacheleho (1996) o odhalenie **tzv. internalizovaného konfliktu**, ktorého príčinou sú obyčajne nielen situácie týkajúce sa sexuality, ale aj agresivity (Freudov „pud smrti“), ktoré pochádzajú z ranného detstva. Je potrebné ponúknuť podmienky, pre vyjadrenie internalizovaného konfliktu výtvarným výrazom, ktorý môžeme chápať ako symbol. Tento symbol sa dá objasniť pomocou interpretácie. „Výtvarná výpoveď umožňuje symbolizujúce agovanie, t.j. oslabené opakovanie traumatickej situácie aj s jej zážitkovými kontextami a jej spracovanie vo verbálnej komunikácii“.

Neopsychoanalytici chápu umeleckú tvorivosť nielen ako rýdzo nevedomú, iracionálnu činnosť. Podľa Kubieho (1966) nie je tvorba procesom analogickým neuróze. „Človek tvorí napriek tomu, nie preto, že bojuje proti neuróze.“ (Drvota, 1973). Zmenil sa aj názor na povahu psychickej energie dospelých, ktorá mala podľa Freuda byť v podstate infantilná a archaická. V ďalšom vývoji psychoanalýza rozvinula adekvátnejšie teórie ega. Internalizovaný objekt sa stáva nielen prostriedkom uspokojenia inštinktívnych potrieb, ale aj faktorom vo vývoji jedinca. Dôležitú úlohu hrajú interpersonálne vzťahy. Protypom úzkosti už nie je kastráčna úzkosť, ale úzkosť separačná, teda úzkosť zo straty objektu. V tejto koncepcii je Freudov animalizmus a hedonizmus nahradený spoločenskou konštituovanosťou človeka (Drvota, 1973).

7.1.2 Chápanie arteterapie podľa Junga

Carl Gustav Jung bol žiak Freudov, ale rozišiel sa so svojim učiteľom, lebo nesúhlasil s tvdením, že všetko konanie človeka je motivované sexuálnym pudom. Je autorom filozofie archetypu-praobrazu.

Podľa neho je osobnosť človeka zložená z viacerých vrstiev, ktoré pôsobia na troch úrovniach vedomia.

Je to **vedomie, osobné nevedomie a kolektívne nevedomie**. Postupne sa vedomé a nevedomé vrstvy vedomia syntetizujú pomocou najdôležitejšieho archetypu – Self.

Kolektívne nevedomie je zložené z praobrazov, **archetypov**, pochádzajúcich z našej pradávnej ľudskej ale i predhumánnej, zvieracej, minulosti. Archetypy sú teda vrodené skúsenosti, praobrazy intuitívneho chápania sveta.

Jung opísal mnoho archetypov napríklad narodenie, smrť, matka, zvieratá. Archetypy sa prejavujú rôznymi symbolmi. Symbolom archetypu Self je podľa Junga symbol celistvosti, mandala (v sanskrite znamená „svätý kruh“).

Jung píše v svojich zápiskoch z roku 1965, ako si každé ráno počas posledných dní I.svetovej vojny načrtnol okrúhly obrázok, mandalu, ktorý korešpondoval s jeho vnútornou situáciou v tom čase. Pomocou týchto kresieb mohol potom pozorovať svoje psychické transformácie zo dňa na deň. Jung sám bol výtvarne činný aj v oblasti maľby a sochárskeho prejavu. Maľoval, tesal do dreva i do kameňa. Umenie pre neho znamenalo dôležitú cestu do vnútorného sveta pocitov a obrazov. V nevedomí nevidel len rezervoár potlačených emócií a konfliktov, ale aj zdroj zdravia a transformácie.

Podľa jeho názoru sny a obrazy nesú v sebe terapeutický potenciál. Tento potenciál videl ako časť archetypu Self. Zdôrazňoval dôležitosť sérií kresieb od jedného autora ako východisko k interpretácii. Jung učil svojich žiakov interpretovať kresby klientov pomocou animácie, teda rozprávania sa o obrázku v tretej osobe, keby sa autor obrázku vžíva do nakreslenej postavy či symbolu a komunikuje s terapeutom takto sprostredkované v mene symbolu či ztvárnenej postavy človeka alebo zvieratá.

Jungovsky orientovanej arteterapii ide teda predovšetkým o diagnostiku a terapiu pomocou analýzy a **interpretácie symbolov** v snoch, fantáziách, mýtoch ktoré sú zviditeľnené v umeleckej expresii.

7.1.3 Arteterapia a individuálna psychológia

Alfred Adler vo svojej individuálnej psychológii na rozdiel od Freuda a jeho preceňovania libidí, ktoré sú v ľudskej psychike, považuje potrebu sebauplatnenia a túžbu po moci za základnú hnaciu silu človeka. Ak človek nemôže uskutočniť svoju potrebu sebauplatnenia v spoločnosti, dostaví sa pocit menejcennosti. Tento je podľa neho základným faktorom pri vzniku duševných porúch. Adler poukazuje na význam ranného detstva v živote človeka, podobne ako Freud, keď mal každý potencionálnu príležitosť zažiť pocit slabosti a bezmocnosti.

V arteterapii ide v tomto kontexte o možnosť diagnostikovať pocity menejcennosti, nízkeho sebavedomia a sebahodnotenia z výtvarnej produkcie klientov (napríklad malé postavy, najmä však v zobrazení seba, naopak dominantnosť vo veľkosti niektorých postáv v kresbe rodiny, alebo slabý prítlak v kresbe, nevyužitie priestoru papiera) a následne cez zážitok úspešnosti pri výtvarnej aktivite potenciál meniť sebahodnotenie a posilniť sebavedomie klienta.

7.2 Behaviorizmus

„Vzdelanie je to, čo vo vás zostane, keď zabudnete, čo ste sa naučili.“

B.F. Skinner

Behaviorizmus ako myšlienkový smer si kladie za cieľ objektívne skúmať psychické procesy a to najmä pozorovaním javov zjavného správania. Pri vysvetľovaní mechanizmov správania a učenia bol behaviorizmus nútený zaoberať sa nielen objektívne pozorovateľnými javmi. Sú to napr. city, ktoré nazýva „**vmedzerenými (intervenujúcimi) premenými**“. Ich pôsobenie bolo nutné brať do úvahy, ak by sa mali vysvetliť zložitejšie psychické procesy.

Behaviorizmus považuje človeka v prvom rade za **bytosť fyzickú**, ktorá jedná v súlade s univerzálnymi behaviorálnymi vzorcami a pri výklade neuróz napríklad

predpokladá, že sa tieto získavajú učením, pričom učením sa získavajú aj neprimerané reakcie. Tieto reakcie však možno vyhasínať.

V popredí behaviorizmu je téma **procesov učenia** a osobitná pozornosť sa venuje problematike posilňovania a vyhasínania odpovedí organizmu na daný podnet. B.F. Skinner rozpracoval model učenia založený na **operatívnom podmieňovaní**, ktoré považoval za blízke pri riešení problémov každodennej praxe. Tento autor považoval aj ľudskú komunikáciu za podmieňovanie, pri ktorom posilňovanie reakcie je sprostredkované slovom. Behaviorizmus sa postupne začal zaoberať problematikou terapie a vyvinul rad terapeutických prístupov, v ktorých sa uplatňoval princíp podmieňovania (napr. behaviorálna terapia enurézy založená na spätnom podmieňovaní).

Rôzni autori tohoto smeru v psychológii poukazujú na význam **interferencie**, pod ktorou rozumieme negatívny vplyv nasledujúceho učenia na predošlé učenie, ktoré v podstate môže viesť k vyhasínaniu napr. návyku či neurotickému symptómu.

Pre arteterapiu sú zaujímavé behaviorálne teórie agresivity. Jej predstavitelia prišli s tzv. **frustračne agresívnou hypotézou**, ktorá znamená, že agresivita je základným a jediným typom reakcie na frustráciu. Dokazujú aj iné reakcie na frustráciu napr. regres v detských reakciách (následne aj regres v kresbách). Agresia a umenie sú na opačných póloch. V arteterapii s hlinou je však možné agresiu eliminovať optimálne.

V kontexte arteterapie treba spomenúť ešte Bandurove a Waltersove publikácie o sociálnom učení a vývoji osobnosti (1963). Títo autori študovali pri sociálnom učení najmä procesy imitácie a identifikácie ako aj sociálneho a emocionálneho posilňovania. Podľa nich je všetko ľudské správanie získané učením. Tieto teórie sa uplatňujú najmä v skupinovej arteterapii napríklad s drogovovo závislými klientami, v partnerskej arteterapii.

7.3 Tvarová psychológia a fenomenológia v arteterapii

Filozofickým východiskom tvarovej psychológie je fenomenológia. Jej predstaviteľ a zakladateľ Edmund Husserl (1848-1938) ako základnú tézu fenomenológie považuje

nové videnie vecí, toho čo sa javí človeku, čo je dané ako fenomén predtým, ako si o tom vytvorí na základe skúsenosti svoju mienku. Prezentuje názor, že podstou vecí, fenoménov nie je to, čo vnímame zmyslami, ale to, čo môžeme odhaliť duchovným zrakom, nazeraním na podstatu vecí pomocou **intuície**.

Husserl objavil druhotnosť a odvodenosť vedeckého sveta voči „prirodzenému“ svetu, ktorý je umelým svetom vedeckých konštrukcií dnes často zatienený.

Heidegger pozval myslenie k vyjdeniu z metafyzického sveta „**zabudnutia na bytie**“ do blízkosti jazykov básnikov.

Postmoderní filozofi ukazujú na nemožnosť porozumieť svetu cestou jedného „veľkého rozprávania“.

T. Halík (2002) o tom hovorí: „Pokrok v bádání sa nedosahuje zhromažďovaním výsledkov a ich uchovávaním v príručkách, ale skôr tým, že v takej rozrastajúcej sa znalosti vecí vyráža, zväčša reaktívne stávanie otázok o princípoch konštituovania tej ktorej oblasti. Pohyb vied sa odohráva v radikálnej revízii základných pojmov. Úroveň vedy sa určuje podľa toho, akej hlbokaj krízy vlastných pojmov je schopná. Veda je celok navzájom súvisiaceho odôvodňovania pravdivých viet. Vedecké bádanie nie je však podľa Heideggera jediný a najlepší možný spôsob ako pochopiť bytie. Einsteinova teória relativity je tendencia uchopiť vlastný súvis samej prírody“.

Relativita je videnie v kontexte, v súvislostiach. Heidegger: “Každá ontológia, ak by disponovala akokoľvek logickým a pevným systémom kategórií, ostáva slepá, ak vopred dostatočne neobjaví zmysel bytia a nepochopí toto objasnenie ako svoju hzákladnú úlohu“.

Fenomenológia je **filozofiou hodnôt**. Vyzdvihuje **individualitu**, nie kolektivismus. Je akousi predchodkyňou postmodernizmu. Základom je interpretácia bytia.

Gestalt psychológia je myšlienkový systém, ktorý považuje javy za úplné celky alebo tvary. Môžeme ich skúmať len ako také, nie ako súbor prvkov. Gestalt psychológia je **celostné**, holistické vnímanie javov. Gestalt znamená organizovaný celok, ktorého vlastnosti nemožno odvodiť z vlastností jeho častí.

Hnutie vzniklo v Nemecku (Wertheimer, Koffka, Kohler). Jeho korene sú vo fenomenologickom hnutí holistickej psychológie, v revolte proti pozitivizmu. Gestaltizmus vznikol ako reakcia na asociанизmus, ktorý po vzore prírodných vied

rozkladal javy na prvky. Kritika elementovej metódy vyrástla v gestalt hnutie. Jej základnou paradigmou je, že celok je psychologicky, logicky, ontologicky viac ako jeho časti. Na hnutie mala vplyv Kantova filozofia apriorizmu aj Spinozov psychologický paralelizmus. Takisto ako učenie o poli, ktoré vo fyzike rozpracoval A. Einstein. ovplyvnilo túto filozofiu. Je to odmietnutie teórie učenia, ktoré je založená na opakovaní, naopak zdôrazňovanie významu chápania javov. V oblasti vnímania je tu dôležité zavedenie pojmu vnemového poľa, figúry a pozadia. Sformulovali niekoľko faktorov, ktoré sa podieľajú na vyčleňovaní figúry z pozadia. Ide o faktor rovnakosti, podobnosti, kontrastu, spoločného osudu, známosti a minulej skúsenosti a aktuálneho zamerania.

Gestaltisti chápu **myslenie ako proces riešenia problémov**. Problémová situácia je nejako štrukturovaná a v procese jej riešenia dochádza k reštrukturalizácii. (Andy Warhol americký umelec slovenského pôvodu tvoril týmto princípom svoje rozmerné grafiky).

Rudolf Arnheim aplikoval princípy gestaltizmu pri výklade estetického a umeleckého vnímania.

Teória percepcie v gestalt psychológii znamená, že existujú dva kroky. Prvý vedie od stimulu k pocitu a druhý od vzruchu pocitu k produkcii. Forma, tvar je základný atribút, nie akt produkcie.

K adekvátnym vedomostiam o celku môžeme prísť len cez pozorovanie celku samého. Ak sa menia časti, ale ich vzťahy ostanú tie isté, tvar alebo objekt ostanú konštantné. Gestalt terapia ponúka techniky „tu a teraz“, zážitok a verbálnu i neverbálnu silu. Pre tento fakt sú jej princípy využívané v arteterapii.

V 40-tych rokoch **F. Perls** rozpracoval teóriu Gestalt terapie. Jej zmysel tkvie v snahe uniknúť dvom nástrahám:

- traumatizujúcim spomienkam na minulosť,
- úzkostnému očakávaniu budúcnosti.

Ambíciou terapeuta je odpútať klieta od jeho problémov v snahe o pochopenie jeho súčasnej situácie.

Hilarion Petzold, terapeut, ktorý pôsobí v Inštitúte Fritza Perlsa v Nemecku je aj autorom výrazu Nové kreatívne terapie, ktorý je chápaný v intermediálnom prepojení

niekoľkých umeleckých médií v jednotný celostný prístup u nevyliciteľne chorých a zomierajúcich ľudí.

Tvarová arteterapia je častým teoretickým východiskom Kunsterapeutov v Nemecku (čo je nemecký equivalent výrazu arteterapeut). Udo Bauer je jedným z predstaviteľov meneckej školy arteterapie vychádzajúcej z teoretického zázemia tvarovej psychológie. Dôležité témy tvarovej arteterapie sú napríklad, tzv. panoramatické techniky, napr. životná panoráma, panoráma choroby, stĺpy identity. Klienti vytvárajú umeleckými aktivitami svoj svet, rozprávajú svoje životné príbehy alebo o nich píšú, aby ich lepšie pochopili. Tu sa arteterapia pomocou výtvarnej tvorby kombinuje s biblioterapiou, terapiou pomocou literárnych textov.

Takto orientovaní terapeuti zdôrazňujú význam dialógu, rezonancie a proces vytvorenia vzťahu medzi najmenej dvoma ľuďmi, teda medzi terapeutom a klientom. Neverbálny dialóg považujú za jedinečnú možnosť, ako vyjadriť rôzne aspekty vzťahu a už zmienenej rezonancie dokonca aj tam, kde sú verbálne možnosti nulové, teda pre čo neexistujú slová aj to sa snažia zobrazit', vyjadriť umeleckou formou. Pracujú s pozadím obrázku, napríklad pri vytváraní mandaly kladú dôraz na výtvarné zobrazenie pozadia okolo mandaly (Baer, 1999).

7.4 Humanistický prístup v arteterapii

„I have come to feel that the only learning which significantly influences behavior is self-discovered“ (C.Rogers 1981).

Filozofia C. Rogersa, predstaviteľa humanistickej, na klienta orientovanej terapie, je častým východiskom súčasných arteterapeutov. Za jeho predchodcu možno považovať čiastočne antropozofistickú filozofiu Rudolfa Steinera, tiež **orientovanú na človeka**, filozofiu A. Maslowa, ktorý pristupuje k človekovi v jeho celistvosti, jedinečnosti a výnimočnosti. Kreativitu chápe ako globálny cieľ jednotlivca, ktorý vedie k sebaaktualizácii a sebatranscendencii.

Humanistický prístup v arteterapii, kde ku klientovi je pristupované nedirektívne, reprezentuje britská terapeutka českého pôvodu **Liesl Silverstone**, ktorá svoje

postupy prezentuje v knihe *Art and the Development of the Person-Art herapy the Person Centred Way*. V knihe uplatňuje svoje skusenosti priamej Rogersovej žiačky aplikované do arteterapie.

Humanistický prístup predpokladá nedirektívne pôsobenia arteterapeuta, akéhosi katalyzátora, ktorý do procesu terapie nezasahuje, hoci je prítomný. Klientovi vytvára podmienky, aby našiel cestu k riešeniu, respektíve k zlepšeniu sám v sebe. Tendencia človeka stať sa „svojimi možnosťami“ je rozhodujúca. (Rogers 1995)

Terapeut orientovaný na človeka (s humanistickým východiskom) verí, že:

- každý človek má vnútorné zdroje, ktoré vedú k jeho rastu,
- človeku je prirodzené byť konštruktívnym a sociálnym tvorom,
- je prirodzene motivovaný hľadať pravdu a
- je dôležité zriecť sa autoritatívneho prístupu ku klientovi, dokazovania si moci a kontroly nad nimi.

Praktické techniky takto orientovaných arteterapeutov sa zameriavajú na podporenie myšlienky, že každý človek na tomto svete reprerzentuje niečo nové, čo tu doterz nebolo, je jedinečný a originálny a že úlohou každého jedinca je aktualizácia vlastných potenciálov a nie opakovanie niekoho alebo niečoho.

Cvičenia sa zameriavajú na budovanie empatie, načúvaníu toho druhého, učenie reflektovať problémy toho druhého. Jeden zo skupiny napríklad rozpráva svoj životný príbeh, druhý ho počúva a potom príbeh, ktorý si vypočul, reflektuje celej skupine. Príbeh môže zdeliť výtvarnou formou. Cieľom arteterapie v tomto kontexte je, aby klienti zažili seba pre seba a pre druhých a stali sa empatickejšími, akceptujúcimi seba i druhých, tolerantnými a kongruentnými.

Výber techník nie je pre arteterapeutov orientovaných na človeka až tak rozhodujúci, používajú techniky riadenej imaginácie, skupinové techniky zamerané na vyjadrenie nevedomých obsahov, podobne ako je tomu u psychoanalyticky orientovaných arteterapeutoch. Dôležitejším ako výber tém je pre nich následné spracovanie tém účastníkmi terapie s cieľom vcítiť sa do druhých, počúvať druhých, akceptovať ich.

Spomínaná autorka L.Silverstone v doslove svojej knihy píše o budúcnosti takto orientovanej arteterapie.

„Potrebujeme začať sami od seba: potrebujeme robiť relevantnú prácu, aby sme sa stali viac **empatickí, akceptujúci, kongruentní**, aby sme zaktivizovali našu kreatívnu spontánnu múdrosť, ako je to vyjadrené v umeleckej forme, ... potom môžeme tieto atribúty jedinečne sprostredkovať študentom, ktorí keď príde na nich rad, môžu tento princíp použiť plodne so svojimi klientami“.

(Silverstone, L. 1993)

7.5 Arteterapia a logoterapia V. Frankla

Pokud niekto ve svete nenaléza smysl, je to tím, že smysl není neco, co se naléza, zmysl se dobývá.

Václav Janek

Victor Frankl (1905-1997) viedenský profesor psychiatrie a neurologie je zakladateľ logoterapie, ním založenej psychoterapeutickej metódy tiež označovanej ako tretí viedenský smer (po Freudovej psychoanalýze a individuálnej psychológii Adlera).

Logoterapia v arteterapii je častým teoretickým východiskom terapeutov, ktorí pracujú s chorými v terminálnom štádiu ochorenia, na onkologických oddeleniach s deťmi, starými ľuďmi a trpiacimi, vo väzeniach. Alternatívne označenie logoterapie je tiež **existenciónálna analýza**.

Frankl koncipoval tri hodnotové skupiny alebo tri možnosti ako dať životu zmysel až do posledného okamihu. Sú to:

- čin, ktorý si vytýčime,
- dielo, ktoré vytvoríme,
- zážitok, stretnutie a láska.

V tejto filozofii je možné ľudské utrpenie transfigurovať do ľudského činu, v prípade arteterapie do výtvarného prejavu. Umenie tu môže aj tabuizované témy akými sú starnutie, utrpenie a smrť, alebo izolácia reflektovať jedinečnou formou.

Slovský insitný maliar Tisnikar, zamestnaním pomocník na oddelení biopsie, si svoj atelier vytvoril práve tam, kde pracuje. Svoje obrazy ladí existencionalne. Umenie mu pomáha sublimovať pocity smútku a lúčenia, ktoré denne zažíva.

Švajčiarky kňaz a arteterapeut Vladimír Zahorec, ktorý pracje vo väzniciach pomáha svojim klientom prekonať pocity izolácie, smútku a aj agresivity cez maľovanie.

Je treba uviesť najmä pionierku arteterapie s umierajúcimi **Susan Bachovú**, ktorá v šesťdesiatych rokoch 20. storočia viedla takéto deti k spontánnym kresbám. Zistila, že kresby obsahovali psychologickú informáciu o dieťati a zároveň informáciu o jeho somatickej kondícii.

Ďalšou terapeutkou, ktorá sa venovala smrteľne chorým deťom, bola **E. Kubler-Rossová**.

V mnohých kazuistikách týchto detí autorka dokumentuje, že kreatívnou výtvarnou prácou deti symbolicky vyjadrovali svoje obavy i nádeje a do svojich kresieb projikovali všetky fázy vývoja vzťahu k vlastnej chorobe - od nádeje na zlepšenie až po zmierenie sa so smrťou. Výtvarná reflexia im pomáhala ventilovať ich masívne pocity pri prežívaní odchodu. Všetky štádiá umierania boli u týchto detí ľahšie integrované pomocou umeleckej reflexie.

7.6 Postmoderna a arteterapia

„Tvoj zorný uhol nebude nikdy mojím uhlom... ale oslňujúca záhada sveta existencií tkvie práve v tom, že singularity sa tu vyskytujú v plurále“ (Lyotard, 1993).

Hermeneutický prístup v arteterapii, umenie interpretovať kresbu, maľbu, alebo plastiku v kontexte klienta, rozlišuje postmodernú „pravdivú“ arteterapiu od pozitivistickjej fundamentalistickej „vedeckej“ metódy, ktorá sa dá nazvať len sebaklamom.

„Co mužeš plne dokázat, pochopit a popsat, o tom si bud' jist, že to není Buh“ hovorí T. Halík a tento výrok sa dá parafrázovať aj na človeka.

Postmoderna a fenomenologické východisko arteterapie v tomto kontexte spočíva v skúmaní človeka nezávisle od vopred vypracovaných teórií. Metódou je introspekcia.

Byť očitým svedkom, autenticky zaznamenávať dej - to je to podstatné. Nie je dôležité, aby bol zážitok opakovateľný, merateľný, ani aby bol verifikovateľný.

Postmodernizmus postuluje rovnocennosť výkladov sveta a vedu „vykazuje“ do pozície jedného z mnohých svetov – vysvetľujúcich mýtov. Ako uvádza slovenský vedec a spisovateľ Vladimír Skalský, (in Giboda 2003) veda sa od mýtov odlišuje v mnohých bodoch, hlavne však vo svojej metodológii, ktorá je postavená na stavaní a následnom overovaní hypotéz, na princípe kritickej skepsy a na svojej schopnosti predvídať, teda na opakovaní javov a v neposlednom rade na argumentácii sérií technických výdobytkov, ktoré sú ovocím vedy.

Napriek tomu si treba uvedomiť, že to bola práve veda, ktorá dala zrod totalitným režimom. Mnohí vedci si však uvedomujú, že práve veda doviedla ľudstvo na pokraj sebazničenia. V dobe postmodernity však slepé **absolutizovanie vedy pomínulo**. Odhalenia limitov vedy vedie človeka do pokory. Princíp neurčitosti postuloval fyzik Werner Heisenberger, jeden zo spoluautorov kvantovej teórie. Ten spochybňuje jazyk vedy, ako aj výsledky jej výskumov. Einsteinova teória relativity spochybnila takpovediac každé vedecké definitívne uzávery a vyhlásenia.

Postmoderna vychádza z filozofie **spájania relativity vychádzajúcej zo seba samej, so zákonmi absolútna, ktoré ju ovládajú**.

Umenie postmodernity sa začalo interesovať o človeka aj s tým, čo je v ňom patologické. Román V. Nabokova Lolita je považovaný za začiatok postmodernity v literatúre. Rozpráva príbeh sexuálneho devianta a jeho obeť sexuálne zneužívanej nevlastnej dcéry. Pomohol prelomiť bariéru mlčania o tejto téme a inicioval vznik termínu syndrom týraného dieťaťa.

V arteterapii ovplyvnenej postmodernou zovšobecnienia strácajú zmysel. V evaluácii je často ťažké kvantifikovať zlepšenia, mechanizmus zmien, v postmodernom chápaní arteterapie to však nie je dôležité.

Postmoderna v arteterapii i mimo ňu dáva umeniu autonómne postavenie. Postmoderna vychádza z teórie chaosmosu, entropie sveta. Je to opis duchovnej kultúry súčasného

človeka. Je modelom hľadania pravdy o človekovi aj s tým, čo je v ňom choré, či defektné.

Umenie nebude ku každému hovoriť rovnako, rovnakou rečou, každý môže nájsť v umení svoj vlastný zmysel. Zmysel nemusí byť jednoznačný, či dopovedaný, môže byť fragmentálny. Stačí ak človek-pacient tuší jeho význam, ktorý necháva v sebe doznieť a dopovedávať.

Veď napriek Freudovej psychoanalýze, napriek Adlerovi a jeho filozofii túžby po moci, či napriek Marxovmu Kapitálu - túžbe človeka nielen prežívať slasť, ovládať druhých ľudí i prírodu, ale aj mať, vlastniť, dodnes človek zlyháva aj v oblasti sexuality, aj v túžbe po moci aj ako konzumný tvor materiálne orientovaného sveta.

Cez umenie človek môže reflektovať svoje vnútro, pocity, aj s tým, čo ho ťaží, čo je príčinou jeho problémov, a práve tým sa to patologické a škodlivé ventiluje, preformováva a pretransformováva do umeleckého artefaktu. To následne pôsobí spätne terapeuticky na jeho fyzické i psychické danosti.

Sme liečení práve príčinou našej choroby. Ak dáme niečomu nejasnému, beztvaremu konkrétny tvar, ktorý sa dá vnímať vizuálne alebo hapticky, hovoríme o terapeutickom potenciáli umeleckej reflexie. Je to vlastne akási umelecká autovakcína. Starozákonný príbeh o medenom hadovi, ktorého Mojžiš povýšil na palicu, aby sa stal prostriedkom terapie ľudí, zomierajúcich od uštipnutia reálnych hadov (4. Mojžišova 21,9) by mohol byť symbolom arteterapie, lebo výstižne vyjadruje jej mechanizmus. Medený had-socha, umelecká reflexia skutočného hada, ktorý by nikdy nebol mohol pôsobiť tak liečivo, ale takto pretransformovaný do metaforickej podoby výtvarného artefaktu takýmto potenciálom disponoval, je vlastne vysvetlením princípu arteterapeutickej sublimácie a katarzie. Podľa Harbinsoba (1992) tento príbeh ilustruje, ako môže umenie ovplyvňovať celú komunitu, spoločnosť v pozitívnom i v negatívnom zmysle slova.

V niektorých súčasných teoriách vzdelávania je tiež oblasť umenia – kultúry považovaná za veľmi významnú, napr. u Vygotského (1943/1978). Ten poukazuje na dôležitosť kultúry v pedagogickom procese a v interpersonálnej interakcii.

Postmoderné východisko v arteterapii vychádza z **hermeneutického chápania jednoty** - celistvosti života, sveta, človeka, vo využívaní intermediálnych prístupov hudby, tanca, drámy, literatury a výtvarného umenia. Cieľom je konštituovať životný

zmysel, autenticitu, ako to formuloval Petzold v Nových kreatívnych terapiách (1986).

Tento autor súčasne vyčíta súčasníkovi odcudzenie od svojej minulosti a vlastnej budúcnosti, ale zväšť od svojej **telesnosti**. Preto akcentuje význam telovo-orientovaných arteterapeutických prístupov, ako napríklad modelovanie z hliny, alebo niektoré formy "body art" v interdisciplinárnom chápaní integratívnej arteterapie.

Akceptovať svoju telesnosť, aj svoju limitovanosť nie je predsa rezignácia, ale pokora. V umení je tak, ako aj v arteterapii významným etickým činom.

Terapeutická hermeneutika znamená prekročenie v dimenzii konania k hermeneutickej terapii a stáva sa psychoterapeutickým chápaním a psychoterapeutickým konaním integratívnym a kreatívnym činom určujúcim ľudský život.

Hermeneutické stanovisko v arteterapii vychádza z predpokladu, že **javy je treba pochopiť aj keď ich nemôžeme vysvetliť**. Táto koncepcia stavia **na interpretácii** – výklade určitého javu, interpret dáva do súvislosti jednotlivé vnímané znaky, podľa toho, ako ich sám chápe ich radí a interpretuje. Význam dejov je možné pochopiť poznaním zmyslu. **Zmysel je duchovná hodnota, ktorá sa nedá merať a bezprostredne pozorovať**. Dá sa však uchopiť pomocou zmyslov.

7.7 Spirituálne-ekologické východisko arteterapie

Terapeutická hermeneutika znamená preklopenie k integrujúcemu-kreatívnemu činu, ktorý je transcendentný, teda presahuje človeka ako takého. **Transcendentná spirituálne-ekologická arteterapia** (Šicková 2002) sa neobmedzuje len na archivovanie, odhaľovanie, či rekonštrukciu, chápanie a objasňovanie minulej a súčasnej skúsenosti. Pôsobí nielen rekonštruktívne-integratívne, ale hlavne **konštruktívne tvorivo**. Pôvodný problém „recykluje do očistenej“, akceptovateľnej podoby, ktorá má zmysel často uchopiteľný len klientom samotným. Počíta so zodpovednosťou klienta či pacienta za tvorbu a budovanie svojho života i seba samého.

Pojem zodpovednosť hrá v takto chápanej arteterapii rozhodujúcu úlohu. Je ekvivalentom slobody, slobodnej voľby vedúcej ku zmene, smerujúcej od bezperspektívneho skľučujúceho stavu k zodpovednému riešeniu, ktoré ale nemusí byť vždy tým najmenej bolestivým riešením. Hlavnými cieľmi takto chápanej arteterapie sú okrem zodpovednosti aj sloboda, autenticita a láska.

Filozofické východiská spirituálne ekologickej arteterapie

„Bytie je paradox, ktorý nedokážeme vysvetliť racionálne, treba ho žiť, prežívať a v rozhodujúcich chvíľach konať“ (Kierkegaard)

„Ja žijem v kruhoch rastúcich, čo nad vecami dovrším,
skončiť ten posledný som nesúci, ale aj oň sa pokúsim.

Ja krúžim rokov tisíce kol Boha, veže prastarej, neviem, či sokol som, či víchrice, či takty piesne spievanej...“ (R. M. Rilke).

„Aké šťastie pochopiť, že zem na ktorej stojíš, nemôže byť väčšia, ako tá, na ktorú sa zmestia tvoje dve chodidlá.“ (F.Kafka).

„Keby som tak mal stáť na takom malom kúsku zeme, kde sa zmestia len moje dve chodidlá tisíc rokov a podo mnou a vôkol búrka, radšej by som tak stál tisíc rokov, ako teraz umieral...“ (F. M. Dostojevskij)

J.P. Sartre sa vyjadril, že filozofiu je možné podávať formou umeleckého diela a Heidegger nazval umenie činnosťou ďakujúcou bytiu.

Vedu považujú niektorí súčasní realisticky uvažujúci vedci za nestálu, ale spoľahlivú hodnotu a umenie naopak za stálu neistotu. Obe polarity v sebe arteterapia nesporne má, a preto je nesmierne dynamická disciplína.

Práve v transcendentnej-spirituálne ekologickej arteterapii umenie a filozofia majú k sebe blízko. Obe spochybňujú doterajšie istoty človeka a snažia sa o nové prístupy k chápaniu reality, človeka, sveta.

Ujasňovanie si teoretických, teda aj filozofických východísk arteterapie a neustály kontakt s praxou majú byť prioritami každého arteterapeuta hlásiaceho sa k tomuto východisku.

Vplyv postmodernity je dnes markantný vo všetkom, aj v pedagogike vrátane špeciálnej pedagogiky. Filozofiou postmodernity sú determinovaní aj súčasní arteterapeuti. Aj keď často jej jasné vymedzenie nie je možné, pretože jedným z jej významných charakteristík je plurarita, ktorá sa ťažko jednoznačne artikuluje.

Hoci za otca postmodernity je považovaný Jean Francois Lyotard je treba povedať, že už dávno pred ním položil základy nového chápania sveta a chápania jestvovania človeka v ňom, (čo je vlastne cieľom filozofie aj arteterapie) Soran Kierkegärd. Kierkegard bol individualista, ktorý redukoval všetky problémy sveta na duchovnú biedu jednotlivca a toto jeho presvedčenie je aktuálne dodnes.

Jeho odkaz **o zodpovednosti človeka ako jednotlivca** sa stal východiskom aj pre zakladateľov **sociálnych prúdov v pedagogike i psychológii**. Je nesporné, že Kierkegard niesol zodpovednosť a ťarchu tohoto bremena cítil na svojich pleciach za celú svoju generáciu. Prežíval ju veľmi hlboko, tak intenzívne, že si zapísal do denníku: „Čo mi vlastne chýba je to, aby sa mi ujasnilo, **čo mám robiť, nie to, čo mám poznať**“.

Kierkegard sa pýta, čo by mu pomohlo, keby vypátral takzvanú objektívnu pravdu, keby to pre jeho samotného a jeho život nemalo žiadny hlbší význam? Vyjadril takto nedôveru vo všeobecné a abstraktné. Existencia je podľa neho najvnútornejšie **ale neuchopiteľné osobné jadro každého jednotlivého človeka**. Bytie znamená syntézu nekonečnosti s konečnosťou.

Žiadal, aby sa ľudia vymanili z davu a stali sa individualitami.

Životu i umeniu je imanentná **transcendencia**, znamená to, že presahuje svoj vitálny základ.

V arteterapii to platí rovnako ako vo filozofii. Umenie je ničím nenahraditeľný fenomén, ktorý **transcenduje svojho autora aj svoj zmysel a má potenciál sprostredkovať druhému človeku aj významné existencionálne témy**, vrátane témy bolesti, utrpenia a smrti. Utrpeniu dáva iný rozmer a zmysel. Existenciu chápe spirituálne ekologická arteterapia spolu s filozofiou individualistu Kierkegardom ako **osobné autentické dobrodružstvo**. Je nezameniteľné s dobrodružstvom iného človeka, vrátane a najmä postihnutého, a preto nemôže byť ani objektívne skúmané.

Hľadanie pravdy v takto chápanej arteterapii dostáva prednosť pred pravdou samotnou. Je tu dôležitá individuálna pravda.

Keď pochopí klient štruktúru svojej osobnosti cez umelecké aktivity, hoci s obmedzeniami, jeho bytie sa stáva spolubytím s inými, aj keď zdanlivo sú jeho uhly pohľadu rôzne s iným človekom, v duchu postmodernej filozofie.

Adriena Šimotová, významná česká výtvarníčka to dnes aktuálne vyjadrila: „Čím som všeobecnejšia tým som osobnejšia a čím som osobnejšia, tým som všeobecnejšia.“

Tu je na mieste znova citovať už spomínaného Lyotarda:

„Ide o absolútne jedinečný a nepreložiteľný spôsob dešifrovania toho, čo sa deje. Uhol videnia, počutia, hmatu, vône, onen uhol, v ktorom ma zasahuje to, čo je zmyslami vnímateľné, je v časopriestore neprenosný. Tejto ojedinelosti rezonancie sa hovorí existencia“.

Tento citát podčiarknuje prioritu transcendentne- spirituálne -ekologickej arteterapie, ktorá je zameraná prvotne na skúmanie existencie človeka v jeho širších súvislostiach ohľadne ľudského bytia, vrátane jeho **autenticity**.

„V reči má existencia svoje záchytné body v častiach : ja, toto, teraz, tam, je nimi signalizovaná. Je dôležitá skúsenosť, či táto existencia je i vo svojej nepresnosti niečím, čo môže byť zdieľateľné.“

J.F.Lyotard

V arteterapii ide primárne o „zdieľanie“ a o dešifrovanie alebo o interpretáciu zdeleného neverbálneho artefaktu.

Vplyv hermeneutiky, sémantiky a sémiotiky na spirituálne-ekologickú arteterapiu.

Sémantika, veda o význame jazykových jednotiek, ako pomocníčka hermeneutiky, je aj vedou aj umením (Liguš, J..2002) v arteterapii hrá závažnú rolu. Ide o interpretáciu významov dynamicky, v závislosti od individuálnych súvislostí.

Hermeneutika je veda o pravidlách porozumenia, prekladu, vysvetlenia a interpretácie

(pôvodne interpretácie biblického textu). V arteterapii ide o interpretáciu výtvarnej správy, ktorá je zdieľaná neverbálne, v znakoch, symboloch.

Ďalšia veda, ktorá prospieva arteterapii je sémiotika. Je to veda o **význame znakov**, vychádza z gréckeho významu znak, znamenie. V semiotike ide aj o interpretáciu pohybov tela, rúk, očí, hlavy, nôh. Semiotika sa zaoberá aj skúmaním spôsobu dorozumievania sa vo zvieracej reči.

V arteterapii, ktorej jeden z hlavných cieľov je v kompenzácii alebo v úplnom nahradení verbálnej komunikácie komunikáciou neverbálnou v snahe dorozumieť sa, ale aj diagnostikovať, nájsť hlavný problém klienta, je sémiotika inšpirujúcou vedou.

„Tvoj zorný uhol nikdy nebude mojím uhľom, hovorí ďalej Lyotard, ale osľňujúca záhada sveta existencií tkvie práve v tom, že singularita a tu vyskytujú v plurále, a že neprestávajú navzájom vchádzať do styku tými krehkými senzitívnymi tykadlami, tým mravenčím tápaním. Aj v tomto konflikte je láska čímsi výnimočným. Vyžaduje prepustnosť, vzdávajúcu sa otvorenosť môjho perspektívneho poľa tvojmu perspektívnemu poľu a tá závrat, v nej moje a tvoje slabne, snaží sa o vzájomnú výmenu vzpečuje sa a odhaľuje sa. Toto práve ohlasuje nahota, nahota vo dvojici. A v reči tápavá mluva milencov, pokus o **spoločný idióm, ktorý je viac menej neprenosný, rodí sa len zo stretnutia dvoch obnažených hlasov, od úst k ústam**“.

Lyotard upozorňuje aj na nebezpečenstvo informáciami ovládanej spoločnosti, na nebezpečenstvo teroru jednej skupiny nad druhou na základe prístupu k informáciám.

Filozofia podľa Lyotarda znamená predovšetkým seba výchovu a **autodidaktiku**.

Podobne v postmodernej spirituálnej - ekologickej arteterapii považujeme fenomén výtvarnej reflexie za akúsi **autovakéinu**, kedy sa klient stáva spoluzodpovedným za svoje uzdravenie a navyše, mení sa nielen klient sám, ale aj terapeut.

V postmodernej filozofii už neplatí dualistický model terapeut - klient, ale ide o neustály proces preskúmávania toho, čo je nevysloviteľné, čo je akoby medzi riadkami, čo klient i terapeut tušia. V intenciách náznaku, estetiky „non finita“ a nie dokončeného diela boli tvorené aj posledné Michelangelove sochy, jeho expresívni nedokončení otroci.

V postmodernej chápanej arteterapii nemá slepá pozitívizácia a výhradnosť a definitívnosť miesto. Jej protikladom je **autenticita**, priblíženie sa k pravde.

Autenticita je centrálna dimenzia v humanisticky chápanej terapii, v špeciálnej i v liečebnej pedagogike.

Pozitivismus sa zaoberá len tým, čo je spoločensky užitočné, drží sa len toho, čo je možné presne definovať.

Lytard chce „prinútiť umelcov a spisovateľov, aby sa vrátili do lona spoločnosti, alebo aspoň, ak je spoločenstvo považované za choré, boli zodpovední za jeho liečbu. Tento svet je tak destabilizovaný, neposkytuje látku k skúsenosti, ale len podmienky k preskúmvaniu a k experimentovaniu.“

V spirituálne - ekologickej arteterapii sa snažíme sprostredkovať klientom ich individuálnu pravdu nie poznaním, ale **senzibilitou**, nie logikou ale **intuíciou**.

Umenie je podľa Schopenhauera poznávním **oslobodeným od rozumu, nezávislým na vôli i logike, nezávislým na kauzalite**. Je to filozofia podstaty a hodnôd.

Hermeneutický prístup - umenie **interpretovať výtvarnú reflexiu klienta** v zodpovedajúcom kontexte, je prístup, ktorý odlišuje solídnu arteterapiu od pozitivistického a zavádzajúceho, „tabuľkového“ a „zaškatuľkujúceho“ kvantitatívne merateľného prístupu pozitivisticky chápanej arteterapie.

Arteterapia, podobne ako špeciálna pedagogika, stavia do centra pozornosti človeka, v čerpá svoje východiská nielen z humanizmu, ale aj z existencializmu.

Paradigmou existencializmu je, že existencia je vždy existenciou človeka. Stred záujmu terapeuta je človek.

Existencia je vždy **individuálna**, je to bytie vlastné človeku ako jednotlivcovi, je subjektívna, a aj preto človeka nemožno interpretovať vecnými kategóriami.

Je **dynamická**, plynie v čase, nie je nemenná a je vždy spojená s druhými ľuďmi, čo naznačuje jej sociálny rozmer. Bytie samo je neuchopiteľné.

Predmety bytia sveta sú transparentné. Sú priehľadné, sú to **šifry, symboly, ktorými presvitá transcendencia**. Transcendencia sa zjavuje len existencii. Bytie samým sebou, autentické bytie je schopné v jazyku symbolov tušiť transcenciu.

Tieto filozofické východiská nadobúdajú v arteterapii konkrétne praktické aplikácie.

Spirituálne - ekologickej arteterapia, podobne ako filozofia existencializmu, sa zaoberá vždy konkrétnym životom. Pre spirituálne ekologickej arteterapie je

významné aj filozofické východisko Martina Bubera, ktorý zdôrazňoval vzťah Ja a Ty, ktorý je dôležitý najmä pre psychoarteterapeutov. Terapia je vlastne rozhovor - v arteterapii neverbálny rozhovor. Buber zdôrazňoval tiež zodpovednosť, ktorá je významným fenoménom v spirituálne-ekologickom chápaní arteterapie.

7.7.1 Základné mechanizmy spirituálne-ekologickej arteterapie

Základnými mechanizmami takto poňatej arteterapie sú:

- **screening**
- **externalizácia problému**
- **zooming** - zväčšenie až preexponovanie pre klienta najdôležitejšieho ale i potencionálne najproblémovšieho, často boľavého miesta, priestoru, teda inými slovami označenie hlavného problému metaforickou, symbolickou rečou prostredníctvom výtvarnej reflexie
- **snaha o pochopenie** (tušenie) osobných významov tejto reflexie
- **vyčlenenie teritória** problému z pôvodného problémového kontextu
- **začlenenie problémového miesta** (problému) do nového kontextu
- **jeho pretvarovanie, preformovanie** „očistenie“, „recyklovanie“ do novej súvislosti, kde ambíciou je **harmonizácia** vo výtvarnej reflexii s presahom, (transferom) do roviny spirituálnej

8 Formy arteterapie

Arteterapia sa dá aplikovať formou

- **individuálnej**
- **skupinovej** (sem radíme aj rodinnú arteterapiu a arteterapiu v partnerskom vzťahu)

8.1 Idividuálna arteterapia

Pri individuálnej arteterapii má klient terapeuta k dispozícii len pre seba, nadväzuje **úzky kontakt**, vzniká tak intenzívny emocionálny zážitok styku s chápaným človekom (Pogády a kol. 1993).

Individuálna terapia je vhodná pre klientov, ktorých problém vyžaduje zvýšenú pozornosť arteterapeuta alebo chovanie ktorého by v skupine narúšalo celý proces, (napr. agresivita, psychotické prejavy). Spočiatku vyžadujú individuálnu arteterapiu napr. hyperaktívne alebo naopak anxiózne deti.

8.2 Skupinová arteterapia

Skupinová arteterapia je **náročnejšia forma** arteterapie, hlavne pre arteterapeuta. Skupinová arteterapia má viacero výhod, ale niekedy nie je možné napríklad dieťa zaradiť do skupiny pre jeho špecifické problémy.

Výhody skupinovej arteterapie sú nasledovné:

- sociálne učenie prebieha rýchlejšie a inenzívnejšie,
- ľudia s rovnakými alebo podobnými problémami sa môžu podporiť a cítiť spolupatričnosť,
- spätné väzby členov skupiny sú podnetné pre každého jednotlivca v skupine,

- skupinová arteterapia je vhodnejšia pre toho, kto prežíva individuálnu arteterapiu príliš intenzívne,
- je demokratickejšia, pretože moc aj zodpovednosť sa delia a
- má ekonomický efekt - za ten istý čas sa pomôže viacerým.

(Liebman ,1968)

Ako **nevýhody** skupinovej arteterapie tá istá autorka vidí v tom, že sa

- ťažšie dosiahne diskretnosť ako pri individuálnej arteterapii,
- skupinu je ťažšie organizačne zvládnuteľná,
- vyžaduje väčšiu pohotovosť a obratnosť terapeuta,
- každému jednotlivcovi v rámci skupiny sa ujde menej času a
- skupina môže dostať „nálepku“ alebo stigma napríklad alkoholicy.

Do skupinovej arteterapie sa dajú zaradiť techniky, ktoré sú dynamickejšie a zaujímavejšie. Skupinová arteterapia môže mať v sebe veľký integračný a sociálny náboj.

8.2.1 Rodinná arteterapia

Súčasní nemeckí sociológovia nazývajú našu dobu „**vatterlose und mutterlose Gesellschaft** (spoločnosť bez otcov a bez matiek). Absencia jedného z rodičov v rodine, neúplné rodiny-tzv. patchwork family - teda pozliepané, poskladané rodiny, to je realita, v ktorej dnes žijeme. Arteterapia má v oblasti kompenzácie nedostatočnej citovej výchovy, takisto ako v diagnostike problémových javov v rodinnej terapii široké uplatnenie. Výtvarná expresia detí z problémových rodín, má veľkú výpovednú hodnotu, vyhyba sa ťažkostiam verbálneho vyjadrovania, ktoré je často pre takéto deti boľavé. Rodinnú arteterapiu vyvinula **Hanna Yaxa Kwiatkowska** (1978). Skúmala súvislosť medzi prepuknutím schizofrénie u jedného člena rodiny a celkovou rodinnou atmosférou. Správne predpokladala, že rodina je homogénny systém, ktorý zasiahne zmena ako celok, ak sa zmení jeden jej člen. Táto zmena ovplyvní aj ostatných členov rodiny. Skúmala rodinné mýty a tradície ako východisko pre

poznanie dynamiky rodín. Rodinu považovala za veľmi špecifický druh skupiny. Veľa princípov aplikovateľných v rámci skupinovej arteterapie je teda podľa nej možné aplikovať v rodinnej arteterapii.

Jedinečné a špecifické pre rodinu sú ale **generačné rozdiely** medzi jej členmi. Hlavným cieľom rodinnej arteterapie je posilnenie primeraných postojov k životu, akceptovanie osobných potrieb i očakávaní členov rodiny. Wadesonová, americká arteterapeutka sa domnieva, že často je problémom rodiny vlastne jeden jej člen, ktorý skomplikuje celú rodinnú klímu. Zmení rodinné vzťahy, ale ak máme hovoriť o rodinnej arteterapii, musíme pracovať s celou rodinou.

„Skutočným pacientom je teda celá rodina, so všetkými svojimi zjavne narušenými i zdravými členmi.“ Predpokladá sa totiž - a v tom je základný princíp rodinnej arteterapie - že individuálne poruchy dieťaťa alebo iného člena rodiny, úzko súvisia so skupinovou dynamikou celej rodiny, ba dokonca, že individuálna symptomatika je vo svojej podstate výrazom narušených interpersonálnych vzťahov v rodine (Langmeier, Balzar, Špitz 200, str.169).

Pozitívny v rodinnej arteterapii je fakt, že sa pri výtvorných aktivitách sa obyčajne stretnú rodičia s deťmi, kde sa často výtvorne zdatnejšie deti a verbálne zvýhodnení rodičia dostanú na jednu úroveň svojich výrazových možností.

Rodinná arteterapia musí byť komplexná tak, ako je aj rodina komplexom zložitých vzťahov, identifikácií, koalícií a dominancií.

Stáva sa, že aj skúsený arteterapeut je v ťažkej pozícii odhaliť alebo neodhaliť pravdu o rodine jej členom otvorene. Napríklad dominancia matky, protektívne postavenie niektorého dieťaťa. Vyžaduje to veľkú múdrosť a takt.

Rodinná arteterapia má byť **komplexná** - podobne ako je rodina komplexom zložitých vzťahov, identifikácií, koalícií a dominancií.

Helen B. Landgarten (1981) súčasná americká arteterapeutka opisuje prípad, keď rodinný arteterapeut pomocou arteterapeutických stretnutí s pomocou kresieb členov rodiny, v ktorých sa nápadne často vyskytoval symbol zárodka, embria, pomocou rozhovoru o nakreslenom s členmi rodiny zistil fakt, ktorý nikto z rodiny nepostrehol, až keď sa vyplavil do grafickej symbolickej roviny. Osemročný chlapec, syn trpiaci nočnou enurézou sa totiž podľa záverov objasnených pomocou kresby, v rozhovore, ktorý nasledoval, cítil byť vinný, hoci neprávom. Jeho matka sa potkla na hračkách,

ktoré chlapec nechal neupratané, spadla keď išla telefonovať svojmu lekárovi a následne v nemocnici potratila dieťa. Ďalšie tehotenstvo už nebolo možné. Keď sa podarilo arteterapeutovi toto nedorozumenie pomocou umeleckej expresie vyjasniť, chlapec prestal mať spomenuté problémy (Landgarten.1981, str. 49).

Niekedy sa stáva, že arteterapeut nájde v kresbách členov rodiny schizofrénneho pacienta viac patologických znakov, ako v samotných kresbách pacienta. Rodinná arteterapia zahŕňa širokú škálu problémov, ktoré sa týkajú všetkých generácií. Sú to problémy v rodinách s deťmi predškolského veku, s teenagermi, s budúcimi rodičmi, s rodičmi v strednom veku, s trojgeneračnými rodinami, s ovdovelými mužmi a ženami, s neúplnými rodinami, s rodinami s deťmi z viac manželstiev. Cieľ rodinnej arteterapie tkvie v lepšej komunikácii, v snahe spolupracovať na riešení problémov a konfliktov, v sebaidentifikácii, vo väčšej autonómnosti členov rodiny, v možnosti spontánneho vyjadrenia svojich emócií cez výtvarnú expresiu. Rodinný arteterapeut sa často snaží prostredníctvom arteterapeutického intervencie priniesť viac radosti do rodinného života svojich klientov.

Úloha rodinného arteterapeuta tkvi v snahe pomôcť pri zmierňovaní mocenských bojov, počte a intenzite konfliktov i tam, kde sa už nedá odvrátiť rovod manželov. V porozvodovej situácii pomáha arteterapeut klientom orientovať sa v zmenenej situácii, adaptovať sa, stabilizovať sa. Odborníci na rodinnú terapiu zhodne doporučujú v porozvodovej terapii prácu v oddelených sekciách a konšteláciách matka-dieťa, matka-otec, otec-dieťa. Niekedy je vhodné do porozvodovej terapie zapojiť aj prarodičov. Klientom je napokon celá rodina. Významný je najmä tréning v komunikačných, neverbálnych zručnostiach, tréning efektívneho riešenia problémov, spracovanie pocitu viny, problémov vyplývajúcich z ochorenia.

R.C. Burnss a S.H. Kauffman vyvinuli Test „**Kinetická kresba rodiny**“ (1972).

Pri jeho tvorbe a interpretácii vychádzali z rozboru 10.000 detských kresieb, ktoré interpretovali a overovali. Zdôrazňujú vzťahový rámec rodinného života. Testovanie pozostáva v meraní vzdialeností a postavenia a veľkostí členov rodiny. Kľúčový je rozbor kresby arteterapeuta spolu s dieťaťom. Zaujímavé je sústrediť sa napr. na súperivé pozície postáv. V. Labát sa v komentári k tomuto testu domnieva, že je vhodným hlavne pre získanie prvotného obrazu o rodinnom systéme dieťaťa.

Zaujímavý je aj **Test začarovanej rodiny**. Inštrukcia znie: Predstav si, že čarodejnica začarovala tvoju rodinu na zvieratá. Nakresli členov svojej rodiny ako zvieratá. Pri aplikácii tohoto testu sa zviditeľnia dominancie rodinných príslušníkov, ako aj rodinné koalície a vlastnosti členov rodiny.

Keď som tento test zadala skupine 10 japonských teenagerov, väčšina (6) nakreslila otca ako leva, matku ako veveričku alebo opičku a všetci zahrnuli do rodiny aj starú matku.

10-ročný chlapec z rodiny, kde boli deti dvoch otcov, nakreslil svoju najmladšiu sestru ako slona v koalícii s matkou, jasne tak demonštrujúc privilegované postavenie tohoto súrodenca u matky.

Iný chlapec zo sociálne slabšej rodiny rodičov alkoholikov nakreslil otca ako psa, ktorý hryzie matku-dážd'ovku. Iný chlapec fyzicky týraný otcom, otca na obrázku prečiarkol a nakreslil ho na druhú stranu obrázku.

8.2.2 Arteterapia v partnerskom vzťahu

Arteterapeutka **Hariet Wadesson** navrhuje v partnerskej, respektíve manželskej arteterapii použiť techniky spoločného kreslenia či maľovania obrázku.

Inštrukcia pre partnerov, manželov znie:

Vytvorte spolu dobre integrovaný obrázok bez toho, že budete verbálne komunikovať.

V ďalšej fáze majú obaja partneri namaľovať abstraktný obrázok svojho vzťahu a na ďalší papier namaľovať každý svoj vlastný autoportrét, ktorý majú darovať jeden druhému. Každý z partnerov potom koriguje darovaný portrét toho druhého do podoby, ako by svojho partnera chcel mať.

Signifikantné je, že častokrát je táto činnosť prvá po dlhom čase, ktorú sú partneri v kríze nútení robiť, keď napríklad aj spoločná dovolenka vyústi do ďalších konfliktov. Arteterapeutické kreslenie zviditeľní ich predstavy, problémy, očakávania, ktoré majú jeden voči druhému a o svojom vzťahu.

Symbyly v kresbách abstraktného obrazu manželstva môžu napovedať o podobných prežívaniach partnerov alebo o podobnostiach v ich očakávaniach, ktoré majú o svojich partneroch alebo naopak vypovedajú o rôznostiach v ich očakávaniach a predstavách. V ďalšom slede môžu byť potom základom rozhovoru partnerov spolu s terapeutom o problémoch v rámci partnerstva a viesť ich k riešeniu a vyriešeniu konfliktu alebo nedorozumenia alebo krízy.

1.1.1. Vymáňanie vzťahov

Je to proces, ktorým sa partneri snažia pochopiť, ako sa ich vzťah vyvíja a ako sa mení. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje.

Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje.

Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje. Tento proces môže byť veľmi ťažký a vyžaduje si veľa času a úsilia. Partneri sa snažia pochopiť, čo ich spája a čo ich oddeľuje.

9 Osobnosť arteterapeuta a arteterapeutický vzťah

Arteterapia je hraničná disciplína a k jej výkonu sú potrebné vedomosti tak z psychoterapie a ďalších klinických oborov, tak z oblasti vied o umení. Ale popri vedomostiach a špecifických zručnostiach (profesných kompetencií) je dôležité tiež hovoriť o osobnostných predpokladoch arteterapeuta.

9.1 Profesia arteterapeuta

Je treba otvorene priznať, že na Slovensku ani v Čechách nemá arteterapia dodnes jednoznačne vymedzený profesný štatút. Neexistuje zreteľné vymedzenie odboru ako takého, jeho definícia alebo určenie vzhľadom k iným príbuzným odborom. Táto otázka je v štádiu vývoja a mnohých diskusií. Rôzni autori sa odlišujú teoretickými východiskami, technikami práce, ale aj chápaním šírky odboru. V roliach arteterapeutov pôsobia psychológovia, výtvarníci, pedagógovia, lekári, liečební a špeciálni pedagógovia, zdravotné sestry. Arteterapia je dnes atraktívna a populárna a tak priťahuje aj laikov a dokonca treba povedať aj šarlatánov.

Preto je mimoriadne dôležité, aby sa v čo najkratšej budúcnosti stanovili pravidlá pre vykonávanie profesie arteterapeuta. Pracuje sa na nej na pôde vysokých škôl aj na pôde Českej arteterapeutickej asociácie, ako aj slovenskej organizácie Terra therapeutica, ale aj na pôde tých vysokých škôl, ktoré pribrali arteterapiu medzi ponúkané štúdijné programy, teda aj v rámci katedry špeciálnej pedagogiky.

Tieto aktivity by mali viesť k etablovaniu arteterapie ako samostatného odboru s vlastným kvalifikačným zázemím, s vymedzenou oblasťou kritérií pre posudzovanie práce spolu s pravidlami, ktorými by sa určovala profesná spôsobilosť. S touto problematikou je spojená aj možnosť ochrany profesie arteterapeuta a ochrana verejnosti pred nekvalifikovanými arteterapeutickými neodborníkmi a na druhej strane pred nekvalifikovaným poskytovaním iných ako arteterapeutických činností samotnými arteterapeutami.

Závažná je aj otázka uplatnenia absolventov arteterapie v praxi. Pokiaľ kvalifikácii arteterapeuta predchádza získanie plnej kvalifikácie v niektorom základnom odbore práce s ľuďmi, konkrétne v pedagogike, liečebnej pedagogike, psychológii, lekárstve, rehabilitácii, mal by absolvent arteterapie vykonávať arteterapeutickú činnosť len pod vedením príslušného odborníka v odbore, kde ja táto činnosť uplatňovaná. Samostatné štúdium v odbore arteterapie nenahrádza vzdelanie v odbore pedagogiky, psychológie, lekárstva, rehabilitácie, psychoterapie a neoprávňuje k výkonu iných činností ako arteterapeutických. Absolventi arteterapie by mali mať možnosť vykonávať svoju prácu v zariadeniach vzdelávacích, výchovných, charitatívnych, kultúrnych a v oblasti prevencie-kriminality a drogovej závislosti. Ak pracujú v zdravotníctve, mali by pracovať v tíme, kde je lekár, psychiater alebo klinický psychológ.

9.2 Znalosti a osobnostné predpoklady arteterapeuta

Byť arteterapeutom znamená byť vzdelaný v oboch častiach výrazu arteterapia, teda v umení aj v terapii. Ak niekto chce pomáhať prostredníctvom umenia druhým, mal by sa dobre orientovať v dejinách umenia, teórii umenia, v estetike aj v psychológii umenia, ale aj vo výtvarných technikách kresby, maľby a modelovania, mal by mať aj vedomosti z oblasti psychológie, pedagogiky, prípadne špeciálnej alebo liečebnej pedagogiky. Mal by byť empatický mal by vedieť svoje informácie integrovať a prepájať do súvislostí, mal by vedieť improvizovať a nemala by mu chýbať intuícia, schopnosť predvídať vývoj udalostí a javov, mal by mať vysoký etický aj morálny kredit, podobne ako to je v medicíne.

V arteterapii ide o celostnú „manipuláciu“ s človekom, preto by mal mať terapeut aj znalosti z antropológie. Terapeut má sledovať v terapii vždy určitý jasný terapeutický alebo diagnostický cieľ. Má vytvoriť atmosféru dôvery, pomáhať klientovi zvládať výtvarné techniky, ktoré sú prípadne pre klienta ťažké a nové, má povzbudzovať klienta k vlastným interpretáciám, iniciovať rozhovor o výtvarnom diele. Vždy má byť prvoradá jeho snaha pomáhať riešiť problémy klienta pri aktívnej výtvarnej činnosti alebo pri vnímaní výtvarného diela.

Arteterapeut má byť členom interdisciplinárneho tímu a v spolupráci s inými odborníkmi, lekárom, psychológom konzultovať svoje interpretácie.

V niektorých krajinách, napr. v USA Americká asociácia arteterapeutov formuluje požiadavky na vzdelanie arteterapeutov a na etické štandardy pre výkon tejto profesie. Arteterapia je chápaná ako postgraduálna špecializácia, t.j. požaduje vysokoškolské vzdelanie na magisterskej úrovni buď priamo v arteterapii, ktorá je hlavným štúdiným odborom na niektorých univerzitách, alebo magisterské vzdelanie v príbuznom odbore a predpísaný počet atestácií získaných doplňujúcim štúdiom arteterapeutických predmetov.

Ako to zdôrazňuje česká arteterapeutka Koblicová (2000) - žiadny skutočne kvalitný arteterapeut sa okrem teoretického štúdia arteterapie nezaobíde bez zážitkového výcviku a bez supervízie.

V USA, existuje napríklad nezávislý orgán (The Arth Therapy Credential Board, Inc.), ktorý udeľuje akreditačné osvedčenia potom, ako arteterapeut získal požadované teoretické vzdelanie a aj prax v arteterapii pod vedením odborníka - supervízora. U väčšiny vzdelávacích programov sa požaduje, aby budúci arteterapeut prešiel výcvikovou psychoterapiou. Aj po získaní osvedčenia sa vyžaduje ďalšia účasť v ďalšom výcviku. Okrem akreditácie udeľovanej uvedeným profesným združením, vyžadujú jednotlivé štáty USA štátnu licenciu pre výkon tejto profesie.

Arteterapeut je v našich podmienkach obyčajne členom interdisciplinárneho tímu a svoje pozorovania aj svoje postupy konzultuje s ďalšími odborníkmi. Yalom (1999) vo svojom románe o psychoterapii terapeutom odporúča dodržiavať niektoré zásady. Za prvoradé považuje vytvoriť atmosféru dôvery. Ďalej zdôrazňuje potrebu individuálnej terapie pre každého klienta. Pokladá tiež za dôležité oboznámiť sa s postupmi predošlých terapeutov a vyvarovania sa chýb, ktorých sa dopustili. Majú sa snažiť byť viac ľudskí a úprimní, ako „mechanistickí“ s ohľadom na ovládanie rôznych techník. Navrhuje neliečiť diagnózu alebo nálepku, ktorú klientovi dáme, ale človeka, ktorý za diagnózou je.

9.3 Arteterapeutický vzťah

Vzťah - interakcia medzi klientami a terapeutami zdôrazňuje väčšina terapeutov. Je to popri použití umeleckých médií a techník, o ktorých budem hovoriť v ďalšej časti tejto práce najdôležitejšou súčasťou arteterapeutického procesu. V tomto vzťahu má dominovať dôvera, rovnocennosť a úcta k človekovi, s ktorým pracujeme, snaha prežiť jeho uhol pohľadu. Terapeutický vzťah v arteterapii je tvorivá aliancia. Klient je v nej doprevádzaný terapeutom na určitom úseku svojho života. Niekedy je toho doprevádzanie však celoživotné. Cieľom je navigovať klienta tak, aby sa zriekol chovania a vzťahov, ktoré jemu alebo jeho okoliu spôsobujú bolesť a dokázal ich nahradiť takými, z ktorých by mal radosť a ktoré by posilnili jeho vedomie vlastnej hodnoty a sebelásky v pozitívnom zmysle slova.

Porozumenie a začlenenie sú tiež procesy, na ktoré sa terapeuti sústreďujú. Pri týchto procesoch však plne oceňujú legimitu klienta, neznamená to však vždy, že túto aj bezpodmienečne schvaľujú (Inger, 1992).

Krédo arteterapeuta je **byť kreatívny v budovaní klientovej kreativity**, ktorá klientovi je môže dať stimul k pozitívnym zmenám v jeho živote. Terapeut aj klient sa snažia porozumieť výtvarnej symbolike, myšlienkovým vzorom, celej štruktúre klientovej osobnosti.

Americká terapeutka H. Wadeson prirovnáva arteterapiu k veľkému dáždniku. Vzťah medzi klientom a terapeutom je pre túto autorku veľmi dôležitý. Mala by tu dominovať dôvera, rovnocennosť, úcta k človeku, s ktorým pracujeme, snaha prežiť jeho uhol pohľadu, jeho symboliku, myšlienkový vzor, štruktúru jeho osobnosti. Dôležitý je neposudzujúci, akceptujúci a milujúci vzťah.

Klient by mal byť vedený k zodpovednosti za seba, za svoju reflexiu, svoj úsudok. Terapeut má vedieť navrhnúť klientovi nové perspektívy, ktoré klient doteraz nevidel. Klienta treba viesť k sebaakceptácii nie k sebanegácii.

Podľa tej istej autorky je terapeutický vzťah **kreatívna aliancia**. V nej je klient sprevádzaný na určitom úseku svojho života terapeutom. Niekedy je to však celoživotné sprevádzanie. Cieľom je navigovať ho tak, aby sa zriekol správania a vzťahov, ktoré jemu resp. jeho okoliu spôsobujú bolesť a dokázal ich nahradiť

takými, z ktorých by mal radosť a posilnili by jeho vedomie vlastnej hodnoty a sebalásky, v pozitívnom zmysle slova (miluj blížneho svojho ako seba samého).

Klient by mal cez arteterapeutickú intervenciu prijať odvahu experimentovať s novými cestami vo svojom živote, ktoré nachádza za pomoci arteterapeuta cez umenie.

Toto je výpoveď jedného z mojich klientov, človeka ktorý po rozchode s blízkou osobou svoj stav charakterizoval nasledovne:

"Citím sa tak, ako by sa môj život rosypal na malé fragmenty. Snažím sa ich pozbierať a poskladať do pôvodnej podoby, vynakladám na to veľkú námahu, a predsa sa mi to nedarí".

Pomoc pri hľadaní východiska našiel tento človek aj v arteterapii. Stačilo fragmenty poskladať do novej podoby, nového obrazu, novej štruktúry a najst' v ňom nový zmysel.

Skladanie „štvorcov“ života bol vytvorený pre tohoto a podobných klientov. V každom detaile je celok. Každý jednotlivý fragment je v spojení s ostatnými elementami a vytvára nové riešenia, nové konštelácie a kompozície.

Arteterapia dáva človeku cez umenie možnosti:

- pozerat' sa na seba a na svet inak,
- plnšie akceptovat' sám seba a svoje pocity,
- zvýšiť svoju sebadôveru a sebavedomie,
- mať pružnejšie vnímanie,
- viac akceptovat' druhých a
- byť otvorenejší.

L. Hoffman (1985) sa domieva, že arteterapeuti by mali zahrnúť do procesu arteterapie aj sami seba a mali by byť ochotní sa tiež meniť. Arteterapeut nemá stáť mimo arteterapiu. Niekedy je vhodné, ak arteterapeut tvorí spolu so svojimi klientami: tento princíp osobného príkladu je často schodnou cestou, ako klienta stimulovať k experimentovaniu s výtvarnými materiálmi, či už ide o farbu, alebo o hlinu, kameň či iné materiály.

Arteterapeut niekedy pomôže úzkostnému pacientovi v začiatkoch tvorby tým, že sám urobí prvú čiaru na obrázku, alebo aspoň poradí pri dokončení diela. Zásah by nemal byť prevedený bez súhlasu klienta. Je bežné, že niekedy sám klient poprosí terapeuta, aby mu napríklad nakreslil niektorú partiu na obrázku, s ktorým si nevie rady. Schopnosť požiadať o radu sa hodnotí ako pozitívna a môže motivovať klienta v ďalšej tvorbe.

9.4 Schéma arteterapeutického stretnutia

Prvé stretnutie arteterapeuta s klientom, s ktorým má pri terapii pracovať býva veľmi dôležité. Spravidla sa klient len zoznamuje s novým prostredím, aj s arteterapeutom. Stretnutie má byť dostatočne dlhé na obojstranné zoznámenie sa. Pri prvom stretnutí si arteterapeut overí, ako dlho je napríklad dieťa schopné sa na výtvarnú aktivitu sústrediť. Býva to obyčajne jedna až dve hodiny, u detí predškolského veku menej ako jedna hodina. Arteterapeutické stretnutie po úvodnom zoznámení sa a nadviazaní kontaktu s klientom sa delí na tri časti:

Prvá časť obsahuje inštrukciu, prípadne vysvetlenie témy, techniky a samotnú výtvarnú prácu.

Druhá časť obsahuje samotnú výtvarnú prácu.

Tretia časť obsahuje diskusiu. Zameriava sa na vytvorený výtvarný produkt. Klient rozpráva, aké pocity v ňom vyvoláva, ako reflektuje jeho pocity. **Výber tém:** závisí na problémoch klientov. Námety bývajú osobné alebo všeobecné, zdanlivo povrchné. Sú vyberané podľa cieľov. Je vhodné, aby terapeut vysvetlil klientom, prečo zvolil určité témy. Navodí tým atmosféru dôvery.

Terapeuti pracujúci nedirektívne nechávajú klientom možnosť výberu námetu. Techniku voľných asociácií používajú psychoanalyticky orientovaní arteterapeuti.

Petzold sa domieva, že v arteterapii aplikovanej v rámci psychoterapie, kde arteterapeut pracuje s rôznymi metodickými postupmi hlbinej psychológie, arteterapeutický koncept takto pochopený presahuje štandardnú psychoterapiu, lebo v ňom ide o komplexnú terapiu celého človeka, a nielen o „opravu“ toho, čo je v ňom

patologické. Cieľom je vybudovanie osobnej kompetencie na zlepšenie kvality života klienta.

Moderná interdisciplinárne pochopená arteterapia lieči človeka v jeho celistvosti tela, duše i ducha prostredníctvom schopností človeka vnímať cez zrak, sluch, hmat, kinestetický cit.

Cieľom takto chápanej arteterapie je pomôcť človeku byť šťastný, tvorivý a naplnený zmyslom. Lebo človek je, ako to vyjadril F. Schiller, nemecký básnik, len vtedy v plnom zmysle človekom, ak je tvorivý. Znamená to, že je schopný prijať svoj život i svoju konečnosť a akceptovať všetky pocity spojené s bytím. Prežívanie negatívnych aj pozitívnych pocitov často nie je možné vyjadriť tak komplexne a plasticky slovami, ako je to naopak možné cez výtvarné umenie. Umenie môže ľudské jestvovanie reflektovať bohatšie a plnšie.

9.5 Dĺžka terapeutického procesu

Počet stretnaní v rámci arteterapeutickej intervencie závisí na závažnosti problému a na spôsobe, ako klient reaguje na terapiu.

Súčasná arteterapeutka **Rileyová**, ktorá pracuje predovšetkým s adolescentami, popisuje tzv. krátku terapiu (brief therapy approach). Orientuje sa akčne a jej prístup spočíva v tom, že klient nezotrváva v dlhodobej terapii založenej „na náročných psychologických procesoch prostredníctvom kontemplatívnej introspekcie“, ako to sama definuje (Riley, 1999, s. 238), ale ponúka klientovi krátkodobú arteterapeutickú intervenciu. Klienti sú v nej zapojení do tzv. externalizácie problému, vizuálnej ilustrácie do rozprávania o výtvarnom produkte tu a teraz. Riešenie problému sa akceleruje tým, že sa kombinujú vizuálne a verbálne schopnosti klienta. Takýto krátky alebo „rýchly“ arteterapeutický program vzniká čiastočne aj kvôli reálnym potrebám života, keď napríklad rodičia ale aj deti, ktorým bola arteterapia indikovaná, chcú vidieť výsledok čo najskôr. Samozrejme, že takýto spôsob terapie pripomínajúci „fast food“ nie je vhodný pre každého a môže mať aj krátkodobý účinok.

Hlavne u adolescentov v období puberty vidíme tendencie vyhýbať sa dlhodobým terapiám. Chcú uderiť na problém adresne, rýchle a nie tak, ako je to bežné v programoch orientujúcich sa na odkrývanie nevedomých obsahov v psychodynamickej terapii, keď sa hľadá patológia v klientovej psychike. Filozofiou dnešnej postmodernej arteterapie je deopatologizácia klienta a konštituovanie takých stratégií, kde sa počíta s jeho spoluprácou. Súčasné trendy v arteterapii zdôrazňujú, že klieť si má celý proces uzdravovania plne uvedomovať. Otvorený dialóg spoluvytvára terapeutický vzťah klienta a terapeuta aj spoločného nachádzania riešenia problému. Arteterapeuti orientovaní na spoločné riešenie problému musia byť ochotní akceptovať klientovu interpretáciu problémovej situácie, ktorá klienta práve doviedla do terapie.

Je to skutočne často tak, že napr. interpretácie adolescentov sú úplne odlišné od interpretácii dospelých. Ale potom, čo je arteterapeut ochotný počúvať klienta, je na dobrej ceste ku „vyjednávaniu“ o zmenách v jeho jednaní. Na hodnotenie arteterapeutického stretnutia je vhodné zaznamenávať si niektoré dôležité fakty a odpovedať si na nasledovné otázky:

- kedy sa problém objavil
- kde sa problém objavil
- ako sa problém manifestuje (gestami, slovami, sekvenciou činov)
- kto je prítomný vo chvíli, keď sa problém objaví - ako sa problém mení, potom ako sa zmenilo chovanie klienta
- ako vysvetľuje svoj problém klient
- ako poznáme, keď problém zmizne

Tieto otázky sa vedome nepýtajú na hlavný dôvod alebo pôvod problému, ktorý môže mať korene v rodinnom systéme alebo môže mať príčinu v rannom detsve klienta. Je dôležité aj to, aby bol deperzonifikovaný. Lebo vtedy narastá aj šanca na jeho vyriešenie. Klient často tvrdí, že problém bol prítomný vždy, vtedy musí prísť k vytvoreniu jeho transformácie. Nechcené problémy môžu vzniknúť z nevinnej udalosti. Ale aj zadanlivo malé zmeny v jednaní klienta môžu motivovať k pokračovaniu v procese uzdravovania.

Zásady arteterapeutického procesu spočívajú v tom, že terapeut berie vážne výtvarný produkt klienta a celý proces zdieľa s ním. Cestou **výtvarnej predstavivosti** vchádza do sveta klienta, komunikuje s ním **metaforickou rečou**, vytvorenou **zo symbolov** použitých v umeleckej reflexii klienta. Je dobré zamerať sa na nejakú časť, fragment, s ktorým sa dá v terapii pracovať, meniť ho.

Svoju „pravdu“ vyslovuje klient v arteterapii vizuálne. Je konkrétna, jej nosičom je vždy nejaké výtvarné médium alebo výtvarný materiál. Ten, kto vytvoril výtvarnú expresiu nie je „nádoba patológie“ ale nádoba expresivity. (Riley,1999). Je dôležité, že problém sa skutočne externalizuje vo výtvarnom produkte, prostredníctvom výtvarného média a materiálu. Tým, že sa na umelecký výtvar vytvárame z odstupu, z nadhľadu, ako na niečo, čo je už „vonku“, je to zhmotnené, dostávame ho do pozície oslobodzujúceho aktu. Umelecký artefakt, ktorý takto vznikne, je konkrétny, môžeme sa k nemu vracieť, brať ho do rúk, má svoju váhu, tvar, farbu a môžeme v ňom nachádzať vždy nové a nové dimenzie, významé pre pochopenie klienta.

Pre arteterapeuta je dôležité :

1. V priebehu arteterapeutického procesu archivovanie výtvarných prác klientov, na ktorých je viditeľný progres alebo regres vo formálnych aj obsahových kritériách v integrácii maľby, kresby, alebo plastiky, v bohatšej tématike, vo väčšom počte detailov, živšej alebo komplementárnejšej farebnosti, v zlepšení priestorového videnia, perspektívy, vo vedení istejšej línie.
2. Archivovanie autentických záznamov výpovedí klientov pred začiatkom intervencie, behom nej a na jej konci, ich komparácia a explicitné vyjadrenie zmien, ktoré sa prejavia“
 - v bohatšej slovnej zásobe, v dlhších vetách, v používaní prívlastkov, v originalite
 - v projektívnej sebareflexii
 - v schopnosti vyjadriť aktuálne emócie

- v zmene sebaobrazu
- postojov k sebe aj k druhým
- v premene sociálneho cítenia a konania
- v dosiahnutí integrity osobnosti jej rekonštrukcii
- lepšej integrácii postihnutého jedinca do spoločnosti zdravých

10 Ciele a cieľové skupiny arteterapie

Arteterapia je efektívnou liečbou u jedincov s vývojovým, telesným, mentálnym, sociálnym postihnutím, s telesnou alebo duševnou nemocou a podobne. Praktizuje sa napríklad na psychiatrických pracovništiach a v nemocniciach, v rehabilitačných strediskách, vo výchovných a vzdelávacích zariadeniach, v domovoch dôchodcov, vo foreznych inštitúciách.

Ciele, ktoré si arteterapia kladie, súvisia na jednej strane s tým, z akých teoretických pozícií vychádza, na druhej strane so situáciou a potrebami klientov, s ktorými pracuje, v neposlednej rade s ich vekom. Všeobecne sa delia ciele arteterapie na individuálne a sociálne.

K **individuálnym cieľom** patria uvoľnenie, sebaaprežívanie, sebavnímanie, vizuálna a verbálna organizácia (usporiadanie) zážitkov, poznanie vlastných možností, primerané sebahodnotenie, rast osobnej slobody a motivácie, sloboda pre experimentovanie pri hľadaní výrazu pocitov, emócií alebo konfliktov, rozvoj fantázie, nadhľad, celkový rozvoj osobnosti.

Medzi sociálne ciele patria vnímanie a prijatie druhých ľudí, vyjadrenie uznania ich hodnoty, ich ocenenie, nadviazanie kontaktu, zapojenie do skupiny a kooperácia, komunikácia, spoločné riešenie problémov, zkusenosť, že druhí majú podobné zážitky ako ja, reflexia vlastného fungovania v rámci skupiny, pochopenie vzťahov, vytváranie sociálnej podpory.

Benderová (1952) zdôrazňuje tieto ciele arteterapie u detí:

- pomáhať pri navodení kontaktu s dieťaťom,

- umožňovať nahliadnutie do jeho nevedomého života,
- znižovať jeho agresívne sexuálne napätie,
- vytvárať priestor pre vyjadrenie impulzívnej motorickej aktivity dieťaťa,
- napomáhať socializácii,
- podporovať integráciu osobnosti,
- formulovať hodnotnú klinickú správu o dieťati.

Najnovšie trendy v arteterapii dospelých vyjadrujú interdisciplinárne prístupy. Ciele arteterapie vidia v rekonštrukcii, integrácii a konštituovaní tvorivých cieľov, budovaní zodpovednosti za vytváranie vlastného života alebo životných plánov.

U všetkých vekových i problémových kategórií a skupín je potom cieľom arteterapie (Šicková, 1994) znovuvybudovať z rôznych dôvodov narušené prirodzené dispozície človeka-kreativitu, spontaneitu a schopnosť komunikovať so sebou samým, s druhými ľuďmi, s prostredím, v ktorom žije, chápanie života v jeho súvislostiach a jeho zmysluplné prežívanie.

Teraz uvediem príklady arteterapeutickej intervencie u rôznych vekových skupín populácie.

Ciele arteterapie podľa vekových kategórií

Deti

Arteterapia je s úspechom aplikovaná predovšetkým u detí, ktoré majú špecifické problémy neprospiievajú v škole, trpia poruchou pozornosti alebo inými problémami s chovaním, delikventné deti, deti s emocionálnymi problémami. Cieľom arteterapie je posilniť ich sebedomie, motiváciu detí učiť sa a sebakontrolu. Arteterapiou u detí s poruchami chovania sme sa zaoberali v diplomovej práci P. Bušovskej (1996) a M. Šalkovej (1997). T. Dalleová je známa ako arteterapeutka, ktorá dlhodobo pracuje s deťmi. R. Davido (2001) skúma detskú kresbu ako diagnostickú výpoveď dieťaťa.

Arteterapia v detských domovoch

Arteterapia pomáha týmto deťom eliminovať dôsledky citovej deprivácie, emocionálneho poranenia a traumatické udalosti a umožňuje pedagógom a terapeutom nahliadnuť do aktuálnych problémov detí.

Dospievajúci

Arteterapiu s adolescentami sa venuje Rileyová (1999). Domnieva sa, že arteterapia u tejto vekovej kategórie môže klientom pomôcť dostať sa z oblasti konkrétneho myslenia k mysleniu abstraktnému, môže budovať sociálne zručnosti, altruizmus, empatiu, rozvoj zdravej sexuality, obraz seba samého sa môže formovať smerom ku zdravej sebakritickosti. Kryštalizuje tak osobnosť adolescenta, proces dospievania je doprevádzaný schopnosťou reflektovať zmeny vo fyzickom, psychickom vývoji. Adolescenti sú mimoriadne citliví, zraniteľní, niekedy aj narcistickí, hľadajú pre svoj život vzory. Práca arteterapeuta sa zameriava na podporu klienta v nachádzaní vlastnej identity.

Pre prácu s adolescentami sa doporučuje vyberať nasledujúce témy:

- ako sa vidím
- ako ma vidia rodičia
- ako ma rodičia trestajú
- ako trestám ja rodičov
- ako by som sa potrestal, keby som bol svojim rodičom

Vhodné sú hlavne kolektívne práce, to znamená, že jeden obrázok kreslí viac osôb, ale každý inou farbou. Špecifická je arteterapia s adolescentami s mentálnou anorexiou.

Pre adolescentov je vhodné použiť tak dvojdimenzionálne výtvarné materiály (kresbu, maľbu, koláž, fotografiu ale aj trojdimenzionálne napr. hlinu, drevo.

Seniori

Arteterapiu so seniormi rozpracovala Langartenová. U tejto populácie je arteterapia aplikovaná pri cvičení krátkodobej pamäte, pre posilnenie vlastnej hodnoty, ako pomôcka rehabilitácie jemnej motoriky. Vhodná je najmä keramická hlina. Arteterapia pomáha seniorom v prispôsobovaní sa novej životnej situácii, poklesu fyzických síl, strate zdravia, špecifikám dôchodkového veku a s ním spojeným zmenám v sociálnej a ekonomickej oblasti.

Hlavné stratégie arteterapie so seniormi sú v práci s klientom v jeho momentálnom aktuálnom probléme, práca technikami a médiami, ktoré zodpovedajú veku klientov. Hlavným cieľom je posilnenie zmyslu pre dôstojnosť. Arteterapia so seniormi sa snaží aktivizovať zostatky ich vitality, flexibility, stimulovať ich kreativitu.

Arteterapiou so seniormi sa zaoberá lekár a arteterapeut Smidka (1997) .

Arteterapii s pacientami trpiacimi Alzheimerovou chorobou sa venuje M. Veselovská (2002), ktorá uvádza nasledujúce rysy charakteristické pre ich výtvarné prejavy:

- výrazne predĺžené tvary objektov
- chaotické usporiadanie objektov
- prechod od realistického zobrazovania konkrétnych objektov k ich lineárnemu zobrazeniu fragmentálnym štýlom
- ornamentalizácia
- väčšie úspechy v kolážových technikách

11 Niektoré indikácie arteterapie

11.1 Sociálne problémy

11.1.1 Arteterapia s týranými a sexuálne zneužívanými deťmi

„Asi 400 detí na Slovensku je každoročne evidovaných ako nové obeť týrania, je to však len zlomok počtu prípadov, ktoré sa stanú v skutočnosti. Podľa policajných štatistík je každý rok sexuálne zneužitých asi 500 detí, aj to je však len asi jedna desatina skutočných prípadov. Zdravotnícke štatistiky síce evidujú všetko, počnúc týfom, ale kolonka, kde by sa sledovali fyzicky týrané deti neexistuje. Učítelia, rodičia, psychológovia či pediatri nemajú na seba takmer žiadne vzájomné kontakty. A tak sa o fyzickom týraní, či sexuálnom zneužívaní detí často nikto nedozvie. A tak dieťa ostáva bezbranné, opustené so svojím problémom.“

(Úryvok z dennej tlače, SME 11. 10. 1997)

Tento citát z novín, presvedča o tom, že je treba o tejto aj dnes tabuizovanej téme hovoriť aj v rámci arteterapie.

Syndróm týraného dieťaťa sa začal v zahraničnej literatúre používať v 60-tych rokoch 20.storočia. Veľkou mierou k prelomeniu mlčania o tejto problematike prispelo aj umenie. Kniha – román Vladimíra Nabokova, ruského emigranta do USA, Lolita, ktorý vyšiel v roku 1958, šokoval verejnosť odvahou autora opísať príbeh sexuálneho devianta a zároveň nevlastného otca a 12-ročného dievčatka Lolity, sexuálne zneužívanej nevlastnej dcéry. „Umenie je hra, ktorá vystužuje svet pletivom zmyslov“, píše v doslove knihy Václav Jamek, umenie tvorí akúsi výstuž sveta. Je metaforou, ktorá často odhaľuje pravdu.

Lolita vzbudila najprv škandál. Dnes má okrem umeleckého zážitku pre pedagóga, psychológa, či terapeuta aj iný význam. Ten tkvie v ponore umelca do psychiky sexuálneho devianta, trpiaceho depresiami v márnom hľadaní naplnenia svojho určenia. Odkrýva hlavne pohľad do duše týraného, sexuálne zneužívaného a skazeného dieťaťa.

Nechcem sa však zamerať len na to, ako umenie pomohlo prelomiť mlčanie o tejto háklivej téme, ako to často len umenie vo svojej jedinečnosti vie robiť, ale hlavne na to, ako umenie, tentoraz výtvarné, výtvarná expresia populácie sexuálne zneužívaných

detí môže pre informovaného a citlivého pedagóga či vychovávateľa priniesť potrebné a cenné správy o takom závažnom fakte, akým sexuálne zneužívanie nesporne je. Tieto informácie a správy, ktoré nie sú často dostupné cez verbálnu komunikáciu, pre existenciu akejkoľvek autocenzúry, vyplávajú na povrch cez výtvarnú reč. Výtvarná expresia môže byť kľúčovým faktorom v úspešnej arteterapeutickej intervencii.

Najprv uvediem niektoré charakteristické črty týchto detí. Obyčajne manifestujú regres v správaní. Buď sú utiahnuté alebo mrzuté, melancholické, citovo prázdne. Sexuálne zneužívanie má dlhodobý vplyv na detské sebahodnotenie a sebavedomie. Deti majú extrémne nízky obraz seba identifikujú sa s pokazeným tovarom. Dieťa nesie v sebe pocit viny, špiny, deštrukcie, necelistvosti, nenávisť k istým častiam svojho tela. Niekedy sa tieto deti prejedajú a sú obézne alebo naopak veľmi chudé. Takisto ich chovanie je tiež často rozporuplné, buď majú slabé sociálne cítenie alebo sa správajú až príliš dospelé. Svoju nedôveru k dospelým často manifestujú prílišnou úslužnosťou, povolnosťou, dokonca zvädzaním, ale aj suicidálnymi pokusmi, slabými výsledkami v škole, neschopnosťou nadviazať priateľstvá. Americká arteterapeutka Malchoidi uvádza, že niektoré z týchto detí trpia posttraumatickým stresom podobným vojnovým veteránom. Typické prejavy týchto detí sú odcudzenie, nočné mory, desivo sa opakujúce sny. Dochádza u nich k poruche osobnosti. U väčšiny prípadov viacnásobnej poruchy osobnosti u dospelých sa zistilo, že prežili zážitok zneužívania, formou incestu.

Keď začne arteterapeut pracovať s takýmito deťmi, mal by brať do úvahy všetky tieto skutočnosti.

Umelecká expresia, najmä kresba môže byť prvým krokom k prelomeniu bariéry mlčania o traumatickom zážitku. Najdôležitejšie bude, aby arteterapeut vytvoril atmosféru dôvery a istoty. Dieťa má dostať slobodu pre vyjadrenie svojich citov. Hnev je jednou z reakcií dieťaťa na traumatický zážitok. Aj masívny hnev je možné ventilovať v kresbe, maľbe, najmä však v práci s hlinou. Hlina je veľmi vhodný materiál pre jej veľkú expresívno-výpovednú hodnotu, nesie v sebe možnosti pohybu, zmeny, deštrukcie aj integrácie. Dieťa by malo pomocou arteterapeutickej intervencie zmeniť obraz o vlastnom tele. Vhodná je technika obkresľovania svojho vlastného tela. Kresba v životnej veľkosti má diagnostickú aj terapeutickú hodnotu zároveň. Je vhodná na integrovanie zažitej traumy a užitočná pre determináciu sexuálne zneužívania. Má aj didakticko-výchovnú hodnotu učenia detí o ich vlastných telách

Na základe výskumov kresieb zneužívaných detí uvádzajú terapeuti z USA i Anglie niektoré znaky, ktoré sú prítomné aj v kresbách slovenských detí z môjho výskumu. Je to dôkazom toho, že archetypy násilia sú totožné ignorujú hranice i kultúrne pozadie obetí.

Varovné znaky v kresbách a maľbách týraných a zneužívaných detí som sformulovala nasledovne:

- kresba postavy s nohami príliš od seba (pocit zraniteľnosti)
- telá sú bez rúk, bez ramien (neschopnosť odolávať násiliu)
- postavy oblečené v sexi šatách
- tváre s dlhými mihalnicami
- hlavy bez tiel
- telá bez spodnej časti – ignorovaná spodná časť – odmietnutie genitálnej oblasti
- disorganizácia častí tela
- obkolesenie, uzavretie postavy
- časté použitie červenej a zelenej a iných kombinácií komplementárnych farieb tam, kde sú
- nezvyčajné (červené dvere a okná na domoch)
- umelecký regres kresby
- kruhy, klíny
- srdcovité tvary
- slzy, dážď

V umeleckej expresii sexuálne zneužívaných detí sa tajné zrazu stáva hmatateľným. Deti reflektujú svoju traumu, zničia ju a znovuvybudujú si svoj nový svet. Tým nevyhnutne budujú a reformujú seba.

Umenie a agresivita sú vo svojich efektoch je na protihľých póloch. Tento fakt v dnešnom svete plnom násilia dáva umeniu nesmierne šance.

V USA, kde je profesia arteterapeut etablovaná ako taká, ktorej služby sú klientom platené zo sociálnych a zdravotných poisťovní a arteterapeuti sú akceptovaní a prizývaní ako súdni znalci v prípadoch podozrenia na sexuálne zneužívanie, sú odborné posudky arteterapeutov vítaným príspevkom v hľadaní pravdy v tejto veľmi háklivej a boľavej problematike, ktorá si vyžaduje zjednotenie úsilia profesionálov z oblasti medicíny, súdnictva, psychológie i kriminalistiky. Proces eliminácie prežitej traumy u dieťaťa ako aj potrestanie agresora má byť účinný a konsekventný.

Je však možné dopustiť sa aj omylov. Preto je nesmierne dôležité neunáhliť sa vo vyslovení podozrenia na sexuálne zneužívanie. Až dlhoročné skúsenosti a samozrejme profesná kvalifikácia v obore arteterapia sú zárukou zodpovedného prístupu k tejto problematike, hoci treba úprimne priznať, že stále tu existuje reálne nebezpečenstvo nesprávnej diagnostiky. Jej následky by boli nedežierne.

Uvediem niektoré skúsenosti v tejto oblasti, hoci zaručené recepty, ako odhaliť týranie a zneužívanie v kresbe, či maľbe alebo v trojrozmernom výtvarnom výtvore nemám. Každá kresba musí byť posudzovaná v kontexte dieťaťa, každý z skôr uvedených znakov sa môže vyskytnúť v modifikácii, ktorá je jedinečná, a preto aj jej dekódovanie si vyžaduje jedinečný prístup a jedinečnú múdrosť a prezieravosť.

Vo výskume, ktorý som začala realizovať pred 10-mi rokmi, sa mi podarilo archivovať niekoľko desiatok kresieb detí, u ktorých dokazateľne došlo k týraniu alebo zneužívaniu. Stáva sa, že mi výtvory detí prinesú moji študenti po absolvovaní praxe v niektorom zo zariadení. Napríklad v prípade 12 ročného chlapca, ktorého séria kresieb sa mi dostala do rúk prostredníctvom môjho študenta, pôvodne úlpne v iných súvislostiach, sa môj predpoklad o zneužívaní skutočne potvrdil. Osobne som navštívila ústav sociálnej starostlivosti v istom regióne Slovenska, kde chlapec žije a po súhlase ústavného psychológa som nahliadla do písomnej anamnézy chlapca. Bol umiestnený do ústavej starostlivosti pre ohrozenia mravnej výchovy a sex.zneužívanie.

Osem rokom pracujem s dnes už s 17 ročným dievčaťom, ktoré bolo týrané vlastným otcom a po smrti matky žije v ústave socialnej starostlivosti. Je nielen emocionálne narušené, ale i telesne postihnuté a donedávna trpela inkontinenciou, ako následkom týrania. Jej správanie osciluje na dvoch póloch: raz je mimoriadne rozpustilá, až neprirodzene výzývavá a hlučná, inokedy je nesmierne plachá, utiahnutá, bojzlivá.

Trvalo skoro rok od nášho prvého stretnutia, kým bola schopná so mnou navaizať očný kontakt. So začínajúcou pubertou bola práca s ňou ešte náročnejšia. Často vymodeluje zdeformovanú postavu, tzv.monštrum, ako výtvor sama nazýva. V jej kresbách i v soškách sa prejavili niektoré so spomínaných znakov týraných detí. Najviac sa opakujú srdcovité tváre bez tiel, v kombinácii červená a zelená, slzičky, (vyrýpala ich dokonca do reliefu tváre) zdeformované postavy, bizarné tvary, kruhy v kresbe tváre, ktoré sa nedajú identifikovať s nijakým orgánom, sú akoby navyše.

V arteterapeutickej intervencii s touto klientkou sa snažím najmä o posilnenie jej sebavedomia cez zážitok úspešnosti, vedome budujem náš vzťah nielen už na vizuálnom kontakte, ale aj na telesnom dotyku (krátke objatie na začiatku stretnutia a na konci, ktoré by ešte pred pár rokmi boli pre klientku celkom nepriateľné.) Hmatové pocity budujem cez modelovanie z hliny. V tomto médiu sa dievčatko postupne začína prebúdzat' ku spontánnosti. Pri našich prvých stretnutiach pred 8 rokmi hlinu až hystericky odmietala. Dá sa predpokladať, že to bolo spojené aj s asociáciami so stolicou, s ktorou mala dlho problémy .

11.1.2 Arteterapia so sociálne znevýhodnenými (Rómovia)

Rómske deti a mládež tvoria podstatnú časť tzv.sociálne handicapovaných. Súčasná spoločnosť si uvedomuje, že postupne zlyhali snahy materialistického filantropizmu, agresívneho rasizmu, charitatívneho filantropizmu alebo pštrosieho separatizmu v minulosti uplatňovaných pri výchove a vzdelávaní Rómskych detí (Fliegel,1992).Výchova a vzdelávanie Rómov je obrovským, často neriešiteľným problémom. Iste to súvisí najmä s nízkym až úplne absentujúcim ocenením vzdelania v hodnotovom systéme rómskej rodiny. Mnoho odborníkov sa ale domieva, že práve vzdelanie vrátane výtvarného, by mohlo byť cestou k zmenám, k zlepšeniu života Rómov. Problematika rómskej populácie vo vzťahu k arteterapii je veľmi široká a zaslúžila by si samostatnú publikáciu.Rómskych detí, ktoré sú odkáznú na pomoc spoločnosti stále pribúda, v ústavnej výchove tvoria až polovicu celej tejto populácie, v niektorých regiónoch je to dokonca ešte väčšie percento.

Je evidentné, že Rómske deti disponujú zvláštnou mierou farebného videnia často sú aj mimoriadne manuálne zručné, ovšem samozrejme ak netrpia symptómami ADD alebo inými handicapmi jemnej motoriky.

Rómske matky svojim novorodencom intenzívnejšie ododvzdávajú signály kontaktu tela a kože, podobne ako to je aj u ostatných tzv. prírodných národov. Komunikačné signály-dotyky, držanie tela, napätie, vibrácie, rytmus, tempo boli pre deti jedinečnou komunikáciou a oni sa stali citliví na tento dotykový ekvivalent komunikácie. Nedostaok týchto podnetov napr. u detí z kojeneckých ústavov môže vysvetľovať neobyčajný záujem rómskych detí v neskoršom veku o modelovanie z hliny.

Arteterapia s rómskymi deťmi ponúka širokú škálu techník a metód. Lebo aj história Rómov je bohatá na prípady mimoriadne nadaných jedincov. V minulosti sa na Sloveksu venovali Rómovia košíkárstvu, kováčstvu a korytárstvu. Pre tento „genetický predpoklad“ je preto u Rómov prostredníctvom umeleckých aktivít možné intervenovať a dosiahnuť výchovné i edukačné ciele, ako aj pôsobiť na hodnotová rebríček detí a sprosterdkovať im etické a morálne zásady. Z diagnostického hľadiska má arteterapia v tejto populácii možnosti monitorovania týrania a zneužívania.

11.1.3 Ďalšie sociálne indikácie arteterapie

M. Liebman (1994) popisuje arteterapeutický proces u klientov vo väzniciach. Pomocou umeleckej reflexie sa klienti snažia prokonať nahromadené pocity zo straty slobody, emocionálnu depriváciu a izoláciu. Umenie je tu mostom, ktorý spája, padajú fyzické i metálne bariéry. Agresivita, hnev, nenávisť sa sublimujú do výtvarnej podoby, ktorá je často veľmi expresívna. Tam, kde predým komunikácia viazla, je potom možné iniciovať rozhovory o problémoch uväznených. Pre väzneného je totiž dôležité vnímať fakt, že existujú časti jeho osobnosti, ktoré ostali nedotknuté a zdravé. Tento fakt pôsobí pozitívne na jeho prežívanie vo väznici, hoci za mrežami. Laing (1975) popisuje arteterapeutickú prácu vo väznici v Glasgowe, kde trestanci odsúdení za najťažšie tresty, za vraždy, tvorili v rámci arteterapie svoje sochy z tvrdého kameňa.

V Čechách sa tejto práci prakticky venuje V.Horváth absolvent Ateliereu arteterapie v Českých Budejoviciach.

Arteterapiou s drogovou závislosťou sa zaoberá viacero autorov. Hlavným cieľom arteterapie u tejto populácie je transformovanie autoagresívnych pocitov do sociálne a spoločensky akceptovateľnej podoby, možnosť sebavyjadrenia, aktivizovanie tvorivého potenciálu.

Arteterapiou so závislosťou na alkohole sa zaoberá Kyzour.

H.Wadeson (2000) ponúka poznatky z nepublikovaného výskumu W.Pollackovej, ktorá vytvorila arteterapeutický program pre pacientky s AIDS.

Hlavnými cieľmi u tejto populácie je prelomenie izolácie, zmiernenie depresí i z obáv straty kontroly nad svojim životom.

11.1.4 Arteterapia s duševnými poruchami

Americký arteterapeut Roy Ruygen rozprával nasledujúcu príhodu.

Jedného dňa prišiel k nemu do pracovne pacient s diagnózou schizofrénia. Na stene zbadal obrázok, ktorý namaľoval iný pacient s tou istou diagnózou. Obrázok bol abstraktný s geometrickými tvarmi a ornamentami, pokrýval celú plochu výkresu. Prichádzajúci pacient sa usmial, ukázal rukou na obrázok a povedal: „To je ale vydarený portrét doktora B“. Štruktúra obrazu sa v jeho vnímaní stala jasným portrétom psychiatra, ktorého Ruygen skutočne poznal. Uvedomil si, že obrázok tohto pána naozaj vystihuje.

„Tak som sám na zemi a nemám viac brata, blízkeho priateľa, iba seba samého“.

(Rousseau)

„Byť na zemi a nemať ani seba samého“.

J. Švantner (v doslove ku Beaudlerovým Kvetom zla)

V supervízii som sa stretla s obrázkom pacienta s ťažkými depresiami po elektrošoku. Bol na ňom nakreslený prázdny pohár. Autor obrázku ho komentoval slovami: „cítim sa takýto prázdny ako tento pohár“.

Príčiny psychických porúch sú rôzne. Jednou z nich je aj to, že sa v súčasnej spoločnosti stále viac prehľbuje odcudzenie človeka, odcudzenie od prírody, druhých ľudí, dokonca od seba samého.

Arteterapia s psychicky chorými pacientami aj dnes, tak ako aj v minulosti prináša veľa fascinujúcich artefaktov. Zdá sa, že kreativita duševne chorých je patologickým procesom nedotknutá, ba často je ešte preexponovaná. V dejinách umenia ale existujú príklady, kedy výnimoční umelci trpeli duševnou poruchou (V. Van Gogh, E. Munch). Obaja sa liečili aj na psychiatrických klinikách. Eduard Munch vyjadril svoju životnú situáciu nasledovne: „Bez bolesti a prítomnosti smrti by bol môj život ako čln bez vesiel“. Po vyliečení jeho tvorba nebola už zd'aleka taká pôsobivá ako v časoch jeho nemoci. Je známe, že práve pri schizofrénii umelecké schopnosti vzrastú. Zdá sa, že sa jedná o pozitívnu reakciu na zážitok rozpadu „Ja“.

Iná nemecká arteterapeutka hovorí, že schizofrenici žijú v rajskej záhrade, no problém je, že nemôžu z nej vyjsť von.

„Vedela som zo svojej vlastnej skúsenosti, že umelecká činnosť v zaťažujúcich životných situáciách vnútorné sily mobilizuje, obnovuje a osviežuje“.

(Lechner 1989)

Arteterapia s psychiatrickými pacientami si kladie za cieľ pomôcť týmto ľuďom cez umeleckú tvorbu reflektovať svoje problémy, hnev, depresiu, chaos, strach, zúfalstvo a takto zhmotnené integrovať ich ako súčasť seba. Pacienti často nevedia vysvetliť svoj vlastný hnev, no ak ho namaľujú sú schopní ho komentovať. Umelecká reflexia slúži ako most medzi pacientovým vnútorným prežívaním a ním samým k lepšiemu pochopeniu svojej situácie. Arteterapeutovi slúži k zmapovaniu problému pacienta, nachádzaniu cesty k pomoci, k náprave ku konkrétnemu riešeniu. Obrázok pacienta, ktorý sa oddelí z jeho nevedomia má tú výhodu, že ho môžeme znovu a znovu vnímať. Je dôležité a vhodné archivovať série kresieb pacientov. Takáto evidencia je hmatateľnou dokumentáciou vývoja choroby, či už v pozitívnom alebo negatívnom zmysle vývoja. Výtvarná reflexia nemusí byť poplatná zákonom logiky, ani času a perspektíve. Práve takáto forma výrazu môže lepšie vyjadriť pocity pacienta, jeho aktuálny stav.

Duševne postihnutí ľudia sú handicapovaní aj v oblasti sociálnej a spoločenskej, nielen v oblasti intelektuálnej. Nechápu kontext svojho života, sveta. Ich intelektuálne obmedzenia sú príčinou ich ťažšej prispôsobivosti a nie sú schopní pochopiť schémy a štruktúry sveta. Je dôležité vedieť, že poškodenie pravej mozgovej hemisféry spôsobuje zlé priestorové chápanie. Pri poruche ľavej hemisféry je typická porucha následnosti, sekvencií súvislostí. V prípade týchto porúch sa snažíme pomocou arteterapie rehabilitovať a kompenzovať tieto nedostatky. Je vhodné napríklad nakresliť svoju cestu domov. V prípade porúch následností alebo kontinuity časovej sa pomocou procesu modelovania, sušenia, pálenia, glazovania a znovu pálenia podarilo napríklad čiastočne rekonštruovať zbytky týchto daností u 15-ročného chlapca. Chlapec rád modeloval a hoci nechápal kontinuitu v čase (t.j. čo je dnes, o týždeň), pomocou procesu pálenia v keramickej peci u neho nastal náznak pochopenia časovej nadväznosti, plynutia času v tomto konkrétnom prípade, na ktorom bol emotívne silne zainteresovaný.

Arteterapia s klientami s duševnými poruchami je jednou z najrozsiahlejších a najatraktívnejších oblastí arteterapie. Množstvo diagnóz a veľký počet tých, ktorí pracovali a pracujú v tejto oblasti pomocou rôznych prístupov, by si zasluhovali samostatnú publikáciu.

„Som posadnutý takým vytržením a záchvatom, že mi z hlavy vypadáva obraz!“

Takto vysvetľuje svoju potrebu vyjadriť sa výtvarnou tvorbou jeden z pacientov s duševnou poruchou. (Žiak, 1975). Tento výrok akoby potvrdzoval názor o nevedomej tvorbe duševne chorých ako o niečom novom, čo sa náhle vynára a vzniká z nemoci a niekedy aj spontánne zaniká pri zlepšení stavu.

Závažnosť obsahovej aj formálnej stránky výtvarného prejavu duševne chorých si uvedomujú psychiatri, psychológovia aj arteterapeuti, pretože je zrejmé, že poukazuje veľmi špecificky na symptomatológiu ochorenia. Chronologický sled kresieb môže poskytnúť arteterapeutovi záznam o priebehu a vývoji choroby.

Pokúsím sa predstaviť niektoré princípy zo skúsenosti odborníkov, ktorí sa touto skupinou ľudí zaoberajú. V nasledujúcom texte sa zameriam najmä na arteterapiu pacientov s psychotickými poruchami, najmä na schizofrénnych pacientov a pacientov s poruchami osobnosti.

Aj keď v širšom zmysle slova patri do tejto skupiny klientov s duševnými poruchami aj jedinci s pervazávnymi vývojovými poruchami (najmä s autizmom) a mentálne retardovaní klienti. O nich budem písať v nasledujúcich podkapitolách.

H.Prinzhorn (1930), ktorý celý život bádala v oblasti výtvarného prejavu duševne chorých, tvrdila, že sa títo pacienti vo svojich spontánnych výtvoroch snažia interpretovať svoje nové psychické skutočnosti pomocou bludných konštrukcií. Výtvarná forma je pre nich o mnoho adekvátnejšia, ako forma reči a písma. Výtvarný prejav je u tejto populácie najvladnejší práve chorým na schizofréniu, často je pre nich jediným dorozumievacím prostriedkom, pretože ich verbálny prejav je neštrukturovaný, nezrozumiteľný. Podobne ako to je aj u autistických pacientov.

Analýze a interpretácii prác schizofrénnych jedincov sa venovali Rennert (1968), Syrišťová (1968), Kúdelová (1965), Žiak (1972), Wiedmann (1972) a Albrichtová (2000).

Ciele arteterapie u pacientov s duševnými poruchami

- príležitosť sublimácie negatívnych zážitkov
- umožnenie korekcie neprimeraných, predčasných, zmätených záverov a udalostí vo vlastnom živote, ktoré vedú k zmätenému chovaniu
- poskytnutie reálneho pohľadu na svoju chorobu -ponúknutie vízie zmien a chápanie udalostí aj nádej na vyliečenie

Arteterapia tu slúži na zmapovanie problémov klienta, k nachádzaniu cesty pomoci, k náprave, ku konkrétnemu riešeniu.

Vnímanie vlastného tela je významné v arteterapii s psychotickými pacientami.

22 ročná psychotická pacientka Mary graficky znázornila svoje pocity dezintegrácie nasledujúco: Do poličky poukladala jednotlivé časti svojho tela: ruku, nohu, prsia, mihalnice, hlavu, akoby to nebola jednotná ľudská bytosť. Nazveme to záložňa ľudských protéz, náhradných dielov prichystaných v poličkách, akoby čakali na moment, kedy sa znovu zjednotia.

Schizofrénia je považovaná za dezintegráciu mysle. Uvediem ešte jeden obraz..Pri akútnej psychóze je to podobné, ako keď sa pri zemetrasení rozpadá dom. Jeho časti sa stávajú dezintegrované, hoci stále existujú. Detská izba sa zrazu ocitne pod ťažkým závalom starších vrstiev budovy.

V našom kontexte to znamená, že psychotickí pacienti sa vracajú k menej dospelým stupňom vývoja svojej osobnosti. Produkujú potom výtvary podobné detským (transparentnosť, návrat až ku archaickým tvarom až po paleologické myslenie).

V procese dezintegrácie osobnosti sa objavujú určité symptómy. Predovšetkým je to neschopnosť rozlíšiť medzi fantáziou a realitou, už spomenutý regres v myslení i vo výtvarnej tvorbe, narušenie myslenia, neschopnosť abstraktne uvažovať, ale hlavne narušenie body imidžu – obrazu tela a s tým spojenú zmenu motorického správania. Jednanie je nespojité, rigidné, inkonzistentné. Neschopnosť rozlišovať, čo je realita a čo je fantázia, ktorá vzniká ako následok halucinácií spôsobuje, že sa pacienti sťahujú z reality do svojho sveta, pretože nie sú schopní uniesť svoje reálne problémy. Vo výtvarnej produkcii schizofrenikov je toto viditeľné vo fúzii, nezlučiteľnej koalícii plnej rozporov.

Je bežné, že v ich tvorbe hlava vyrastá z iného „údu“, nie z krku, ľudia majú zvieracie telá, telá sú dezorganizované, akoby boli poskladané náhodne. Pripomína to detskú hru keď jeden kresliaci nakreslí hlavu, trup dokreslí druhý autor a nohy tretí. Vzniknú tak bizarné tvary, akýsi zvierací ľudia. Takéto kresby schizofrenikov pojikujú problémy ich autorov v identifikácii Ja a Ja v relácii k svojmu okoliu.

Nedokážu rozlíšiť seba ako ich vlastné Ja. Toto spôsobuje neschopnosť identifikovať sa so svojimi vlastnými skúsenosťami, ale aj neschopnosť premietat' seba do potrieb a citov iných a preto vytvoriť sociálne vzťahy. Schizofrénnym pacientom chýba často empatia. Je to dokumentované v ich výtvarných produktoch, keď ich postavy sú strnulé, akoby zmeravené a oni sami v reálnom živote nedokážu urobiť pohyby a skutky, ktoré sú koherentné.

Psychiatri dokumentujú túto svalovú strnulosť v tušení dvíhania bremena u schizofrenikov. Znamená to, že keď sa zdravý človek chystá zdvíhať bremeno, jeho svaly sa sťahujú, pripravujú na akt dvíhania. U schizofrenikov kontrakcia svalov protirečí pocitom pri zdvíhaní.

Svalové napätie pri modelovaní, telová skúsenosť, priestorové korelácie, proporcie, možnosť korekcie, schopnosť prijať inštrukciu terapeuta, haptická skúsenosť a stimulácia ovplyvňujú aj vnímanie vlastného tela u schizofrenikov. Súčasný arteterapeut Petzold vyčíta psychoterapii, že odcudzila človeka od jeho telesnosti. Sám vyvinul intermediálne prístupy v terapii založené na telovo orientovaných postupoch a metódach. Modelovanie je jednou z nich. Zdôrazňuje klientovu vlastnú skúsenosť z práce svojich rúk a jeho reakciu na ňu. Princíp arteterapie tkvie v tom, že si terapeut všíma nielen výsledný produkt, ale aj proces, počínanie si pacienta pri tvorbe. Nasledujúca skúsenosť ilustruje dezintegráciu autistickej osobnosti vo vzťahu ku svojmu obrazu tela. 40 ročný autista, mentálne retardovaný, pri modelovaní reliéfu si pri práci zastal tak, že vytváral reliéf otočený k nemu bokom. Pri písaní tohto textu si uvedomujem, že z môjho pohľadu je dokonca ťažko slovne vyjadriť pozíciu modelujúceho vo vzťahu k jeho výtvoru. Hoci táto až akrobatická póza bola pre neho pohodlná a akceptovateľná.

Máme pred sebou obraz ľudskej postavy fragmentálny, rozpadnutý. Kúsky duchovna, telesna, emocionalita i sociálnych vzťahov. Arteterapeut pozbiera obrazne tieto kúsočky z ľudskej trosky, ruiny, vloží ich do pomyslenej nádoby – umenia, ktoré predstavuje spiritualitu, pretože je to práve spirituálna rovina, ktorá je integrujúca a len cez spiritualitu človek – pacient, znovu získa tvar svojej celistvosti, celistvosť celej svojej osobnosti. Trochu podobne ako to bolo v alchýmii pomocou procesu sublimácie alebo koagulácie, ktoré v nádobe s fragmentami prebehnú, môže sa osobnosť pacienta znovu zjednotiť.

Hlava človeka predstavuje mentálnu, duchovnú rovinu.

Jeho telo – trup somatickú, telesnú rovinu.

Srdce – duševnú, emocionálnu rovinu. Všetky musia byť integrované.

Rada by som teraz uviedla dve kazuistiky, ktoré demonštrujú možnosť meniť seba obraz psychotických pacientov pomocou arteterapie. Jeden je z praxe Lowenfelda a druhý je z mojej vlastnej praxe. Majú v sebe niečo príbuzné. Prvá je 13 ročná Viera, diagnóza hraničný prípad schizofrénie. Kreslí tie isté typy figúr, stereotypy, postavy z profilu, dáva im rozprávkové mená, uniká z reality, točí sa v kruhu tých istých myšlienok. Neznesie telesný kontakt. Pri terapii bola pozvaná hrať sa s inými deťmi, kde bol dôraz na telesný kontakt – ťahanie jeden druhého. Cieľom bolo iniciovať jej

bližší vzťah k sebe. Bola postavená do stredu medzi dve deti, ktoré skúšali kto je silnejší – tlačení Vieriných ramien z oboch strán. Viera mala pritom zažiť, že má dve strany, ktoré sú obe dôležité. Hra sa opakovala. Ešte viac pritom bolo akcentované stláčanie jej rúk. Až po tomto telovom zážitku pri kresbe opustila stereotypný profil a nakreslila dve ruky, ktoré sa držia. Jasne to kopírovalo proces – akt stláčania. No opäť sa tam objavil profil. Papier bol pre ňu malý a keď dostala väčší, nakreslila dve postavy z profilu a jednu sediacu z profilu oproti. Objavila sa už teda nejaká relácia medzi dvoma postavami. Nakoniec nakreslila tri postavy a jedna z nich bola spredu. Pochopila tak priestorový vzťah medzi nimi. Cez stimuláciu telesných pocitov vyjadrila dôležitosť oboch strán svojho tela. Mená, ktoré napísala nad postavy boli už reálne a nie rozprávkové.

Dávid

26-rokov, diagnóza hraničná forma osobnosti. Od 14 rokov sa objavujú u neho psychické problémy. Viackrát sa pokúsil o sebevraždu. Narodil sa ako dvojča. Jeho brat je úspešný študent. Dávid má vzťah k výtvarnému umeniu, pracujem s ním niekoľko rokov. Na posledných stretnutiach maľoval obrazy na tému: cesta, svetlo, človek, hlas a obrázky na ľubovoľnú tému. Na jednom z posledných stretnutí som mu zadala tému „Dvojčatá“. Pri tejto téme evidentne vyjadril svoj problém. Seba namaľoval spolu so svojim bratom v kruhu plávajúc ako embryo, brat je červený, Dávid je zeleno-modrý. Prostredie plodovej vody na jeho strane je zelené. Modrá farba tu evidentne vyjadruje existencijnú úzkosť autora. Verbalizoval to tak, že jeho brat bol o viac ako kilo ťažší, keď sa narodili. Postavy okolo stredu sú najprv obrátené k sebe tvárou, z profilu, potom „cirkulujú“. Dávid je vždy tmavo-modrý z profilu. Jeho brat je červenej farby, ktorá v tomto kontexte môže symbolizovať životnú silu a energiu. Poprosila som Dávída, aby namaľoval seba s bratom za stolom. Znovu namaľoval tmavomodrú postavu so sklonenou hlavou z profilu, s ktorou sa identifikoval. Naproti nemu sedí ženská postava údajne bratova priateľka. S bratom, hoci žijú v jednej domácnosti nekomunikuje.

Na ďalšom stretnutí som poprosila Dávída, aby vymodeloval seba a brata za stolom. Sama som si sadla oproti nemu za stôl a radila mu ako má technicky zvládnuť zadanú

tému. Postupne modeloval podstavu, stôl, stoličky. Potom modeloval seba, trochu schúleného, hlavu opäť sklonenú, príliš dlhé ruky. Stále sme sedeli oproti sebe a rozprávali sa. Dávid navštevuje psychoterapiu už viac rokov. Sám ovláda už odbornú terminológiu, hovorí, že si raz prečítal v svojej lekárskej správe, že má ploché city. Často opakuje svoje obavy z toho, „že nemá myšlienky“. Inštruujem Dávída, aby skrátil ruky na svojej postave. Je schopný prijať túto inštrukciu, jeho modelovanie sa zrazu zakceleruje, dokončuje scénu v krátkom čase. Svoju postavu vyrovnal, sedí teraz spriamene, v rukách drží cigaretu. Oproti nemu sedí jeho úspešnejšie dvojča, pije pivo a prijíma ponúknutú cigaretu z rúk Dávída, hoci v skutočnosti údajne nefajčí. K stolu rýchlo vymodeluje Daniel ešte futrál od gitary. Brat má hudobnú skupinu. Daniel verbalizuje svoje pocity nasledovne „cítim sa teraz veľmi ľahko, cítim ľahkosť bytia, mám myšlienky“. Jeho postava, ktorá vyjadruje jeho samého je evidentne integrovaná. Je schopná vnímať, všímať si aj zobrazit' svoje okolie (detaily, šálky, pivový pohár). Proces uvedomenia si vlastnej identity, svojho ja ako rovnocenného partnera svojho brata, sediaceho za jedným stolom a nie viac ako bezmocného plávajúceho zárodka.

Psychózy

Väčšina psychiatrov sa domnieva, že schizofrénia je syndróm, ktorý vzniká z mnohých psychotických podmienok, nie iba z jednej. Odborníci sa zhodujú v tom, že schizofrénii je za určitých okolností ťažko rozlíšiť od organických a mentálnych porúch, pretože jej prejavy sú podobné ako u ľudí trpiacich senilitou, alkoholizmom, drogovou závislosťou a mániou. Schizofrénia je podľa H. Wadeson formálna disorganizácia osobnosti, myšlienkový zmätok. Sú známe formy akútnej a chronickej schizofrénie. Niektorí odborníci sa domnievajú, že príčina schizofrénie môže tkvieť v zlyhaní v odpovedi na rodičovské očakávanie. Vo vývoji tejto choroby teda hrajú veľkú úlohu rodinné vzťahy, sociálne, kultúrne, ale aj genetické, enviromentálne a biochemické korelácie. Arteterapia v intervencii u týchto pacientov dáva okrem príležitosti sublimácie negatívnych prežívaní možnosť korigovať:

- svoje neprimerané a predčasné zmätené uzávery udalostí vo vlastnom živote, ktoré vedú k zmätenému mysleniu a chovaniu

- vnímať život v kontexte, poskytnúť nadhľad nad faktami a udalosťami
- mať reálny pohľad na svoju chorobu
- mať možnosť vízie zmien a chápania udalostí a nádej na vyliečenie.

Arteterapeut pracujúci s psychiatrickými pacientami musí byť mimoriadne empatický, musí vedieť aktuálne, pohotovo reagovať, pretože chovanie schizofrenických pacientov je často neočakávané, nepredvídateľné, bizardné. Tak ako sú bizardné aj jeho výtvarné reflexie. Chaos a zmätenosť títo pacienti často kompenzujú geometrizáciou a ornamentálnymi štýlom. Vzduchoprázdno, v ktorom často žijú kompenzujú snahou pokryť celý papier, priestor čiarami, tvarmi (tzv. horror vacui – strach z prázdna). U umenia insitných umelcov a detí je tento fenomén akceptovateľný, musíme ho chápať v inom kontexte. Fragmentálnosť je tiež významná pre tvorbu schizofrenikov. V kompozícii je častá dezintegrácia, tak ako je to aj vo výtvoroch drogovu závislých. Napríklad kresba drogovu závislej 24-ročnej pacientky, ktorá nakreslila seba a svoje pocity vnímania seba ako postavu s oddelenými časťami tela poukladanými v poličkách je toho dôkazom.

Schizofrénia jej typické znaky v tvorbe

V tvorbe schizofrinných klientov je častý:

výskyt symbolov, bizarné alebo zmeravené tváre, skrútené časti tela, geometrické vzory, vpísané texty, figúry poskladané z častí. Štýl sa vyznačuje fragmentálnosťou, bizarnosťou, nevšednou farebnosťou, nemiešanými farbami, narušením priestorovej organizácie. Kompozícia je nevyvážená, dezintegrovaná, detaily bývajú príliš vypracované. Časté sú deformácie transparentnosť a precíznosť vypracovania.

Manickí klienti

tvoria sexuálne symboly a euforické témy. Štýl je divoký, používajú živé farby, kompozícia je slabá, nedbalá, línie bývajú neusporiadané, štýl je voľný a plný pohybu, často býva viditeľné rozrušenie, papier je celý zaplnený.

Depresívni klienti

naopak v kresbe prezentujú chudobu námetov, figúry sú strnulé. Časté sú symboly smrti, hypochondrie. Frekventované sú námety samovraždy, utrpenia, hrobu a zármutku. Obrazy majú nedostatok zmyslu. Vyskytujú sa tmavé farby, nedostatok detailu, nahota, indikácie kontroly, sebaovládania, málo farieb, nedokončenosť, evidentne je málo vlozenej energie.

Výtvarnú expresiu duševne chorých je treba dať do kontextu s ďalšími informáciami.

Pre arteterapeuta sú dôležité:

- záznam o správaní pacienta počas arteterapeutického stretnutia
- záznam komentárov ku kresbe, alebo maľbe alebo plastike
- pacientova rodinná anamnéza, jeho minulosť
- archivovanie a dokumentovanie, porovnávanie prác toho istého pacienta počas priebehu liečby a
- porovnávanie prác pacientov s predpokladanou tou istou diagnózou

Arteterapeutická práca v oblasti duševne chorých je mimoriadne náročná. Nedá sa k nej pristupovať šablonovite. Terapeut by mal poznať množstvo prípadových štúdií, ktoré by mu pomohli orientovať sa. Je treba vytvoriť individuálny program pre každého jedinečného pacienta. Príklad využitia arteterapie ako podpornej terapie v liečbe akútnej psychózy demonštruje nemecká terapeutka G. Lechner.

20-ročná pacientka, pôvodne diakonka, nakreslila po svojej hospitalizácii obrázok modrého diabla, ako do veľkého ucha, patriaceho zrejme autorke, niečo našepkáva. Druhý obrázok vznikol na výzvu arteterapeutky. Pacientka mala nakresliť to, čo jej diabol našepkáva. Bola to modrá figúra transparentná v oblasti drieku s červeným trpaslíkom, akoby ho mala vo vnútri v bruchu, akoby evokoval nenarodené dieťa v

maternici. Terapeutka navrhla pacientke, aby „toho chlapíka“ dala – namalovala zo svojho tela von. Na tretom obrázku pacientka naozaj namalovala modrú figúru trpaslíka so skríženými rukami mimo svojho tela a poslúchla vedenie svojej arteterapeutky. V ďalšej sérii obrázkov namalovala dve postavy a medzi nimi múr, bol to symbol jej neschopnosti komunikovať s druhými aj so sebou samou o svojich problémoch. V ďalšom obrázku na návod terapeutky múr presekla rukou. Posledný obrázok vyjadroval dve sediace postavy za stolom. Postavy evidentne komunikovali. Tento proces trval niekoľko mesiacov a pacientka sa nakoniec vyliečila a vrátila sa späť v svojmu povolaniu zdravotnej sestry-diakonky. Uviedla som ho ako ilustráciu, ktorá demonštruje vedenie klienta arteterapeutom cez výtvarnú expresiu, ovplyvňovanie zmien v jeho chovaní a vnímaní.

Ak niekto namaluje seba ako prázdny pohár, ako som uviedla na začiatku tejto kapitoly, podľa predošlého „receptu“ (sledujúc schému predošlej kazuistiky), arteterapeut by mohol viesť klienta k tomu, aby pohár naplnil v ďalšom obrázku nejakým obsahom, tak aby sa aj jeho život naplnil zmyslom. Ďalej môže pokračovať komunikácia cez obrázok otázkou, komu by autor venoval to, čo do pohára nakreslil.

11.1.5 Arteterapia s mentálne postihnutými

Arteterapia s mentálne postihnutými je rozsiahla a rozmanitá, tak ako sú rozmanité aj formy mentálnej retardácie a to od ľahších foriem cez stredné až ťažké formy, pásma. Hlavným cieľom je tu kompenzácia intelektových deficitov, poznávacích funkcií, schopnosti zovšeobecňovať a chápať javy v súvislostiach. Muller sa domnieva, že je vhodné, aby sa týmto klientom aplikovali terapie vychádzajúce z behaviorálnych psychoterapeutických modelov, a tak sa zlepšovali ich komunikačné schopnosti, schopnosť zaujímať spoločenské role a vytváranie nových žiadúcich vzorcov správania.

Valenta (2001) uvádza, že hlavným cieľom arteterapie u tejto skupiny populácie je reedukácia, resocializácia a integrácia osobnosti, rozvoj kreativity, nácvik empatie, nácvik sebareflexie, sebaovládania a vôle.

Sú vhodné telovo orientované techniky, ktoré prebiehajú konkrétne telovo, hmatovo. Pre mentálne handicapovaných znamená silný emotívny zážitok sprostredkovaný výtvarnými aktivitami spôsob učenia sa o svete, jeho súvislostiach.

K.H.Menzel (1990) vidí hlavný cieľ arteterapie u tejto populácie v kompenzácii poškodených funkcií mozgových hemisfér prostredníctvom umenia a umeleckých aktivít. Dôraz je kladený na rekonštrukciu vnútorných osobnostných štruktúr.

Vtedy keď maľujeme, staviame, konštruujeme, budujeme priestorové vnímanie klienta, vnímanie času, kontextu sveta.

Arteterapia s autistickými pacientami

U tejto skupiny, kde absentujú sociálne vzťahy a úplne chýba alebo viazne verbálna komunikácia a vzory správania sú veľmi obmedzené, kde je telesný kontakt často odmietaný a v prejavoch dominujú stereotypy a rituály, má arteterapia široké pole pôsobnosti. Autistickým deťom sa venuje vo svojich prácach Nesnídalová. Uvádza niektoré mimoriadne výtvarné schopnosti takýchto detí, podobne ako Sacks (1997).

„Extrémna autistická osamelosť“, ako nazval tento fenomén americký psychiater Kanner v roku 1943 je výstižným vyjadrením hlavného problému tejto populácie. Hoci príčiny nie sú doteraz jasne známe, vieme dnes, že ide o vrodennú neschopnosť vytvoriť si bežný biologicky podmienený vzťah a kontakt s ľuďmi. Výtvarný prejav je charakteristický snahou o kompenzáciu absentujúcej verbálnej komunikácie. Pri modelovaní, ktorému sa v začiatkoch terapie autistické deti bránia, je cieľom hmatová senzibilizácia a možnosť reflexie nahromadených pocitov.

Pri neochote dotknúť sa hliny som u autistických detí použila opakovane úspešne princíp sprostredkovaného dotyku s hlinou a hádzanie hliny, ktoré popisujem v kazuistickej štúdií Tomáš.

11.1.6 Arteterapia u jedincov s telesným alebo smyslovým postihnutím

Telesne postihnuté dieťa je dieťa s vadou pohybového aparátu, alebo s poškodením nervovej sústavy, ak sa prejavuje poruchou pohyblivosti. Niektoré charakteristické rysy takto postihnutých detí sú napríklad tendencia k izolovanosti v spoločnosti, alebo vzťahovačnosť, pesimizmus, apatia, depresia, problémy s navádzaním priateľstva. Závažnými komplikáciami môžu byť napr. inkontinencia alebo imobilita. U týchto detí sa často vyskytuje egocentrizmus (Wágnerová, 1992), prejavujúci sa ako upozorňovanie na seba, precitlivosť na skutočné alebo domnelé narážky na ich vzhľad, výkonnosť alebo poškodenie, poruchy sebahodnotenia, pasivita, nízka úroveň sociability.

Zvlášť u detí s DMO je schéma vlastného tela narušená. Deti po úraze často nevedia prijať nový obraz svojho tela.

Sebahodnotenie môže byť narušené v kladnom i v zápornom zmysle slova. Mnoho razy je tento zdeformovaný sebaobraz spôsobený tzv. sekundárnym handicapom, neurotickými rysmi osobnosti a na základe absencie možností, ktoré vyplývajú z izolácie, ztraty možnosti porovnávania sa s inými.

Arteterapia má teda okrem potenciálu rehabilitácie jemnej motoriky (kreslením, maľovaním, modelovaním) i možnosť kompenzácie spomenutého tzv. sekundárneho handicapu. Zážitok úspechu je tu prioritou. Ten má eliminovať pocity menejcennosti, má mobilizovať kreativitu, fantáziu pri skupinových formách arteterapie dať týmto deťom možnosť konfrontácie podobných prežívaní s inými postihnutými deťmi, možnosť naväzovať priateľstvá a dať zmysluplnú náplň voľného času. Arteterapeuti pomáhajú týmto deťom prekonávať pocity menejcennosti, niektoré hraničiace až z tendenciami sebazničenia. Pomáhajú im naučiť sa prekonávať svoj handicap, byť autentickými, eliminovať emočné napätie, nájsť si adekvátnu seberealizáciu a zmysel vlastného života. Prezentovať aktuálne a reálne aspirácie a vytyčovať si reálne ciele.

Vo výtvarnom prejave týchto detí sa často vyskytuje v kresbe postavy ignorovanie tej časti tela, ktorá je postihnutá, v Body image teste sa prejavuje často seba projekcia telesných problémov. Napr. dieťa s lámavosťou kostí vymaľovalo končatiny na predlohe postavy v Body image teste ako trhliny pripomínajúci dekor.

V autoportétoch tieto deti často seba zmazorňujú na spodnom okraji papiera v malých proporciách.

Práca s hlinou ponúka týmto deťom dôležitú hmatovú stimuláciu a senzibilizáciu, rehabilitáciu jemnej motoriky v spolupráci s pohybovou terapiou a muzikoterpiou aj korektívnu skúsenosť s držaním tela (modelovanie seba samého). Nastáva zmena od statickosti k dynamičnosti, od pasivity k aktivite, k zážitku úspechu, lebo aj deti menej zdatné v maľovaní sú v modelovaní úspešnejšie. Dôležitý je pocit hrdosti na svoje dielo, ktoré, keď je dovedené do výslednej podoby vypálenia a naglazovania môže byť pre nich stimulujúcim impulzom, aktivizáciou ich tvorivých potenciálov.

Arteterapia s nevidiacimi a slabozrakými

Pedagogikou nevidiacich a slabozrakých v rámci špeciálnej pedagogiky sa v Čechách teoreticky i prakticky zaoberá Doc.PhDr. Lea Květoňová –Švecová. Vo svojej práci popisuje jednotlivé diagnózy takto postihnutej populácie, ako aj ich hlavné potreby a možnosti edukácie a výchovy zrakovo postihnutých a poradenstvo pre ich rodičov, vrátane diagnostiky detí v kojeneckom veku, za účelom prevencie niektorých porúch zraku.

Ako primárnu uvádza (Květoňová – Švecová, 2004) stimuláciu realizovanú v dostatočnej miere a variabilite, vybudovanie vnútornej štruktúry, vytvorenie trvalej interakcie s jedným človekom, ale najmä potrebu uvedomenia si vlastnej identity, pocitu spolupatričnosti a bezpečnej budúcnosti.

Všetky tieto atribúty je možné práve cez umelecké aktivity u zrakovo postihnutej populácie budovať a rozvíjať.

U nevidiacich a slabozrakých je chýbajúca funkcia zraku kompenzovaná sluchom a hmatom. Tieto zmysly sa cvičením ešte viac zdokonaľujú. W.Lowenfeld, priekopník arteterapeutickej práce s nevidiacimi sa domieva, že arteterapia má za úlohu liečiť subjektívny i objektívny handicap. Za objektívny handicap považuje ztratu zraku, za subjektívny stratu sebavedomia, sebahodnotenia, nezávislosti, schopnosti adaptovať

sa na tento fakt. Ľudia s rovnakým defektom sa často líšia v schopnosti ho akceptovať a prispôbiť sa mu. Je dôležité, akým mentálnym sebaobrazom nevidiaci disponujú.

Modelovanie z hliny je pre nevidiacich spôsobom sebaujadrnenia. Nevidiaci môžu vnímať predmety, ktoré sú väčšie ako ich dlaň tak, že po nich pohybujú rukou.

Napriek tomu sú to len dielčie vnemy, ktoré sa potom musia zjednotiť do celku. Táto integrácia dielčích vnemov do celku je často náročná. Táto neschopnosť vnímať celok sa niekedy môže prejaviť v mentálnej schopnosti, týkajúcej sa predstáv o svete, o prostredí, o okolí nevidiaceho. Je treba si napr. uvedomiť, že nevidiaci človek nevníma vzdialené predmety ako menšie, ako to vnímajú vidiaci ľudia. Hmatom vzdialené veci nemeia svoju veľkosť. Perspektíva priestoru je pre nevidiacich nie perspektívou priestoru, ale hodnotovou perspektívou. Zrakovo postihnutí majú pomocou arteterapie možnosť nielen vnímať svoje okolie, ale arteterapia im pomáha jedinečne rozvinúť ich kreativitu a predstavivosť. Hlavným cieľom arteterapie je u nich vybudovať celistvý obraz sveta pomocou hmatovej perciepcie.

Tak zvané hmatové modelovanie (Axman, Perout, 1999) dovoľuje nevidiacemu svojou tvorbu zviditeľniť dojmy a predstavy o okolitom svete a o sebe samom. Hmatové modelovanie sa deje výlučne prstami bez použitia špachtle alebo iných nástrojov.

Predstavy nevidiacich, ktoré sú často zúžené, fragmentálne, schematické, na nízkom stupni zovšeobecnenia sa pomocou arteterapeutickej intervencie integrujú, stávajú sa jasnejšími.

12 Využitie snov v arteterapii

„Hlboko spať a zároveň nad sebou ostro bdieť“

(F. Kafka, Doupě)

Platón, grécky filozof, považoval sny za normálnu formu pomätenosti. Navrhoval, aby psychotici boli chápaní ako takí, ktorí len pokračujú vo svojom bizarnom živote snov po prebudení.

Sny sú podobne ako halucinácie veľmi živá forma obrazov. Je úplne bežné, že ľudia majú sny, nedá sa to ale tvrdiť o halucináciách. Každý človek má rôznu schopnosť pamätať si svoje sny. Sny a ich interpretácia môže byť veľmi užitočná pre psychoterapiu, aj pre arteterapiu.

Horowitz definuje sny ako: „Sériu obrazov, symbolov, hlavne vizuálnych, ale aj sluchových, taktilných, kinestetických“. Tieto obrazy, napríklad snová hostilnosť, čudné erotické fantázie, nové nápady, prorocké výroky a údaje, ale aj dávno zabudnuté spomienky, prenikajú do snov cez nevedomé vrstvy vedomia. Pre tento fakt považujú arteterapeuti sny za veľmi dôležité. Vedci zistili, že rýchly očný pohyb spiaceho znamená, že človek sníva. Nájdu sa aj takí ľudia, ktorí si svoje sny nepamätajú a po precitnutí tvrdia, že vôbec nemajú žiadne sny. Tie sny, na ktoré sa rozpomätávame počas dňa mávajú jasnejšiu obsahovú niť ako tie, ktoré komentujú ľudia okamžite po prebudení. Vedci tvrdia, že je 3 až 5 oddelených snov, ktoré snívame každý z nás každú noc. Niektoré sny majú kontinuitu a tému. Je známe, že večer alebo v skorú noc snívame sny, ktoré majú vzťah s pretrvávajúcimi zážitkami dňa. Čím ďalej do hĺbky noci, tým sa naše sny koncentrujú na detstvo. Do snov inkorporujeme vonkajšie aj vnútorné podnety. Niekedy podnety vnímame podvedome a potom sa sublimujú vo sne. Pri zmene teploty, svetla a akustických impulzov sa potvrdilo, že až 60 % snívajúcich tieto vnemy ovplyvnili v snoch. Prejavilo sa to v zmene symboliky. Psychoanalytici sa domnievajú, že latentné myšlienky sú viac zamaskované ako emócie, hoci myšlienky reprezentované v obrazoch môžu byť sprevádzané pocitmi, ktoré sa zdajú byť nezlučiteľné. Preto mnohí považujú sny za bláznivé, nezmyselné. Sny sú rôzne u rôznych vekových kategórií, u ľudí s rôznymi problémami. Slovenské porekadlo hovorí napr. “Hladnému sa o chlebe sníva”. 5 až 6 ročné deti snívajú o zázračných veciach, o duchoch, 11 až 12 ročné deti o hrách, o

cestovaní, starší ľudia majú sny o bezradnosti, slabosti. Ďalšie slovenské porekadlo hovorí: „Čo sa babe chcelo, to sa babe snilo”.

V Starom zákone je v Biblii príbeh vykladača snov Jozefa, ktorého faraón potreboval preto, lebo dokázal vykladať sny.

Sny hovoria zvláštnou mysterióznou rečou. Freud nazval sny „kráľovskou cestou do nevedomia” a zdôrazňoval vizuálnu podobu snov. Porovnával sny s obrazmi a naznačil tým aj využitie snov v arteterapii. Významná je jeho kniha o výklade snov. „Ťažkosti tých, ktorí chcú opísať svoj sen sú v tom, že hovoria: mohol by som to skôr nakresliť ako o tom hovoriť”.

Jung povzbudzoval svojich pacientov, aby svoje sny kreslili. Takto orientovaní terapeuti analyzujú sny cez archetypy.

Fritz Perls označil sny ako „najsponťannejšiu produkciu individua”. Domnieva sa, že rôzne objekty v snoch sú fragmenty ľudskej osobnosti. Cieľom arteterapie je zložiť tieto časti dohromady. Človek sa potom stáva integrovanou osobnosťou. Spomínaný autor viedol svojich klientov k tomu, aby sa pokúsili byť každým jedným objektom zo svojho sna. Komunikácia, ktorá prebiehala medzi týmito jednotlivými časťami mala priniesť viac svetla, porozumenia do eventuálnych konfliktov.

Americká arteterapeutka Harriet Wadeson sa domnieva, že najlepšie sa sny dajú využiť v arteterapeutickej práci s psychotikmi. Preniesla spracovávanie snov klientov a ich interpretovanie do arteterapie. Inštruovala pacienta nakresliť, či namaľovať jednotlivé časti sna, identifikovať sa s ním a viesť dialóg medzi jednotlivými časťami. Klienti takto odhalili skryté konflikty z detstva, dôležité momenty osobnostného života, interpersonálne vzťahy. Mnohé aspekty vlastnej identity sa ukázali v inej perspektíve, v akomsi nadhľade.

Zaujímavé je rozprávanie mojej nevidiacej klientky o svojich snoch. Má sny, v ktorých vidí. Vždy si však v nich uvedomuje akési obmedzenie, musí napríklad počkať na niekoho, kto ju prevedie alebo dovedie na určité miesto, hoci vo sne vidí a nemusela by byť na to odkázaná. V jej snoch sa často opakujú schody, bežiacie schodiská, po ktorých sa vezie jedným smerom a všetci ostatní sa rútia smerom opačným. Hľadá nejakú známú tvár, ale všetci sa od nej odvracajú.

V surrealizme boli sny dôležitým fenoménom. André Bretón definuje surrealizmus ako čistý psychický automatizmus, ako diktát myšlienok bez akejkoľvek kontroly, kde

je všetko dovolené, presne tak, ako je to v sne. Surrealisti zdôrazňovali všemocnosť vplyvu snov na tok myšlienok.

Sny ako komunikácia a očista

Vo svojej arteterapeutickej pedagogickej praxi často pracujem so študentmi – budúcimi arteterapeutami v oblasti snov. Moja skúsenosť hovorí, že prostredníctvom snov a ich výtvarných reflexií sa nám spoločne podarilo cez následný rozhovor o obrázkoch hlbšie spoznať seba samých, lepšie, odľahčene komunikovať v skupine.

V japonskej polyteistickej kultúre je miesto aj pre boha Baku Kurae. Tento bôžik má funkciu požírať zlé sny. Cisári a cisárkovne si ho dávali vyšívvať na malé podušky, ktoré mali pod hlavou keď spali. Keď prišli zlé sny, snívajúci zavolať: Baku Kurae a požiadal ho, aby zožral jeho zlý sen.

Nasledujúci príbeh hovorí o tom, že v jednu horúcu letnú noc mal istý človek sen, v ktorom videl seba ležať mŕtveho v miestnosti a druhých, ako ho oplakávajú. Zrazu si uvedomil, že jeho „double“ (výraz pre stav pri únave alebo po použití drogy, či pri organickom poškodení mozgu, kedy človek vidí seba ležať v priestore, akoby sa jeho duch a telo oddelili, tzv. autoskopický fenomén), chytil konár a udrhel svojho mŕtveho dvojníka – seba samého, ktorý sa rozpadol na množstvo kúskov. Vtedy spotený od hrôzy snívajúci v príbehu volá na pomoc japonského bôžika, aby prišiel a zožral jeho zlý sen. Baku Kurae prichádza a hovorí mu: „Nevolaj ma zbytočne, ja požíeram len zlé sny, tvoj sen nie je zlý, práve si zničil zo seba to, čo bolo negatívne a preto sa teš zo svojho dobrého sna“.

(Hearn 1988)

Sny v tomto význame potom môžeme chápať podobne ako výtvarnú expresiu, ktorá sa oddelila z nevedomia, ako psychohygienu, ktorá človeka zbavuje zlého a očisťuje ho.

13 Arteterapeutické metódy spirituálne ekologickej arteterapie

13.1 Imaginácia

Tvorivé schopnosti, ale aj obavy a túžby človeka sa reflektujú v jeho predstavách. Predstavivosť, imaginácia, fantázia je veľkým potenciálom pre arteterapiu. Imaginácia má veľa spoločného s vnútorným svetom človeka. Pomocou imaginácie sa človek môže znovu vrátiť k niektorým situáciám zo svojho života, môže ich znovu prežiť, znovu spracovať pod vedením arteterapeuta, reflektovať ich do výtvarnej podoby, zhmotniť ich. Dáva to príležitosť vidieť veci z istého nadhľadu, z iného uhlu pohľadu a tým potencionálnu možnosť meniť svoje postoje k istým udalostiam svojho života. Vedci predpokladajú, že vnem a imaginácia používajú v mozgu spoločné dráhy. Perky v roku 1910 objavil, že ľudia, ktorí si na prázdnom plátne predstavia určitú vec, nevnímajú už potom na plátne slabo premietaný predmet. (tzv. Perkyho fenomén /in Kastová 1999). Tie osoby, ktoré si na plátne nič nepredstavovali, sú schopné na plátne premietaný predmet rozpoznať. Vedci ďalej skúmali tento jav a zistili, že sa dá hovoriť o všeobecnej ľudskej skúsenosti a že sa teda dá odblokovať pomocou predstáv, pomocou imaginácie vnímanie vonkajších podnetov. Platí to však len vtedy, ak imaginácia aj vonkajší podnet sú oba vizuálne. Sluchové vonkajšie podnety človek vníma. Predstavy človeka projikujú jeho aktuálny emočný stav, jeho aktuálne problémy. Imaginácia je podľa významného neurofyziologa. Ecclesa (1982) popri inteligencii základná schopnosť človeka. Imaginácia je k dispozícii u každého človeka, hoci každý jedinec je obdarovaný inou mierou predstavivosti. Detská predstavivosť je veľmi silná, čo má za následok, že deti veľmi často nerozlišujú svet subjektívny a svet objektívny. Löwenfeld napríklad popisuje, že u detskej schizofrénie je často ťažko rozoznať, či dieťa trpí halucináciami, alebo sa jedná „len“ o jeho eidetickú schopnosť videnia, teda schopnosť živých predstáv.

Imaginácia sa dá cvičiť. Napríklad anglický maliar Hoghart si cieľavedome cvičil predstavivosť. Pred vnútorným zrakom si predstavoval rôzne detaily predmetov, ľudí a scenérií, ktoré predtým videl. W. Blake, anglický maliar a vizionár sa vedome dostával do stavu, kedy „videl“ veci vnútorným zrakom a potom ich reflektoval vo svojich obrazoch. Mal evidentne mimoriadne schopnosti imaginácie.

Imaginácia je akýmsi sprostredkovateľom medzi svetom hmotným, fyzickým a svetom duchovným.

Metódu aktívnej imaginácie navrhol pre psychoterapiu C. G. Jung. Pri aktívnej imaginácii pacient aktivizuje pomocou terapeuta hlbinné vrstvy svojej psychiky v bdelom stave, so zavretými očami. Ožijú vnútorné obrazy, vnútorné pocity sa artikulujú do reči, v prípade aplikácie aktívnej alebo riadenej imaginácie v rámci arteterapie do výtvarnej podoby. Je výhodou, že sa môžu následne strukturovať podľa vedenia arteterapeuta do podoby, ktorá nesie korektívny potenciál.

Imaginatívne metódy sa v arteterapii plnou mierou uplatňujú. Sú vhodné na lepšie seba pochopenie, na uvoľnenie emócií, na vyjasnenie postojov k sebe aj k druhým ľuďom, na znovuprežitie niektorých udalostí v živote človeka. Diagnostický potenciál aktívnej alebo riadenej (guided) imaginácie je evidentný. Obrazy a tvary, použité farby majú diagnostickú hodnotu. Či už je to proces patologický alebo naopak proces uzdravovania sa. Vypovedá o tom, v akom bode sa práve pacient nachádza. Lepšie pochopenie seba samého nesie v sebe terapeutický potenciál. Imaginácia sa používa vedome alebo nepriamo vo všetkých terapeutických smeroch, pokiaľ pracujú so spomienkami na minulosť a očakávaniami do budúcnosti. Práca s imagináciou, s obrazmi nadväzuje na prácu so snovými obrazmi. Imaginácia je tiež niekedy nazývaná denné snenie. V arteterapii sa však pracuje s denným snením cielene. V riadenej imaginácii v rámci arteterapie, kde terapeut dáva podnety klientovi na vynorenie sa obrazov podľa voľby terapeuta, je možné pomocou zachytených a zhmotnených obrazov potom lepšie s klientom pracovať a viesť ho. Indikovanie riadenej imaginácie v rámci arteterapie s akútnymi a chronickými psychózami vyžaduje istú dávku skúsenosti a opatrnosti.

V psychoanalyticky orientovanej arteterapii sa využívajú témy riadenej imaginácie ako napríklad: ružový ker, starožitný obchod, dom, strom, voda, štyri živly. John Allan, britský jungiánsky arteterapeut a školský poradca, opisuje metódu riadenej fantázie na tému „Ružový ker“. Terapeut vedie klientov k tomu, aby so zavretými očami zabudli na to, kde sa nachádzajú, uvoľnili sa a pravidelne dýchali. Po uvoľnení celého tela si klienti majú predstaviť, že sú ružovým kríkom, majú si predstaviť či sú malým kríkom, alebo veľkým, kde rastú, majú si predstaviť všetky detaily, ako kvety, trne, listy, halúzky, ako sa pri imaginácii cítia. Vedie klientov, aby si vo svojej fantázii pred vnútorným zrakom vybavili skutočne všetky podrobnosti. Potom po

niekoľkých minútach sústredenia sa, klienti majú maľovať seba ako ružový ker. Keď je obrázok hotový, terapeut sa klientov pýta na detaily, ktoré sú zachytené na obrázku a na doplňujúce informácie napr. kto sa stará o klienta v podobe ružového kríku, čo vidí okolo seba v krajine, kde rastie, aké má korene, listy, kmeň.

Riadená imaginácia je niekedy nazývaná aj vizualizáciou. Stratégie vizualizácie sú totožné z riadenou imagináciou. Je používaná nielen na terapeutické ciele, ale aj na diagnostické. (Allan, 1978, Roosa, 1981) V poradenstve a v diagnostike možného zneužívania detí aplikovali túto metódu britskí terapeuti. Kládli dôraz na relaxáciu, vizualitáciu, kreslenie a následný rozhovor o kresbe. Vo svojich výskumoch porovnávali obrázky a odpovede detí s dobrými sociálnymi zručnosťami a neproblémovým správaním, s kresbami a interview detí s problémami v správaní i učení, s podozrením na týranie a zneužívanie. V kresbách na tému Ružový ker si všímali napr. veľkosť ružového kríku, to ako ho deti umiestnili, odkiaľ začali kresliť a aké farby, tvary a symboly používali. V kresbách detí týraných a zneužívaných sa v obrázkoch vyskytovali enormne veľké trne, kopijovité tvary, ploty.

13.2 Animácia

V arteterapeutickom procese, najmä vo fáze rozhovoru o nakreslenom, je vhodné najmä u detí využívať animáciu. Je to vlastne rozhovor v tretej osobe, kedy so terapeut alebo klient identifikuje s vecou alebo postavou z obrázku klienta a hovorí v jej mene. Je vhodná pri anxióznych klientoch, u detí, ktoré sa cítia neisto, osamele. Dieťa môže takto sprostredkovať informáciu o sebe nepriamo, bez zábran. Animácia pomôže terapeutovi dozvedieť sa o klientovi a jeho potrebách viac, ako keby sa to dialo priamo. Dieťa takto komunikuje efektívnejšie, pretože o svojich problémoch má zábrany hovoriť, ale ústami niekoho druhého (môže to byť zvieratko, či vec, alebo rozprávková bytosť) verbalizuje svoj problém. Kresba, s následným rozhovorom uskutočneným pomocou animácie môže byť komunikačným mostom medzi terapeutom a klientom. V prípade detského klienta môže terapeut správu od dieťaťa lepšie sprostredkovať rodičom dieťaťa.

13.3 Koncentrácia – mandaly

Mandala – v sanskrte znamená svätý kruh – stred.

Mandala je tušenie stredú osobnosti, určitý centrálny bod vo vnútri duše, ku ktorému sa všetko vzťahuje, podľa ktorého je všetko usporiadané (Jung 1973).

Mandala je vlastne každý kruhovitý tvar, ktorý má stred. V arteterapii je mandala pomôckou ku koncentracii a meditácii.

Je evidentné, že človek bol odpradáva fascinovaný kruhom. Vyskytuje sa nielen vo východných náboženstvách, ale aj v kresťanstve napr. v podobne rosetových okien v chrámoch, ktoré priťahujú zrak a vedú pozorovateľa do stavu „bázne, harmónie, úcty a jasavej radosti“ (Fincher 1997). V stredovekých európskych chrámoch sú často na dlážke znázornené kruhové labyrinty, ktoré sú metaforou cesty k Bohu.

Tibetská mandala slúži ako pomôcka k meditácii a je vytvorená z farebného piesku. Indická mandala vyjadruje mikrokozmos ideálnej reality. Hildegard z Bingenu v 11. storočí prostredníctvom mandál, ktoré kreslila, hľadala spôsob komunikácie s Bohom. Písala o svojich víziách, kde pripodobňuje Boha ku kruhu, ktorý v sebe uzatvára všetko a všetko presahuje.

Gordano Bruno, renesančný učenec, vytváral kruhové obrazy, ktoré mali dokonalú formu a boli pomôckou pri cvičení sa v predstavivosti a mali udržiavať človeka v harmónii.

Mandala vyjadruje túžbu človeka po celistvosti, po sebarealizácii.

V kresbách malých detí je kruh – mandala symbolom zrodu ich identity, keď sa jedinec začleňuje do skutočného priestoru, času a miesta. Kellogová tvrdí, že mandala môže byť použitá ako nástroj pre sebaopoznávanie a sebaodhaľovanie. Mandala môže pomáhať aj ako akási mapa vnútornej reality. Človek si uvedomí, kde je jeho stred, resp. čo stojí v jeho centre.

Postup pri vytváraní mandaly, ktorý som vyvinula, vychádza z techniky čmáraníc. Čmáranice sú technikou, ktorú často využívajú terapeuti ako spôsob voľných asociácií a cvičení sa v predstavivosti. V tomto kontexte používame ale čmáranice ako vytvorenie psychomotorického základu pre mandalu.

Vytváranie mandaly(Šicková, 1995)

Postup je nasledovný. Každý čmára na papieri pred sebou čiary podľa svojich možností. Môže čmárať rukami súčasne rovnaké tvary, alebo každou rukou niečo iné. Môže si vyskúšať čmáranie ústami (to znamená ceruzku drží v rukách) alebo čmáranie nohou. Na papieri vzniknie spleť, sieť čiar. Potom pomocou takzvanej okienkovej metódy si autor vyčlení priestor, plochu približne cca 5x3 cm, ktorú vyfarbí pastelkami. Pripomína to farebnú vitráž. Každý tvar má inú farbu. Farby vytvárajú plochy vedľa seba ležiace vo farebnej kombinácii podľa výberu autora. Potom autor zväčšuje malý obdĺžnik na formát A4 „od oka“. Je vhodným cvičením proporcionálneho videnia. Vznikne takto viacmenej presná zväčšenina malej predlohy. Farebne môže byť totožná. V ďalšom kroku si autor pomocou kružidla vytvorí na papieri – zväčšenine kruh, resp. určitý výsek kruhu pripomínajúci kus farebnej torty. Potom si ho pomocou priesvitného papiera preniesie na čistý papier, na ktorom si vyznačil kruh toho istého polomeru, ako použil na predošlom obrázku spomenutý vybraný výsek kruhu. Prenesený výsek kruhu autor zopakuje buď kladúc ho po sebe alebo zrkadlovo, až vyplní celý kruh. Takto vznikne mandala, ktorú farebne dotvorí. Opísaná metodika tvorby mandaly sa mi osvedčila najmä pri dospelých klientoch a pri študentoch arteterapie, pretože je trochu komplikovaná a zdĺhavá pre deti. V mandalách, ktoré vznikli nie náhodne ale ako výsledok procesu, ktorý má korene v akejsi individuálnej psychomotorickej možnosti jedného každého individua potom hľadáme rôzne asociácie. Mandalý sú obyčajne symetrické, členené viac alebo menej, podľa toho, či si ich autor vybral menší alebo väčší výsek kruhu. Interpretujeme ich z hľadiska farebnej symboliky, farebných kombinácií, ale aj tvarov, ktoré asociujú. Hľadáme v nich osobné projekcie, projekcie momentálnych stavov klientov, ale aj archetypy nevedomých tvarov a ich symboliku .

Mandalu je možné preniesť aj do plastikej podoby.

Postup hlinenej mandaly(Šicková,1995) je nasledovný:

- Cez priesvitný papier – papierovú kópiu si preniesieme všetky línie pomocou vpichovania ostrým predmetom do hliny. Potom vytvárame vyššie a hlbšie plochy reliéfu. Prináša to do mandál i do interpretácií ďalšiu dimenziu.

Nemecký arteterapeut Udo Baer (1999) navrhuje proces vytvárania mandaly, tela. Klienti zakresľujú na veľký papier do pripraveného kruhu, ktorý je rozdelený na viacero častí najprv svoj pocit vnímania svojho tela, potom svoje myšlienky, svoje

pocity, postoje, dojmy a nálady. Odpovedajú na otázky terapeuta o svojej telovej mandale, pozorujú ju z viacerých perspektív alebo uhlov pohľadu. Pri zakresľovaní stredu telovej mandaly sa sami postaví do stredu papiera a reflektujú potom svoje prežívanie.

13.4 Reštrukturalizácia

Strom života

Toto je výpoveď jedného z mojich klientov, človeka ktorý po rozchode s blízkou osobou svoj stav charakterizoval nasledovne: „Cítim sa tak, ako by sa môj život rozsypal na malé fragmenty. Snažím sa ich pozbierať a poskladať do pôvodnej podoby, vynakladám na to veľkú námahu, a predsa sa mi to nedarí“.

Pomoc pri hľadaní východiska našiel tento človek aj v arteterapii. Stačilo fragmenty poskladať do novej podoby, nového obrazu, novej štruktúry a nájsť v ňom nový zmysel, akceptovať ho.

Uvádzam postup skladania „štvorcov“ života, ktorý som vytvorila pre študentov arteterapie a pre tých, ktorí zápasia s podobnými pocitmi ako citovaný klient. V každom detaile je celok. Každý jednotlivý fragment je v spojení s ostatnými elementami a vytvára nové riešenia, nové konštelácie a kompozície.

Túto etudu je možné aplikovať aj v skupine. Je výhodné, ak je v jednej skupine šesť účastníkov.

Strom života (Šicková,1995)

Postup je nasledovný: na výkres A3 nakreslia účastníci technikou kresby tušom pomocou pierok alebo špajdlí strom svojho života. Je dobré, ak je kresba dostatočne štrukturovaná, s použitím šrafúr a rôznych štruktúr. Vytvára to v konečnom efekte zaujímavé konštelácie. Každý si potom strom vyfarbí pomocou voskových pastelov. Papier sa rozstrihá na 6 štvorcov. Rozstrihaný obrázok každý „rozhádže“ tak, že ho zostaví do nových variácií a možností. Vznikne tak celkom nový obraz, hoci boli použité tie isté časti predošlého obrázku. Najzaujímavejšiu variáciu si autor zachytí pomocou priesvitného papiera a neskôr farebne dotvorí. Ďalší krok je nasledovný:

každý si zhotoví kocku o strane totožnej so stranou štvorca z výkresu. Každý zo skupiny si nalepí jeden štvorec zo svojho stromu na kocku každého v skupine. Vytvárajú sa rôzne konštelácie obrazov v rámci skupiny. Hľadajú sa varianty, kedy linky alebo farby na seba nadväzujú, hoci to nemohlo byť zámerne. Vznikajú tak nové zaujímavé kompozície a obrazy. Môže sa postupovať obdobne ako v prípade hľadania a dokumentovania nového obrazu u jednotlivca. Na priesvitný papier sa zachytí konštelácia obrazu celej skupiny. Kocky sú často výtvarne zaujímavým artefaktom.

Počas rokov strávených ako vysokoškolský pedagóg si archivujem všetky kocky svojich absolventov. Rastie tak objekt, stavba, sociálna „plastika“, alebo liečebno-pedagogický dom. Sú to kocky, tehly, ktoré budovali a budujú vzťahy medzi mnou a študentmi, ale aj medzi študentmi navzájom

14 Diagnostické možnosti arteterapie

14.1 Arterapeutický výskum

V nasledujúcej kapitole sa pokúsim načrtnúť možnosti, ale aj problémové miesta arterapeutického výskumu. Vo svojej praxi som sa sama pokúsila naznačiť viaceré metódy hodnotenia výtvarnej produkcie detí i dospelých Body image test - farebné dokresľovanie predkreslenej ľudskej postavy, Test zmyslu pre súvislosti (spomínam ho bližšie v texte,) ako aj hodnotene trojdimenzionálneho vnímania -Hľadanie svojho tvaru, zameraného na kategórie ako priestorové vnímanie, kontext života a sveta, sebaobraz klienta.

Antropológovia, psychológovia, psychiatri a výtvarní pedagógovia používali výtvarnú produkciu detí v rámci hodnotenia a výskumu už viac ako sto rokov. Umenie detí bolo zbierané a klasifikované. Ako výsledok týchto aktivít môžeme považovať zistenie, že deti nepochybne prechádzajú sekvenciou vývojových štádií vo svojich kresbách a ich kresby sú na nevedomej úrovni výpoveďou o ich problémoch a osobnostných črtách, citových dispozíciách a intelekto. Z veľkého množstva poznatkov zozbieraných nezávisle na sebe viacerými autormi sa postupne vyvinuli neverbálne inteligenčné testy (Goodenough,1926).

14.1.1 Z histórie a súčasnosti arteterapeutického výskumu

Pred rokom 1900 bolo publikovaných viacero štúdií v USA a v Európe (Lombroso, 1882, Simon, 1888, Tardieu, 1878, Hrdlička, 1899) zaoberajúcich sa popisom spontánnej tvorby psychiatrických pacientov, ale boli to viac menej štúdie dojmové.

Existuje žiaľ len veľmi málo štúdií, ktoré sa zaoberajú skúmaním „normálnych“ výtvarov dospelých, ktorí nemajú umelecké nadanie. Na začiatku akejkoľvek štúdie diagnostike pomocou výtvarnej produkcie je totiž vždy užitočné vymedziť, čo je normálne alebo bežné, oddeliť to od toho nezvyčajného, nenormálneho.

Nemecký vedec Fritz Mohr v roku 1906 ako prvý štandardizoval metódy a postupy kresbných testov pre psychiatrických pacientov. Jeho testy boli troch typov:

- špecifické zadania podľa inštrukcie výskumníka
- voľná spontánna tvorba (free drawings).
- série kresieb v rôznych štádiách ochorenia.

Tento autor považoval za najdôležitejší diagnostický prvok štruktúru diela, ktorá súvisí podľa jeho názoru s myšlienkovými procesmi tvorcu. Čím je teda obrázok fragmentálnejší, tým je fragmentálnejší aj myšlienkový proces.

S týmto tvrdením sa zhoduje aj výskum súčasných arteterapeutov napr. Istvána Hárđiho, ktorý vo svojej viac ako 50 ročnej praxi na poli psychopatológie kresby ľudskej postavy uvádza tie isté zistenia.

Prvotné štúdie Mohra teda dodnes slúžia ako prototypy pre súčasné výskumy. Mohr okrem systematického archivovania kresieb psychiatrických klientov si pozorne všímal a zaznamenával aj ich správanie počas tvorby a dával tvorbu do súvisu s ďalšími symptómami pacienta, s jeho náladami, schopnosťou koncentrovať sa. Skúmal nielen formálne aspekty kresby, ale aj jej obsah a všetko malo byť skúmané v kontexte aktuálneho mentálneho stavu pacienta.

V súčasnosti sa arteterapeutický výskum vyvíja dvoma líniami:

- výskum využívajúci voľné (spontánne) kresby alebo iné druhy výtvarnej tvorby (maľba, plastika),
- výskum využívajúci projektívne kresby a kópie špecifických obrázkov alebo náčrtov.

Tieto dve línie alebo dva odlišné prístupy vo výskume výtvarnej tvorby aj celkom radikálne rozdelili arteterapeutov na dve základné skupiny:

Je to skupina, ktorá diagnostikuje klientov na základe akejsi testujúcej situácie a na druhej strane skupina zameriavajúca sa na spontánnu tvorbu klientov mimo testujúcu situáciu, ako základ pre psychoterapeutický (arteterapeutický) vzťah.

Kým psychológovia boli na jednej strane rozdeleného spektra - na strane projektívnych kresebných testov, umelci, výtvarní teoretici a zberatelia ako aj arteterapeuti boli na druhej jeho strane, na strane zdôrazňovania významu spontánnych výtvorov.

Diskusia arteterapeutov o diagnostických technikách používajúcich umenie je stále aktuálna.

Je dobré porovnať prístup psychológov k pacientom a prístup vyvinutý arteterapeutami a inými dynamicky orientovanými psychoterapeutami, hoci ich metódy sa v mnohom prelínajú.

V začiatkoch arteterapie (40.- 50.roky 20.storočia) boli psychologické testovania a terapia obyčajne oddelené aktivity, z dôvodu veľkých rozdielov filozofických teoretických východísk ako aj výcviku arteterapeutov.

Výstižne to vyjadruje pionierka arteterapie Margaret Naumburg, keď hovorí: „Fundamentálny rozdiel medzi projektívnymi kresbami obsiahnutými v psychologických testoch a tými, ktoré sú produkované v arteterapii je ten, že

projektívne testy sú nevyhnutne presné a arteterapeutické testy sú komplexné, celistvé a úplne spontánne. Kým určité diagnostické prvky sú v arteterapii porovnateľné s niektorými aspektami projektívnych kresebných techník, terapeutické techniky arteterapie sú vzťahované dynamicky k technikám psychoanalýzy“ (Naumburg, 1958, str.513).

Je potrebné si všímať aj rozdiely pri aplikovaní psychologických projektívnych kresebných testov v celkom prozaických technických rozdieloch.

Kým psychológovia ponúkajú štandardizované inštrukcie a testujúce materiály - malý papier, ceruzku, gumu, arteterapeuti dávajú prednosť veľkému papieru, farbám, hline. Psychológovia hľadajú **princípy generalizácie, zovšeobecnenia**, ktoré môžu byť významné pre jednotlivé skupiny populácie, kým arteterapeutov viac interesuje ako **umenie reflektuje zmeny** v pacientovej nálade, citovom prežívaní, priebehu choroby, v jeho osobnostných črtách a ako sa prejavuje v tvorbe jedinečného prežívania udalostí, konfliktov a problémov života klienta.

Psychológovia sa vždy snažili v štatistikách **demonštrovať validitu** a spoľahlivosť projektívnych kresieb.

Arteterapeutom ide vo výskume najmä o to, **ako a či vôbec má umenie potenciál prispieť k pochopeniu jednotlivého pacienta** a preto testovacie diagnostické metódy arteterapeutom slúžia predovšetkým ako pomoc pri vytvorení špecifických arteterapeutických techník.

Arteterapeuti vo svojom výskume využívajú **prípadové štúdie, teda metódy kvalitatívneho výskumu**, ktorého zásady lepšie korešpondujú s princípmi arteterapie i umenia. Nasledujúce charakteristiky sa uplatňujú v kvalitatívnom výskume:

Tvorba definícií v kontexte a priebehu skúmania, ako aj naratívne opisy, hodnotenie validity metódou triangulácie - teda kontrolou hodnotenia tej istej skúmanej položky nezávisle viacerými arteterapeutami, logické analýzy v kontrole vonkajších premenných faktorov, **holistická deskripcia javu, naratívne** a nie numerické **záverečné hodnotenie výskumu**.

V neposlednom rade v takto chápanom kvalitatívnom výskume zohrávajú svoju rolu aj jeho filozofické východiská, ktoré tkvejú vo fenomenológii a v hermeneutike.

Fenomenológia je filozofický smer, ktorého cieľom je poznanie zmyslu vecí. Dôležitú rolu tu hrá zameriavanie sa na významy a na analógie.

Pritom tento výskum rezignuje na vyslovovanie hypotéz a špekulácií, ale ide mu o poctivé pozorovanie a zaznamenávanie javov.

Hermeneutika - umenie výkladu v súvislosti s arteterapeutickým výskumom slúži na **interpretáciu prác klientov v snahe lepšie objasniť ich problémy a zámery.**

Základným princípom je tu „**hermeneutický kruh**“ –teda proces vzájomného ovplyvňovania klienta terapeutom, klienta a jeho vlastnej tvorby. Pochopenie jednotlivých častí tu znamená predstupeň k porozumeniu celého výtvoru.

Validita takéhoto kvalitatívneho výskumu v arteterapii sa zaisťuje **dlhodobosťou a intenzívnosťou výskumu a konkrétnym a podrobným opisom všetkého, čo sa v rámci procesu tvorby deje.**

Realitu pri kvalitatívnom výskume nie je možné zaisťiť, pretože sa len veľmi ťažko dajú zopakovať podmienky pri tvorbe. Tento výskum skúma skôr špecifické ako typické situácie a tie sa menia neustále.

Jedinečnosť, neopakovateľnosť, nemerateľnosť, sloboda sú hodnoty, ktoré v takto chápanom arteterapeutickom výskume nadobúdajú význam.

Ďalší rozdiel medzi rôznymi prístupmi psychológov a arteterapeutov je v tom, ako pozerajú na dokončené dielo.

Arteterapeuti, ktorí facilitujú u klientov kresby s rôznymi obsahmi, hľadajú v nich pri diagnostike **globálne podobnosti a rozdiely.** Na druhej strane v hodnotení u psychologickkej línie kresebných testov vidíme ambíciu hodnotiť **atomizované detaily v kresbách.**

Je treba podotknúť, že súčasní arteterapeuti napriek tejto odlišnosti prístupov vo výskume, stále viac inkorporujú z psychologických projektívnych testov prvky do svojich diagnostických prístupov a konštruujú hodnovernejšie arteterapeutické výskumy.

Takisto stále viac psychológov upozorňuje kriticky na to, že projektívne kresebné testy nie sú validné v súvislosti s črtami osobnosti, lebo výskumy ukázali, že vytvoriť generalizáciu napr. pre jednotlivé problémové skupiny je iluzórne.

Psychológovia sú často v nebezpečí dávať do súvisu osobnostné črty s atomizovanými prvkami v kresbe, alebo sa snažia nájsť jednoduchú premennú napr. agresivitu alebo anxiozitu, ktorá by mohla oddelovať jednu skupinu od druhej. To ale môže skončiť v slepej uličke. Naopak ak si ako arteterapeuti všimame **výtvarný produkt ako celok a hodnotíme ho globálne všímajúc si ale jednotlivé podoby formálnych premenných ako napr. integrácie, využitia priestoru, kvality línie, je diagnostika viac presná a reálna a je potom reálne aj zovšeobecňovanie.**

V prospech takýchto zovšeobecnení hovoria štúdie, ktoré dokumentujú, že neurotické a psychotické skupiny pacientov sa odchyľujú od normy v niekoľkých smeroch reflektujúc priame pocity neadekvátnosti (veľkosť postavy, intenzita línie, požitie gumovania v kresbe).

Súčasní arteterapeuti využívajú dnes rôzne štrukturované a neštrukturované postupy hodnotenia podľa veku a všeobecných podmienok individua.

Výtvarný materiál sa obohatil okrem ceruzky a papiera, resp. farebných ceruziek alebo iných druhov farieb aj o **materiál na koláž**, ktorý sa dá považovať za akýsi“ polotovar“ v artediagnostike, no pri dostatočnej šírke tematických a veľkostných ponúk, môže plne nahradiť iné, klasickejšie techniky.

Arteterapeuti berú do úvahy najmä nasledujúce atribúty výtvarnej reflexie svojich klientov: **integráciu, dezintegráciu, kompozíciu, použitie farieb, obsah ale aj proces**, v ktorom bola výtvarná reflexia vytvorená, s ohľadom na špecifický **individuálny symbolický materiál**. Súčasne sa zaznamenávajú písomne verbálne aj neverbálne odpovede autora, takisto ako jeho asociácie. Významnou súčasťou arteterapeutickej diagnostiky je aj to, že požiadame autora, aby svoj výtvar pomenoval, dal mu názov a aby o ňom povedal príbeh.

Princípy hodnotenia výtvarnej produkcie v rámci arteterapie sú nasledovné:

metóda musí

- byť aplikovateľná na ľubovoľného pacienta nehl'adiac na jeho stupeň umeleckej schopnosti a inteligencie,
- mať možnosť opakovať umeleckú produkciu počas určitého časového horizontu z dôvodu porovnania tvorby v časovom horizonte,
- poskytovať porovnanie tvorby rôznych jedincov (pacientov) a

- získať validnú informáciu o mentálnej kondícii klienta prostredníctvom evaluácie kresieb aj bez pozorovania klienta pri práci a zaznamenania jeho verbálnej výpovede o jeho výtvore.

Odporúča sa použiť čo možno najjednoduchšiu priamu metódu kreslenia, aby sa minimalizovali prípadné technické ťažkosti spojené s použitím rôznych médií pri kresbe či maľbe.

Je teda vhodné preferovať uniformitu, tam, kde je len trochu možná, pretože môže uľahčiť proces kategorizácie obrázkov a kvalifikáciu ich vlastností.

Spontánna tvorba môže byť jedinečne komplexne hodnotiteľná, ale každý fragment, element osobitne môže byť naopak náročný na evaluáciu.

Je skutočne nesporné, že kvantifikácia umeleckého produktu je náročná. Existuje množstvo vplyvov, ktoré sú pri tvorbe nezanedbateľné a ktoré môžu tvorbu meniť. Sú to napr. nálada klienta, predchádzajúce stretnutia v rámci arteterapie, podmienky v miestnosti, ale aj predchádzajúca výchova v rodine, inteligencia a umelecký talent.

V rámci skupinovej arteterapie, kedy skupinový proces výrazne ovplyvňuje výsledný produkt, je tiež možné ľahšie sa dopustiť diagnostických chýb ako u jednotlivca v rámci individuálnej arteterapie.

Ak používame napríklad hodnotenie, ktoré nešpecifikuje jasne predmet výskumu, vtedy iste musíme čeliť technickým problémom.

Je preto vhodné pre úspešnosť hodnotenia v arte výskume nájsť si potencionálne bezlimitové námety.

Nie je ľahké nájsť teoretický rámec diagnostickej evaluácie, ktorý v sebe zahŕňa veľké množstvo obsahových kategórií.

Jednou z možností je priradiť každému predmetu alebo veci v kresbe jej vlastnú kategóriu, ale to prináša problém veľkého nárastu informácii a záznamov a tým v konečnom dôsledku aj ťažkosti v nájdení jasnej a zmysluplnej generalizácie.

Samozrejme, že sa používajú aj iné kategórie hodnotenia, ak ide o hodnotenie kresby, iné u maľby a iné u trojrozmernej výtvarnej produkcie.

Hoci po roku 1960 arteterapeutická literatúra nesmierne vzrástla, najmä zásluhou amerických, britských a nemeckých vydavateľstiev, stále je empirický výskum považovaný za slabšiu stránku arteterapie. Známe sú však štúdie Rubinovej,

Wadsonovej (výtvarné prejavy u šizofrénných pacientov) Kwiatkowskej, (rodinná arteterapia -rodinné konštelácie, koalície, hierarchia) Silver (test na meranie kognitívnych schopností), ktoré boli ako arteterapeutky zapojené mnoho rokov do výskumov v rámci svojho zamestnania v rôznych zariadeniach pre problémovú populáciu. Všetky tieto spomenuté autorky publikovali diskusie o arteterapeutickom výskume a problémoch spojených s ním v rámci objektivizácie a zovšeobecnenie výsledkov.

Výnimku azda tvoria výskumy Malchioldiovej, Kaufmanovej a Wohlovej v populácii týraných a zneužívaných detí, na ktorý na Slovensku naväzuje aj autorka týchto poznámok (Šicková), ktorá komparáciou spracovala výsledky slovenského výskumu u detí s tými istými problémami a našla v mnohých formálnych kritériách jedinečné zhody a podobnosti. Tie sú dôkazom toho, že na extrémne traumatické zážitky jednotlivci výtvarne „reagujú“ rovnako, alebo v rámci alternatív veľmi podobne a je teda prípustné a reálne na tejto platforme v rámci arteterapie aj zovšeobecnenie.

Súčasná americká arteterapeutka Linda Gantt si vytvorila svoju vlastnú hodnotiacu škálu. **Vyvinula 14 položiek na meranie všeobecných atribútov jednoduchej kresby na tému: „Namal'uj človeka, ktorý trhá jablko zo stromu“**

Položky sú nasledovné a dajú sa aplikovať na temer ľubovoľnú tému, ktorú si v artediagnostike účelovo zvolíme.

Kritériá hodnotenia kresby sú nasledovné:

Využitie priestoru, integrácia, vložená energia, kvalita línie, použitie farieb, adekvátnosť farieb, logika, sklon postavy, vývojové štádium postavy, riešenie problému, prítomnosť perseverácií alebo stereotypov, pozadie, detaily, realizmus kresby.

V Čechách sa výskumu v psychodiagnostike detí venujú psychológovia a psychiatri Svoboda, Krejčířová a Vágnerová, opierajúc sa často aj o diagnostiku v rámci kresieb v jednotlivých problémových skupinách detí.

V posledných rokoch mnohí z arteterapeutov v USA, v Európe obhájili svoje dizertačné práce v psychológii alebo v príbuzných odboroch a prispeli tak k lepšiemu definovaniu konceptov a diagnostických metód arteterapie. Niektoré štúdie amerických arteterapeutov dokazujú štatisticky významný nárast v schopnosti správne posudzovať produkty pacientova a nepacientov v rámci arteterapeutickej diagnostiky.

Dokazuje to tvrdenie, že výcvikom arteterapeutov je možné eliminovať chyby pri diagnostikovaní.

Je treba akcentovať znova potrebu vytvoriť jasné a presné diagnostické kategórie, ktoré by arteterapeuti používali v praxi čo najviac. Potom budú môcť byť akceptované ako validné, spoľahlivé a presne definované, čo je aj predpokladom úspešnosti a validity arteterapeutického výskumu.

15 Kresba v arteterapii

Už renesanční maliari zdôrazňovali význam kresby v práci maliara či sochára. Považovali ju za prvotný autorský záznam a delili ju nasledovne:

- **náčrt**, ktorý bol svieži, nový svojou inšpiráciou a bystrým postrehom,
- **škica**, to bol rozvinutý a prepracovaný náčrt, ktorý už akceptoval kompozičné princípy a
- **štúdia**, tá bola kreslená podľa modelu alebo podľa prírody, kým náčrt a škica boli vytvorené z pamäti.

Posledné štádium kresby sa volalo **disegno** a spájala sa v ňom lineárna obrysová kresba s renesančným prínosom kresby, ktorá spočívala vo vnútornej plasticite kresby, v jej vnútornej modelácii. V renesancii sa kresba stala samostatným výtvarným druhom. Bola nazývaná božskou. Jej najväčšia prednosť spočívala v jej exaktnosti. Kresby Leonarda da Vinci mali oboje - aj vedeckú presnosť aj výtvarnú dokonalosť.

Sochárska kresba sa vždy vyznačovala väčšími kontrastami ako maliarska kresba. V renesancii, ale najmä v baroku, kde dostala pomenovanie luministická (výrazné nasadenie svetla, osvetlenia) často kresba vytvárala priestorové architektonické kompozície.

V období klasicizmu sa dávala v umení prednosť lineárnej kresbe, pretože bola topograficky presnejšia.

Kresba disponovala veľkou škálou výtvarno-technických prostriedkov. V renesancii to boli strieborný alebo iný kovový hrot, pero namáčané v sépii alebo lápise, červená rudka. V baroku zase prevládala kresba uhl'om a kriedou alebo aj kresba štetcom a drievkom.

Kresba disponuje podľa Šefcákovej ďalšími špecifikami, ktoré ju robia jedinečnou. Sú to: intimita, komornosť, pohotovosť, ktoré už v maľbe, ktorá je časovo náročnejšia nie sú.

V arteterapeutickom kontexte by sme mohli ešte dodať, že kresba je azda najspontánnejšou z výtvarných médií. Reflektuje aktuálne rozpoloženie kresliaceho, pretože je časovo i materiálovo nenáročná.

15.1 Kresba ako projekcia psychomotorických schopností dieťaťa

Kresba je považovaná za projekciu psychomotorických možností jej autora. Odkrýva povahové črty ako napríklad hyperaktivitu, agresivitu, nízke sebavedomie. Pomocou kresebných testov sa dá u detí zistiť stupeň intelektuálneho vývoja, ale aj formy porúch osobnosti.

Zdravé dieťa prekoná vo svojej kresbe štádium čmáraníc, hlavonožcov, geometrických tvarov až po vytvorenie kompletnej ľudskej postavy. Deti s opozdeným vývojom často fyziognomizujú časti tela. Je skutočne významný fakt, že deti akoby spĺňali vo vývoji svojich kresieb určitý nevedomý, inštinktívny program. Analógia medzi detskými kresbami a kresbami narušených dospelých jedincov nie je náhodná. Téza o fylogenetickom pôvode detských kresieb je nepriamo potvrdená u dospelých psychotikov a schizofrenikov.

Deti kreslia často veci a objekty z viacerých strán, nie ako ich vidia v perspektíve. V odbornej terminológii je tento jav nazývaný detský kubizmus. Detskú logiku a pohľad uprednostňovali rôzne umelecké smery 20. storočia, napríklad dadaisti, kubisti, surrealisti, ktorí zbúrali princípy klasického akademického umenia.

Je nesporné, že deti kreslili v každej dobe, no v histórii nastáva záujem o detskú kresbu a jej dôležitý výchovný potenciál až vtedy, keď naň upozornil J. A. Komenský.

Psychoanalýza podobne priniesla prevrat v pohľade na detskú kresbu, pretože odhalila v človeku inštinky ranného detstva, ktoré boli potlačované.

Súčasní arteterapeuti (Kyzour, Perout, Petzold) vychádzajú z hypotetického, ontogenetického modelu osobnosti uplatňovaného v arteterapii, ktorý stavia na vývojových štádiách Piagetovej kognitívnej teórie (senzomotorické, egocentrické, objektívne alebo konkrétne a reflexívne, či formálne štádium). Snažia sa aplikovať Piagetovo poňatie zákonitostí detského myslenia do oblasti vývoja detskej kresby.

V 70. rokoch Kyzour vypracoval terapeutické využitie tohoto modelu, ktoré predpokladá absolvovanie všetkých spomenutých štádií so schopnosťou inšpiratívnych náznakov, bez ktorých by nebolo autenticity a tvorivosti. Ak dôjde k vynechaniu niektorej z vývojových etáp, je potrebné sa v rámci terapie do nich výtvarne vracat' (Perout 2000).

Dieťa kreslí veci nie také ako ich vidí, ale také ako o nich so skúsenosti vie. Detská kresba môže potom byť aj akousi deformáciou skutočnosti, lebo dieťa vyzdvihne a zdôrazní v kresbe, to čo je preň dôležité. A tento fakt je v arteterapeutickej diagnostike veľmi významný.

Celkom prvé kresby dieťaťa sú vytvorené z túžby vlastnej každému človeku vtlčiť svoju stopu do sveta, zanechať v priestore svoju správu, či odkaz a súčasne sa ho týmto aktom zmocniť a ovládnuť ho. Uvediem príklad trojročného chlapca, ktorého som pozorovala pri jeho tvorivom akte, akte zmocnenia sa priestoru cez kresbu:

Stál pri vchodových dverách do bytu a netrpezlivo sa dobýjal von. V ruke držal kriedu. Keď sa mu podarilo donútiť ma, aby som ho sprevádzala na ulicu pred dom, okamžite bežal k veľkej mláke so zaujímavým nepravidelným obvodom, ktorú mal evidentne už vytipovanú. Kriedou rýchlym pohybom, šikovne obkreslil dookola linku, uzavrel ju, obkresliac celý zaujímavý obvod. Napokon spokojne konštatoval: „Pejfektná gjařika”.

15.2 Vývojové štádiá detskej kresby

Cyril Burt (1922) popísal nasledovné **štádiá detskej kresby**:

1. Čmáranice – vek 2 až 5 rokov

- nezámerné, náhodné čmáranie, čisto svalové pohyby ramena, obyčajne sprava doľava
- zámerné čmáranie – niekedy ho dieťa aj pomenuje
- napodobované čmáranie – pohyby celej paže sú vystriedané pohybmi zápästia, neskôr prstov, snaha napodobniť pohyby dospelého
- lokalizované čmáranie, snaha o znázornenie význačných častí objektu

2. Línia – 4 roky, rozvíja sa zrkovú kontrolu, prvé tvary – kruh, hlavonožce

3. Popisný symbolizmus – 5 až 6 rokov, prvá postava ako schéma

4. Popisný realizmus – 7 až 8 rokov, kresby sú skôr logické ako vizuálne (dieťa kreslí to, čo o predmete vie a nie ako ho vidí). Absencia perspektívy, transparentnosť, objavenie sa profilu

5. Vizuálny realizmus – 9 až 10 rokov, od kreslenia spamäti ku kresleniu podľa predlohy. Pokus o znázornenie perspektívy, prelínanie, tieňovanie, skratky

6. Potlačenie – 11-14 rokov, rozčarovanie, väčší dôraz na verbálny prejav, strata odvahy

7. Umelecké oživenie – 15 rokov

15.3 Kresebné testy

Goodenoughovej test kresby ľudskej postavy (1926)

Testuje inteligenčnú úroveň kresliaceho dieťaťa všeobecne. Má až 78 detailov, ktoré sa hodnotia, ukazujú silnú koreláciu s IQ. Test umožňuje určiť mentálny vek pomocou výkonnostnej stupnice.

Machoverovej test (1949) kresby ľudskej postavy

Je modifikáciou Goodenoughovej testu kresby ľudskej postavy. Dieťa má za úlohu nakresliť ľudskú postavu a keď je hotové má nakresliť postavu opačného pohlavia, ako nakreslilo pri prvej kresbe. Nasleduje rozhovor terapeuta s dieťaťom, kde dieťa upresňuje informácie o nakreslených postavách. Machoverová uvádza, že pri kresbe ľudskej postavy dochádza k projekcii, keď sa dieťa identifikuje s nakreslenou postavou a dáva jej rysy, ktoré podľa vlastného názoru sám má, alebo túži mať. Kreslenú postavu opačného pohlavia môže identifikovať s inou osobou, ktorá je pre neho dôležitá, často s rodičom. Test je vhodný aj na určenie chorobných zmien osobnosti dieťaťa.

Kresba ľudskej postavy

Môže byť vnútorným i vonkajším autoportrétom dieťaťa. Môže projekovať pocity dieťaťa o sebe samom, alebo o ideálnom koncepte seba. Terapeut si všíma v kresbe postavy najmä veľkosť, umiestnenie, prítlak linky, jej kvalitu, spontaneitu alebo naopak rigiditu kresby. Dôležitá pre diagnostiku je tvár, jej črty, ale aj jej časti, najmä ruky. Oblečenie, resp. prítomnosť bizarných detailov je tiež dôležitá. Koppitz (1968) identifikuje 30 indikátorov potencionalných emocionálnych porúch v kresbe. Jedným z najdôležitejších sú integrácia kresby, tieňovanie niektorých častí, veľkosť figúr, asymetria, príliš dlhé, alebo príliš krátke končatiny, škul'avosť, znázornenie genitálií,

ruky bez prstov. Samozrejme vždy treba brať do úvahy vek dieťaťa. S vekom pribúda v kresbe aj množstvo detailov.

Test ľudskej postavy je používaný najčastejšie spolu s kresbou domu a stromu.

Test stromu - Baum Test podľa Kocha (1952)

Je inšpirovaný grafológiou. Jeho základný princíp tkvie v tom, že kresba stromu je na symbolickej úrovni kresbou seba samého. Pri teste sa zaznamenáva aj priebeh kresby (prípadné gumovanie...). Jednotlivé rysy kresby môžu byť výrazom rôznych vrstiev osobnosti, preto je jeho výklad komplikovaný. V teste „vľavo“ má vzťah k introverzií, minulosti, návratu, vzťahu k matke „vpravo“ je smer k budúcnosti, „hore“ je späté s vedomím, „dole“ s nevedomím pudovosťou, zakorenení v bytí. Interpretácia tohto testu vyžaduje dlhoročnú prax. V kresbe stromu dieťa nevedome selektuje z množstva stromov, ktoré kedy videlo. Nakreslí taký strom, ktorý najviac reflektuje jeho city. Kmeň (Buck 1981) reprezentuje city a vnútornú silu, podobne ako to u postavy predstavuje trup. Diery v kmeni môžu reprezentovať zažitú traumy. Konáre a ich štruktúra sú asociované so schopnosťou vyťažiť pre seba z okolia uspokojenie tak, ako je to obdobne u kresby rúk na postave. Dobre organizované a tvarované konáre sú znakom flexibility. Korene reprezentujú pudové stránky osobnosti a indikujú stabilitu, či labilitu osobnosti. Sú oporou osobnosti. Tie, ktoré sa zužujú do zeme reflektujú dobrý kontakt s realitou a pozitívny vývoj naopak tie korene, ktoré sú viditeľné cez pôdu môžu indikovať psychózu alebo organicitu (Ogdon 1981). Je dôležité, aby autor kresby stromu doplnil kresbu verbálnymi odpoveďami. Napr.: Aký druh stromu si nakreslil? Je tento strom zdravý? Je živý alebo mŕtvy? Má semená? Má plody? Kde stojí? Aké je práve ročné obdobie? Ktorá časť stromu je najlepšia? Ktorá je najhoršia? Podobne ako u kresby postavy aj tu si treba všímať veľkosť, umiestnenie, línie a detaily.

Test domu

Kresba domu symbolizuje vlastný obraz dieťaťa, obraz jeho tela, jeho vyspelosť, kontakt s realitou a citovú zrelosť. Experti projektívnych kresieb sa domnievajú, že je aj reflexiou rodičovského domova (Wohl, Kaufman 1985), ale aj vzťahu k rodičom a súrodencom. Dom býva často obľúbenou témou detských kresieb popri figúre. Výskum ukázal, že až v 60 % spontánnych detských kresieb, u detí 6 až 7 ročných sa objavuje práve dom. U detí starších je dom už zriedkavejší. Je možné, že to súvisí s väčšou nezávislosťou dieťaťa v neskoršom veku na rodine. V celkovom pohľade na kresbu domu si terapeut všíma veľkosť, umiestnenie, kvalitu línie, prípadnú transparentnosť, perspektívu, detaily. Všetky detaily majú svoju symboliku: okná, dvere, komín, strecha. Dvere reprezentujú schopnosť dieťaťa ku kontaktu s inou osobou. Otvorené dvere symbolizujú silnú potrebu citovej väzby. Vynechanie dvier môže znamenať stiahnutie sa, uzavretie pre okolie. Okná to sú akési oči do okolia, do prostredia. Indikujú normálny vývoj dieťaťa. Neprítomnosť okien je znakom uzavretosti, strachu dieťaťa, nemožnosti nahliadnutia do jeho vnútra. Steny a ich hrúbka môže napovedať o sile ega. Ak sú steny slabé, ego je krehké, zraniteľné. Preexponované silné steny sú znakom sebakontroly.

Komín je falický symbol, ale aj symbol tepla vo vzťahoch. Strecha symbolizuje myslenie a fantáziu. Proporcie strechy môžu indikovať veľkosť fantázie dieťaťa. Ak je strecha malá, alebo celkom chýba, môže to signalizovať neschopnosť snívať a malú dávku fantázie. Podobne ako pri kresbe stromu a postavy, terapeut sa má následne pýtať dieťaťa doplňujúce otázky o dome, ktoré nakreslilo.

Dynamický test kresby ľudskej postavy (István Hárdi 1992)

Archivuje série kresieb v zmysle ich opakovaní a sledovaní dlhodobého vývoja a štádií ako „míľnikov smerovania psychiky“. Nejde o analýzu izolovaných detailov, ale o analýzu štýlu a priebehu celej kresby. Sledujú sa zmeny, alebo rigidné pretrvávajúce pôvodnej schémy. Sprístupňuje zmenu osobnosti vizuálne.

Wartegov test, bol zostavený a publikovaný v 50. rokoch 20. storočia.

Poskytuje možnosť projektívneho doplnenia niektorých čiar umiestnených v prázdnych štvorcoch. Má niekoľko variantov.

Kresba začarovanej rodiny

Stimuluje symbolické vyjadrovanie dieťaťa, inštrukcia znie: „Nakresli tvoju rodinu, tak akoby prišiel kúzelník a každého z vás začaroval na zviera, ktorému najlepšie zodpovedá.“ Po ukončení kresby je vhodné vypočuť interpretáciu dieťaťa o svojom výtvore. Deti s nízkym sebahodnotením, sebavedomím, týrané deti kreslia seba ako mravcov, alebo iný malý hmyz.

Linda Gandt, súčasná americká arteterapeutka vytvorila arteterapeutický manuál s inštrukciou: **Namaľuj osobu, ktorá trhá jablko zo stromu.** Kreslí sa na formát A4, 12 farebnými ceruzkami.

Kritéria hodnotenia obsahuje manuál, ktorý má 14 skúmaných položiek. Napr. Využitie priestoru, integrácia obrázku, úroveň nakreslenej postavy, zodpovedajúce farby, logika, prítomnosť stereotypov, vložená energia. Arteterapeut je inštruovaný tak, že pomocou bodovej škály od 0 až do 5 bodov hodnotí maľbu podľa svojho vlastného úsudku.

Nakoniec uvediem **Test imaginácie a zmyslu pre súvislosti (Šicková 1984).** Inštrukcia znie: Na papier A4 namaľuj obrázok z týchto slov: cesta, svetlo, človek, hlas. Verbálne impulzy evokujú u človeka niečo konkrétne. Konštelácia štyroch slov podľa výberu arteterapeuta má okrem cvičenia sa v predstavivosti aj diagnostický rozmer. Tento test som zadala viac ako 400 deťom aj dospelým, študentom, deťom z bežnej ZŠ, z diagnostického ústavu, jednotlivcom pri individuálnej terapii.

Väčšina kresliacich slová zložila do súvislostí a vytvorila určitý dej. Deti mentálne handicapované kreslili slová bez kontextu, súvislostí, oddelene. 20-ročné mentálne retardované dievča s echoláliou a prílišnou potrebou pochvaly, ktorú si často vynucovala prílišnou úslužnosťou, nakreslila všetky slová trojmo. Chlapec s ľahším stupňom mentálnej retardácie, ktorý si svoj mentálny handicap uvedomoval, dokonca ho aj v odbornej terminológii verbalizoval, bol schopný vytvoriť celostný obrázok. Nakreslil človeka na ceste ako nesie kameň. V balóniku vychádzajúcom mužovi z úst

bolo napísané: „Nesiem kameň.“ Tento mladý muž takto projikoval nevedome svoj handicap ako celoživotné bremeno, ktoré nesie na svojej životnej ceste.

Deti z diagnostického ústavu zo stredného Slovenska, nachádzajúceho sa na vidieku kreslili „Cestu“ ako poľnú alebo lesnú cestu.

Poslucháči liečebnej pedagogiky kreslili väčšinou „Cestu“ ako symbolickú cestu životom, cestu za láskou, cestu za hlasom svojho srdca.

„Cestu“ pochopili deti z mesta väčšinou ako ulicu.

Zaujme aj cesta 12-ročného chlapca, ktorý ju nakreslil ako svoju cestu do hudobnej školy, kde chodil s veľkou nechuťou. Je ožiarená svetlom pouličnej lampy (často sa z hudobnej školy vracal domov večer, za tmy). Postava človeka je nakreslená zozadu, vyjadruje to jeho postoj k hudobnej škole alebo snád' aj jeho potlačovanú agresivitu, vrhá dlhý tieň pred seba. Na ceste leží kameň, prekážka, nie je však veľká. Sám chlapec v rozhovore charakterizoval ako cvičenie na klavíri, ktoré ho nebaví. Robí to len preto, že to chce jeho matka.

Slovo „Svetlo“ vyjadrila väčšina respondentov ako slnko. Ďalšia početná skupina nakreslila svetlo ako pouličné osvetlenie, deti z cirkevnej školy väčšinou ako žiaru, jasnú bytosť, Boha. Svetlo ako žiaru z výbuchu atómovej elektrárne nakreslili deti zo ZŠ z Trnavy, teda z blízkosti atómovej elektrárne Jaslovské Bohunice. Človeka tieto deti nakreslili ako bežiacu horiacu postavu volajúcu o pomoc. Domnievam sa, že takéto stvárnenie nie je náhodné práve v tejto populácii detí. Ich obavy ako aj atmosféra napätia sa takto projikovali do ich kresieb.

Iné 10-ročné dievča z diagnostického ústavu, ktoré stratilo rodičov, nakreslilo svetlo ako žiaru vychádzajúcu z jaskyne v lese. Po lesnej ceste sa k nej približuje detská postava, pravdepodobne sama autorka kresby, v očakávaní niečoho mimoriadneho, tajomného.

Znázornenia slova „Hlas“ bolo pre väčšinu respondentov deti aj dospelých najťažšie. Z pochopiteľných dôvodov-zvuk je akustický efekt, pôsobiaci na iný ľudský zmysel ako je zrak, ale práve pre túto jeho nevizuálnu formu bolo zaujímavé zistenie, ako si s ním ten ktorý autor poradil. Znázornenie „Hlasu“ graficky vo výtvarnej expresii, to je náročná úloha aj pre profesionálneho výtvarníka. Snád' „najpočetnejšie“ tento fenomén znázornil vo svojom obraze „Výkrik“ nórsky maliar E. Munch.

Niektoré deti si s týmto problémom pomohli pomocou „balónikov“, ako to videli pri komixoch a do balónikov vpísali príslušný text.

Je symptomatické veľké množstvo krvavých scén, ktoré vytvorili 10 až 12 ročné intaktné deti z bežných ZŠ. Väčšinou ide o autonehody na mestskej komunikácii. Buď do seba narazia dve autá, alebo auto zrazí človeka „ktorý toho moc vedel“.

„Hlas“, ako spev vtáka nakresli len malý počet detí. Väčšinou deti z diagnostického ústavu z neúplných rodín, z neusporiadaných rodín, dokonca to boli deti, ktoré boli svedkami toho, ako jeden rodič zavraždil druhého. Dá sa predpokladať, že si takto v kresbe kompenzovali deficit nehy, citu, lásky.

Naopak deti z „usporiadaných“, „slušných“, úplných rodín do svojich kresieb projikovali agresivitu, túžbu po dobrodružstve, po nebezpečí.

Zaujímavý je aj obrázok inaktného 11-ročného dievčaťa. Tmavá ulica, svetlo to je mesiac. Osvetlené je len jedno okno v dome. Za oknom sedí pri klavíri hrajúce dievča. „Hlas“ - hudba sa nesie v podobe nôt von z okna. Po ulici ide človek s palicou, „hľadač talentov“, ako ho autorka nazvala. Ten začuje krásnu hudbu. Objaví nadanú hudobníčku a tá sa stane nakoniec slávna. „Nakreslila som svoju cestu za slávou“, komentovala tento obrázok dievčina. Takto projikovala svoju ambicióznosť a ctižiadostivosť. Akú diametrálne rozdielnu asociáciu uvoľnila konštelácia tých istých slov u už spomenutého chlapca s odporom k hudobnej škole!

Na základe môjho testu pre súvislosti sa mi často podarilo naviazať s kresliacimi rozhovor o ich problémoch, ktoré touto formou vyplávali na povrch.

Zaujmal ma aj obrázok a príbeh mladej 26-ročnej ženy, ktorej „cesta“ bola kľukatá, s výraznou stredovou prerušovanou čiarou. Bola to projekcia jej somatického ochorenia chrbtice -strávila pol roka na invalidnom vozíku. Postava človeka sa vznášala akoby v stave beztiaže. Z celkovej kompozície však bolo cítiť integrovanosť, vyrovnanosť a pokoj.

Arteterapeut John Allan, ktorý pracoval s onkologickými chorými deťmi spomína prerušovanú čiaru v kresbách jeho klientov ako symptóm strácania hraníc svojej telesnej schránky, ktorá predchádza terminálnemu štádiu ochorenia.

Obrázok 18-ročnej fyzicky postihnutej dievčiny – kreslila ho ústami znázorňuje „cestu“ na kopec, na vrch. Končí dvoma pahorkami, oblúkmi. Asociuje dosky

prikázaní, ktoré dostal biblický Mojžiš. Pod kopcom je množstvo malých krúžkov - ľudí. Jej „cesta“ je cestou zmierenia sa so svojim handicapom.

Body image test

Test pozostáva z predkreslenej obrysovej línie ľudskej postavy na formáte A4 v pozícii en face. Pozícia postavy je ústretová, nohy sú mierne rozkročené a ruky v geste otvorenej náruče, pôvodne bol test určený návštevníkmi Centra TT, ako privítanie, ale aj zároveň vstupná informácia pre terapeuta o sebaobrazu autora.

Inštrukcia znie: vyfarbi túto postavu 12 farebnými pastelkami a povedz, koho predstavuje.

Diagnostický zámer je v monitorovaní psychomotorických schopností tetovaného, stav jemnej motoriky, identifikácia sa s vlastným pohlavím a vzťah k opačnému pohlaviu.

Hodnotiaci hárok

Body image test TT		vek	
©2000, J. Šicková		pohlavie	
A. psychomotorické schopnosti testovaného			
nedodržiava obrysovú líniu	v celej postave		
	v hornej časti		
	v dolnej časti		
	dodržiava obrysovú líniu		
B. identifikácia sa so svojim pohlavím, vzťah k opačnému pohlaviu			
Vytvoril postavu	identickú so svojim pohlavím		

	opačného pohlavia	
	nevie povedať, koho postava predstavuje	

C. emočné dispozície autora v použití farieb

autor použil	adekvátne farby	
	bizarné farby	
	komplementárne kombinácie farieb	
	len jednu farbu	

D. vzťah k vlastnému telu

	zvýraznené miesto (deformácia, hypertrofia)	
	anatomicky korektné znázornenie	
	vynechanie niektorej časti (tváre alebo trupu)	

E. výraz tváre

	Neutrálny	
	Usmiaty	
	Smutný	

F. vyfarbenie pozadia

	pozadie stvárnené	
	bez pozadia	

G. správanie sa počas práce

	pokojné správanie	
	rozrušenie pri vyfarbovaní niektorej časti tela	

Teraz uvediem pre ilustráciu 5 kazuistík v súvislosti s Body image testom.

Bohuslava

Vek 9 rokov

Dg. Elektívny mutizmus

Výtvarná reflexia, Body image test

B. nakreslia postavu ženského pohlavia, identifikuje sa s ňou. Rada nosí zamatové šaty a ružové mašle vo vlasoch, no paradoxne hygienické návyky nemá vypestované.

Dominujúce farby čierna, modrá

Postava je oblečená do modrých transparentných šiat, ktoré sa od pásu dole stávajú viac transparentnými, jedna topánka čiernej farby je bizarne predĺžená, druhá celkom chýba

Výraz a detaily tváre : dlhé čierne vlasy, výrazné oči s dlhými mihalnicami a výraznými plnými perami

B. pochádza z rozvedenej rodiny, nekomunikuje verbálne s nikým okrem matky má problémy s enurézou a následne s dodržiavaním hygieny.

matka udáva , že problémy nastali, keď bola prvý raz sama s otcom na dovolenke u jeho rodičov. Otec ju fotil nahý už ako 4 ročnú v neprimeraných pózach .

Hodnotenie: farebnosť depresívna (čierna topánka bizarného tvaru je zvýraznená silnejším prítlakom, je preto možné ju považovať za nejako významnú. (Podobná topánka sa objavila u chlapca z detského domova, ktorého otec bol alkoholik).

B. v spoločnej maľbe s matkou všetky matkine prvky začiernila čiernou farbou.

Vzťah k matke je manipulatívny.

V koláži pri možnosti výberu si dieťa vyberalo fragmenty farebných časopisov s erotickou tematikou, okrem tejto dominovali obrázky mobilu.

V modelovaní z hliny dominovali mačky, ako symbol čistotnosti, ako B. sama komentovala, keď prvý raz prehovorila po 1 a pol roku arteterapeutickej intervencie s arteterapeutom (mačka je častý symbol u detí týraných a zneužívaných).

V ostatnej výtvarnej tvorbe, ktorej B. produkuje veľké množstvá dominujú vždy tri elementy, ako znázornenie rodiny. Napr. traja vtáci, odlišení veľkosťou, tri srdcia, tri planéty.

B. takto projekuje túžbu po úplnej rodine. Jej kresby sú na dobrej výtvarnej úrovni, veľmi dynamické, na vyššom vývojovom stupni ako je jej fyzický vek.

B. navštevovala arteterapeutické stretnutia 2 roky, dva razy do týždňa.

B. sa čiastočne integrovala do Montessori školy.

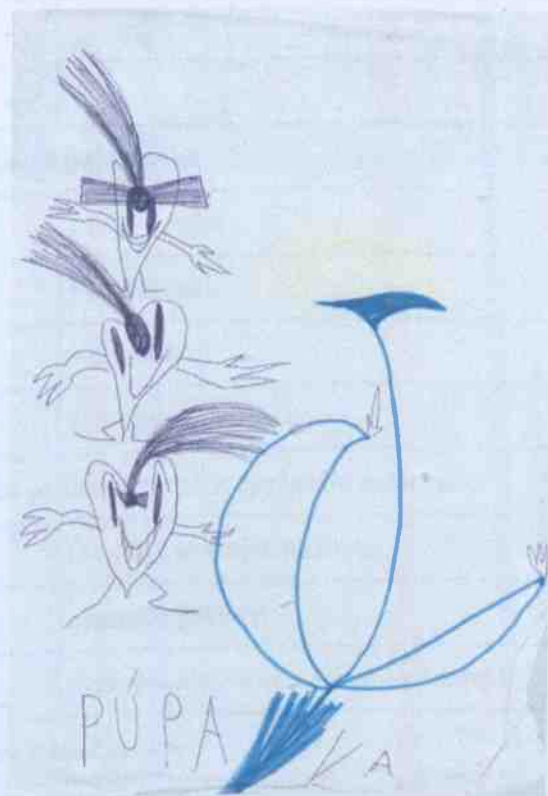
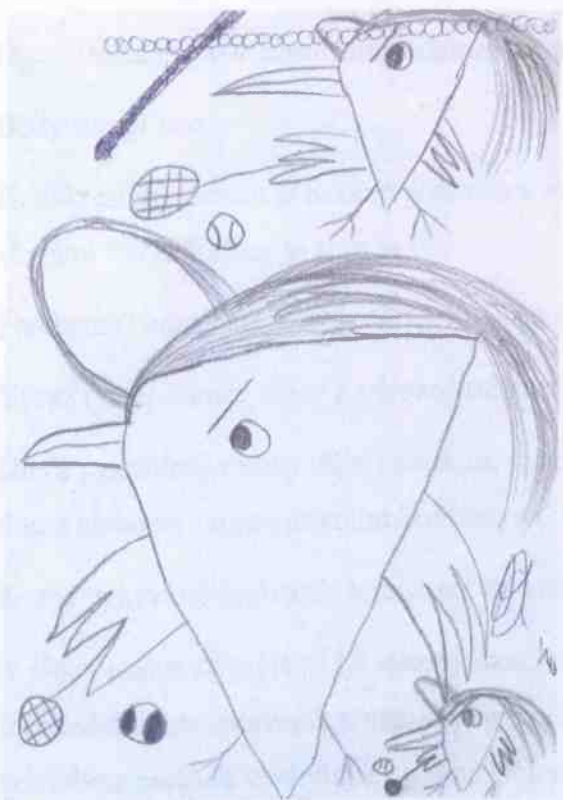
Body image test TT

Body image test TT ©2000, J. Šicková	vek	9
	pohlavie	D
A. psychomotorické schopnosti testovaného		
nedodržiava obrysú líniu	v celej postave	
	v hornej časti	
	v dolnej časti	
	dodržiava obrysú líniu	x
B. identifikácia sa so svojim pohlavím, vzťah k opačnému pohlaviu		
Vytvoril postavu	identickú so svojim pohlavím	x
	opačného pohlavia	
	nevie povedať, koho postava predstavuje	
C. emočné dispozície autora v použití farieb		
autor použil	adekvátne farby	x
	bizarné farby	
	komplementárne kombinácie farieb	
	len jednu farbu	
D. vzťah k vlastnému telu		
	zvýraznené miesto (deformácia, hypertrofia)	x
	anatomicky korektné znázornenie	
	vynechanie niektorej časti (tváre alebo trupu)	

E. výraz tváre		
	Neutrálny	
	Usmiaty	
	Smutný	x
F. vyfarbenie pozadia		
	pozadie stvárnené	
	bez pozadia	x
G. správanie sa počas práce		
	pokojné správanie	
	rozrušenie pri vyfarbovaní niektorej časti tela	x



Symptomatické obrázky pozostávající z troch elementov (vľavo a dolu),
a fyziognomizovaná mačka (symbol čistotnosti) (vpravo).



Kvetka

Vek 9 rokov

Dg. telesne handicapovaná, kvadruparéza

Body image test

K. nakreslila postavu ženského pohlavia a identifikovala sa s ňou, komentovala to slovami “to je šlapka, to som ja.!”

Farebnosť: komplementárne farby zelená a červená

Výraz tváre: bohaté vlasy a výrazné mihalnice.

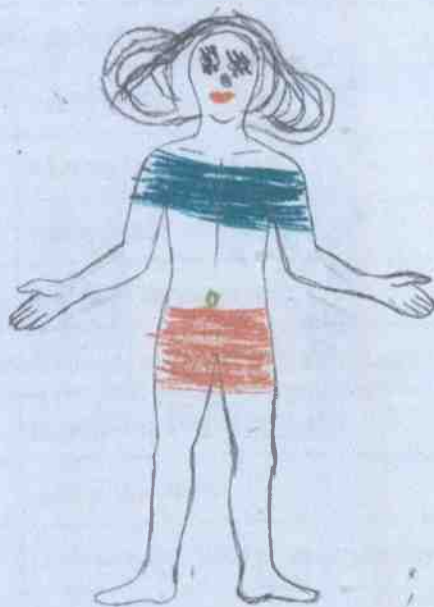
Dieťa s neúplnej rodiny, žije s matkou, ktorá chodí na nočné služby a vtedy je sama doma alebo so svojim starším bratrancom. Matka ich raz našla sledovať porno film.

K. má vyzývavé správanie k mužom vrátane chlapcov mladších od nej.

V Body image sa prejavil jej telesný handicap, nedodržiavaním obrysu kresby ako aj jej neadekvátne správanie a neprimerané sebavedomie a deformovaný až patologický sebaobraz často sa vyskytujúci u detí s telesným handicapom ako kompenzácia pocitu menejcennosti.

Body image test TT ©2000, J. Šicková	vek	9
	pohlavie	D
A. psychomotorické schopnosti testovaného		
nedodržiava obrysovú líniu	v celej postave	x
	v hornej časti	
	v dolnej časti	
	dodržiava obrysovú líniu	
B. identifikácia sa so svojim pohlavím, vzťah k opačnému pohlaviu		
Vytvoril postavu	identickú so svojim pohlavím	x
	opačného pohlavia	
	nevie povedať, koho postava predstavuje	
C. emočné dispozície autora v použití farieb		
autor použil	adekvátne farby	

	bizarné farby	
	komplementárne kombinácie farieb	x
	len jednu farbu	
D. vzťah k vlastnému telu		
	zvýraznené miesto (deformácia, hypertrofia)	x
	anatomicky korektné znázornenie	
	vynechanie niektorej časti (tváre alebo trupu)	
E. výraz tváre		
	Neutrálny	
	Usmiaty	x
	Smutný	
F. vyfarbenie pozadia		
	pozadie stvárnené	
	bez pozadia	x
G. správanie sa počas práce		
	pokojné správanie	
	rozrušenie pri vyfarbovaní niektorej časti tela	x



Sisa

Vek 5 rokov

Dg. Telesne postihnutá, na invalidnom vozíku, osteogenesis imperfecta

Body image test

Postava je celá obkolesená zväštnými riasami, ochlpením.

Pri maľovaní genitálnej oblasti sa rozplakala a nedokončila ju.

Postava je evidentne mužská.

Je to podľa jej výpovede konkrétny vychovávateľ, ku ktorému chodíeva na sviatky domov.

Farebnosť: fialovo- žltá (komplementárne farby)

Hlava: cez hlavu prechádza klinovitý tvar, ktorý je ružovej farby

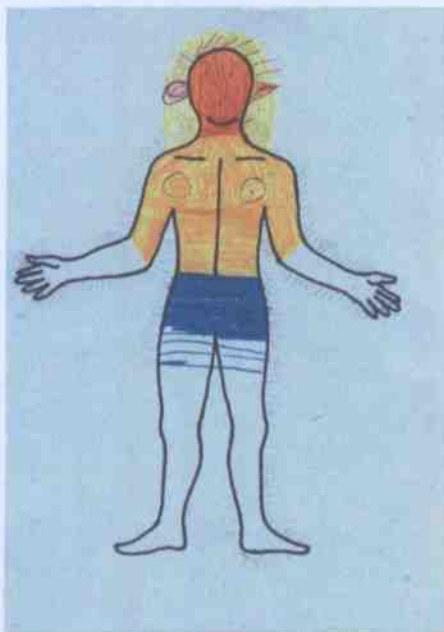
Podozrenie na sexuálne zneužitie vychovávateľom.

Nakreslia dom, v rovnakej farebnosti, kde bizarný dym stúpa z komína, v dolnej časti obrázku je meno vychovávateľa s zvýrazneným I. s bodkou.

Na odporúčanie arteterapeuta poslaná na psychologické vyšetrenie.

Body image test TT ©2000, J. Šicková	vek	9
	pohlavie	D
A. psychomotorické schopnosti testovaného		
nedodržiava obrysovú líniu	v celej postave	x
	v hornej časti	
	v dolnej časti	
	dodržiava obrysovú líniu	
B. identifikácia sa so svojim pohlavím, vzťah k opačnému pohlaviu		
Vytvoril postavu	identickú so svojim pohlavím	
	opačného pohlavia	
	nevie povedať, koho postava predstavuje	x
C. emočné dispozície autora v použití farieb		

autor použil	adekvátne farby	
	bizarné farby	X
	komplementárne kombinácie farieb	X
	len jednu farbu	
D. vzťah k vlastnému telu		
	zvýraznené miesto (deformácia, hypertrofia)	
	anatomicky korektné znázornenie	
	vynechanie niektorej časti (tváre alebo trupu)	X
E. výraz tváre		
	Neutrálny	X
	Usmiaty	
	Smutný	
F. vyfarbenie pozadia		
	pozadie stvárnené	
	bez pozadia	x
G. správanie sa počas práce		
	pokojné správanie	
	rozrušenie pri vyfarbovaní niektorej časti tela	x



Dom s bizarným dymom.



FELIX
MIMIUK HA
VLOMIKES

Chul

Vek 10 rokov, kórejskej národnosti

Dg. Enuréza a posttraumatický syndróm počas telesnej výchovy v medzinárodnej škole na Slovensku v parku fyzicky napadnutý neznámym mužom, zranený, po tom, čo sa stratil ostatným

Body image

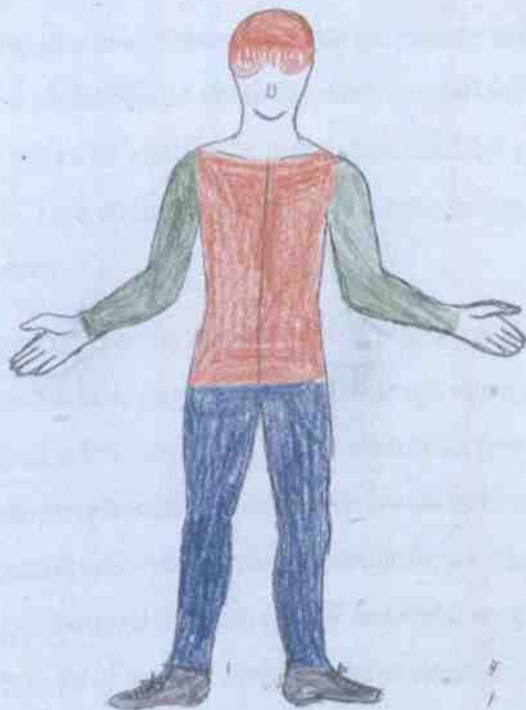
Postava mužského pohlavia

Farebnosť bizarná. Evokuje stekajúcu krv a opuchnuté oči, sebaprojekcia, seba identifikácia.

Chlapec nakreslil následne aj obrázky objasňujúce celú udalosť akoby z vtáčej perspektívy a muža v oblečení pripomínajúcom bezdomovca. Vzhľadom na fakt, že vedel komunikovať len v kórejščine, tieto neverbálne zdelené informácie nadobudli význam v procese objasňovania celej kauzy, ako aj v procese sublimácie zažitej traumy a eliminácie symptómov postraumatického stresového syndrómu.

Body image test TT ©2000, J. Šicková	vek	10
	pohlavie	M
A. psychomotorické schopnosti testovaného		
nedodržiava obrysovú líniu	v celej postave	
	v hornej časti	
	v dolnej časti	
	dodržiava obrysovú líniu	x
B. identifikácia sa so svojim pohlavím, vzťah k opačnému pohlaviu		
Vytvoril postavu	identickú so svojim pohlavím	x
	opačného pohlavia	
	nevie povedať, koho postava predstavuje	
C. emočné dispozície autora v použití farieb		
autor použil	adekvátne farby	x
	bizarné farby	
	komplementárne kombinácie farieb	

	len jednu farbu	
D. vzťah k vlastnému telu		
	zvýraznené miesto (deformácia, hypertrofia)	x
	anatomicky korektné znázornenie	
	vynechanie niektorej časti (tváre alebo trupu)	
E. výraz tváre		
	Neutrálny	
	Usmiaty	
	Smutný	x
F. vyfarbenie pozadia		
	pozadie stvárnené	
	bez pozadia	x
G. správanie sa počas práce		
	pokojné správanie	
	rozrušenie pri vyfarbovaní niektorej časti tela	x



TATA

Števkó

Vek 10 rokov

Dg. diagnóza Attachment disorder, porucha pripútania sa

Števkó je Róm a vo veku 3 rokov bol adoptovaný zahraničným manželským párom žijúcim na Slovensku. Chlapec vie pravdu o svojej adopcii, ale rodičia mu zatajújú jeho rómsky pôvod. Napriek ich starostlivosti máva chlapec záchvaty zúrivosti, agresivity. Neopätuje prejavy náklonnosti, neznaša nežné dotyky. K adoptívnej matke sa často chová hrubo a „bezcitne“. V škole sa nepodriadiuje požiadavkám učiteľov, nemá kamarátov.

Poruchy správania a učenia môžu primárne súvisieť s attachment disorder (AD), teda s neschopnosťou primárneho vzťahu s matkou, neschopnosťou adaptácie a pripojenia sa k novej rodine, v ktorej žije už 7 rokov.

Na zadanú tému, Ja a môj najbližší vymodeloval svojho nevlastného brata. Opísal potom skutočnú príhodu, kedy spolu s bratom spali v jednej posteli, obrátení nohami k sebe. „Prišli sme každý z inej strany“, dalo by sa dedukovať z jeho plastiky.

Chlapec to vyjadril veľmi čitateľne neverbálnou cestou. Je diagnosticky významné, že nevymodeloval po svojom boku ani matku, ani otca, ale práve nevlastného brata a umiestnil ho do pozície „z opačnej strany.“

U Števkó došlo k dvojnásobnej traume. Krátko po pôrode bol umiestnený do kojeneckého ústavu a neskôr do detského domova, odkiaľ si ho zobrali na skúšobnú dobu prví náhradní rodičia. V tom čase musel ísť chlapec na operáciu zápalu slepého čreva. Táto rodina si ho však už z nemocnice domov nevzala. Vrátili ho do detského domova.

Pri jednom arteterapeutickom stretnutí, kde bola prítomná aj terajšia adoptívna matka Števkó, som oboch požiadala, aby vymodelovali svoje autoportréty. Potom ich mali darovať jeden druhému a korigovať ich podľa vlastných predstáv. Chlapec bol zjavne zručnejší ako jeho adoptívna matka, ktorá modelovala prvý raz vôbec. Števkó jej do modelovania stále zasahoval, vylepšoval jej autoportrét a doslova povedal, že sa urobila škaredá a v skutočnosti je krajšia. Keď dokončil svoj portrét i s krkom, dorobil krk aj svojej mame tak, že si v realite zmeral, kam siaha jeho hlava, keď stojí vedľa seba. Pritúlil sa k matke a dľaňou to odmeral. Potom vytvoril proporčne správnu zmenšeninu svojho a matkinho poprsia. Ponúkla som mu, aby obe hlavy zošlikoval,

teda zlepil riedkou hlinou. To rezolútne odmietol, nakoniec však pripustil, že keď sa sošky vypália, postaví ich blízko seba.

Na nasledujúcom stretnutí sa Š. odmietol rozlúčiť bozkom s matkou, ktorá ho priviedla do Centra TT. Téma stretnutia bola prsto maľba na veľký baliaci papier. Začala som, v snahe pomôcť mu, sama maľovať na papier obrisy matky s dieťaťom. Domaľoval im oči a vlasy rozdielnych farieb. Matke oči modré a vlasy čierne a dieťaťu oči zelené a vlasy hnedé. Ja som domaľovala matke prsia. Chlapec ich začiernil a prehlásil: “Fuj, ja som nikdy nepil mlieko z „toho“.

Madona, ktorú sme spolu vytvorili pripomínala rómsku ženu s modrými očami a s akosi sa k nej nehodiacim dieťaťom.

Následne dostal Š. hlinu a mal vymodelovať matku s dieťaťom, ktorých sme práve namalovali. Po krátkom vyhovaraní predsa nakoniec takúto sošku vymodeloval. Bolo to vlastne jedno telo, majúce dve hlavy, ženskú a detskú. Pripojenie k matke, ktoré ešte nedávno odmietal hoci len v rovine hlinenej metafory, bol dnes schopný realizovať i akceptovať.

Začal sa tým proces jeho pripojenia k matke v intenciách spirituálne ekologickej arteterapie.

- screening problému- neschopnosť pripútania sa- vymodelovanie oddelených sošiek
- zoomoming - sústredenie sa práve na tento páľčivý problém a jeho zväčšenie- maľba madony
- pretransformovanie, recyklácia problému do novej výtvarnej podoby - modelovanie madony s jedným telom
- snaha o transfer do reálnej zmeny vzťahu k adoptívnej matke

Jeho madona bola na nižšom vývojovom stupni ako maľba, čo reprezentovalo potrebný regres do jeho útleho veku.

Matka ventilovala slzami svoje pocity pri pohľade na madonu, ktorú Števkó nazval černošskou matkou s dieťaťom.

Body image test

Š.vyfarbil postavu celú na červeno, je mužského pohlavia, je to on sám, ako komentoval, na nohy si nakresli reťaze, ako otrokovi.

Na hlave nakreslil postave šašovskú čiapku.

Nedodržiavanie obrysovej línie naznačuje problémy v jemnej motorike.

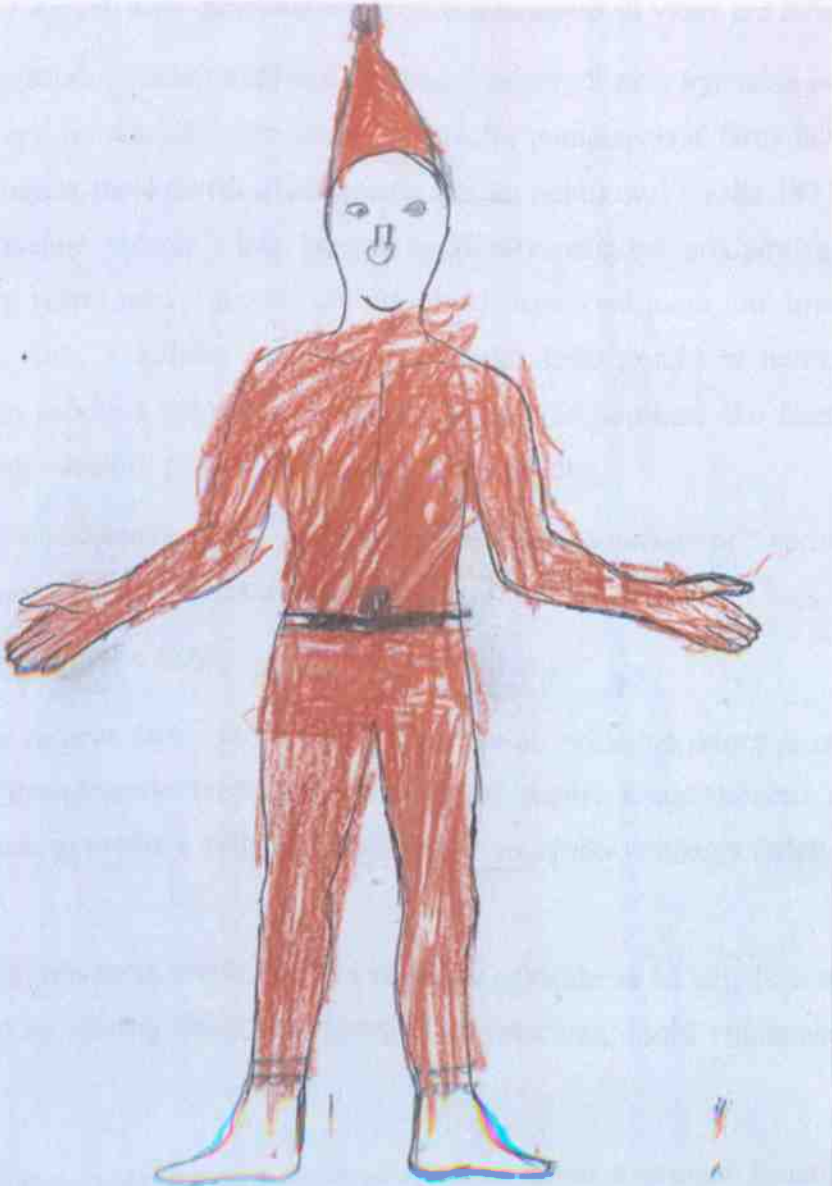
Body image test TT		vek	10
©2000, J. Šicková		pohlavie	M
A. psychomotorické schopnosti testovaného			
nedodržiava obrysovú líniu	v celej postave		x
	v hornej časti		
	v dolnej časti		
	dodržiava obrysovú líniu		
B. identifikácia sa so svojim pohlavím, vzťah k opačnému pohlaviu			
Vytvoril postavu	identickú so svojim pohlavím		x
	opačného pohlavia		
	nevie povedať, koho postava predstavuje		
C. emočné dispozície autora v použití farieb			
autor použil	adekvátne farby		
	bizarné farby		
	komplementárne kombinácie farieb		
	len jednu farbu		xx
D. vzťah k vlastnému telu			
	zvýraznené miesto (deformácia, hypertrofia)		
	anatomicky korektné znázornenie		x
	vynechanie niektorej časti (tváre alebo trupu)		
E. výraz tváre			
	Neutrálny		
	Usmiaty		x
	Smutný		

F. vyfarbenie pozadia

	pozadie stvárnené	
	bez pozadia	x

G. správanie sa počas práce

	pokojné správanie	x
	rozrušenie pri vyfarbovaní niektorej časti tela	



16 Farba v arteterapii

Farba je niečím viac, ako len sfarbením sveta okolo a sveta v nás (J. Baleka).

Farby majú v arteterapii psychologický, estetický a kultúrny kontext. Je dokázaný vplyv farieb a farebných kombinácií na psychické aj fyzické zdravie človeka.

Farbami sa v histórii zaoberali umelci, fyzici aj filozofovia a pedagógovia (Goethe, Newton, Schopenhauer, Itten).

Je faktom, že v starých euro-germánskych jazykoch neexistoval výraz pre farbu.

Viacerí autori (Muths, Sachs) uvádzajú zaujímavý názor, či skôr hypotézu o tom, že sa ľudstvo kedysi muselo učiť rozoznávať, respektíve pomenovávať farby tak, ako sa ich učí rozpoznávať malé dieťa. Gladstone (in Sachs) publikoval v roku 1877 článok „Homérovo farebné videnie“, kde hovorí, že Homér používal príklady farebných opisov prírody veľmi nezvyčajnými prirovnaniami, napríklad more mu pripomínalo tmavočervené víno. V kultúre Aryanov (okolo roku 1500 pr.n.l.) sa nerozlišovalo medzi modrým nebom a zelenými stromami, všetko bolo popísané ako čierne. Prvé farby, ktoré boli v histórii popísané boli červená, čierna, žltá.

Ten istý autor (Gladstone) tvrdil, že starovekí Gréci boli “modroslepí”, nerozlišovali medzi červenou, zelenou a modrou farbou.

Modrá farba chýbala aj v Biblii.

Červená farba je prvá farba, ktorú človek pomenoval, posledná, ktorú si uvedomil bola modrá. Fyziológovia poukazujú na súvislosť medzi krátkovlnnými farbami, medzi ktoré patrí aj modrá a citlivosti na túto farbu vo vývoji vnímania farieb (Baleka 1999).

Farby vznikajú tým, že sa svetlo stretne s materiálom a odráža sa od nej. Toto odrazené žiarenie závisí na vlnovej dĺžke, zachytenej ľudským okom, ktorú vníma ako určitú farbu.

Isac Newton v roku 1666 dokázal, že biele svetlo sa skladá z rôznych farieb. Viedol biele svetlo cez prizmu (trojboký hranol) a rozložil ho na farby dúhy: červenú, oranžovú, žltú, zelenú, modrú, indigo a fialovú.

V roku 1900 nemecký filozof Max Planc vyvinul kvantovú teóriu svetla.

V roku 1905 Albert Einstein doplnil, že svetlo má dvojakú povahu, správa sa ako vlna aj ako častica. Každá farba spektra má svoju vlnovú dĺžku. Podľa Newtona je medzi vlnovou dĺžkou a farbou nemenný vzťah. Informácie o vlnovej dĺžke sa prenášajú zo sietnice do mozgu a tam sa menia na farbu.

Oko človeka je komplikovaný mechanizmus tyčínok a čapíkov, pomocou ktorých farby vnímame. Asi 8% mužskej populácie trpí tzv. farboslepotou -achromatizmom -neschopnosťou rozlišovať niektoré farby a ich odtiene.

Americký neurológ Oliver Sachs (Sachs 95) popisuje prípad muža, „farboslepeho maliara“, ktorý stratil schopnosť vnímať farby po úraze hlavy. Demonštruje takto svoje tvrdenie, že vnímanie farieb sa deje aj v mozgu a nielen v oku.

„Vidím svet v tieňoch, ktoré normálne vnímajúci ľudia označujú ako čierne, šedé a biele farby. Moja subjektívna spektrálna citlivosť je podobná citlivosti čierno-bieleho filmu. Farbu označovanú ako červenú vnímam ako veľmi tmavú šedú, skoro čiernu i vo veľmi jasnom svetle. V šedej škále sú modrá a zelená strednešedé. Žltá sa mi javí ako svetlá šed', ale nespĺva s bielou. Hnedú a oranžovú vnímam ako svetlošedú.“, hovorí o svojich pocitoch vnímania farieb farboslepy maliar.

Niektorí terapeuti nazývajú farby „rečou univerza“ (Muts 1991) a sú presvedčení, že farby majú liečivý efekt v oblasti telesnej, duchovnej, aj v oblasti emócií.

Nová technika merania teploty častí ľudského tela nazývaná thermografia umožňuje teplotu odmerať a farebne znázorniť. Časti tela napadnuté rakovinou sa javia ako silne červenšie ako zdravé, pretože majú zosilnené vyžarovanie tepla. Je známe, že deti s onkologickými ochoreniami často lokalizujú vo svojej kresbe nádor tak, že ho v kresbe postavy nevedome vyznačia fialovou farbou. Bachová in Pogády je presvedčená, že nádor kreslí dieťa v kresbe červenou, fialová farba na ľudskej postave značí epilepsiu. Táto autorka je presvedčená, že farebné kresby detí s rôznymi závažnými poškodeniami orgánov sú citlivejším ukazovateľom aktuálneho stavu, ako mnohé vyšetrovacie metódy použité pri diagnostike a načrtnutí prognózy.

Klientka, s ktorou som pracovala, trpiaca dlhé roky problémami so štítnou žľazou a srdcom zakreslila na postave, s ktorou sa evidentne identifikovala, fialovou farbou výraznú kravatu.

Farba v arteterapii reprezentuje aj intenzitu a stav emočného života

V mojej praxi som sa stretla s neadekvátnym používaním modrej farby u detí staršieho školského veku a u adolescentov. Sú to dva príklady, kedy dieťa nakreslilo modrý strom. Je zaujímavé, že v histórii umenia modrou stromy maľoval taliansky renesančný maliar Fra Angelico, ktorý prežil podobne, ako deti z môjho výskumu detstvo bez rodičov. Použitie farby v bizarnej kombinácii by sa mohlo v tejto súvislosti interpretovať ako snaha o zaujatie diváka, potreba naznačiť prežitú traumu podľa logiky: „Príroda ma ignoruje, mám iné detstvo, ako väčšina mojich rovesníkov, ja budem teda ignorovať prírodu a teda maľovať stromy inou farbou, akú v skutočnosti majú, alebo ako ich maľujú iné deti“.

Túto interpretáciu potvrdzuje nepriamo aj Baleka (1999) keď píše, že modrá viaže na seba “existencionálnu úzkosť” (str. 169), a je cítená ako ochranná, materská, telesná a existencionálne úzkostná”.

Ďalej píše o tom, že Charles Baudelaire vyslovil želanie, aby... „lúky boli červené, rieky zlatožlté a stromy biele a stromy modré, príroda je bez fantázie...”

Domnieva sa, že Mondianov Modrý strom (1910) je vyjadrením skôr ľudskej ako prírodnej drámy.

Ďalšia analógia použitia modrej ako kľúčovej farby v súvislosti so stratou matky je v sérii obrazov: „Spomienky na mamičku“ (F. Ronovský), ktorý uvádza ten istý autor.

Farby majú v arteterapii psychologický, estetický a kultúrny kontext. Vplyv farieb a farebných kombinácií na psychické a fyzické zdravie človeka je dokázaný. Ich pôsobenie je individuálne.

Prírodné javy, ihrajúce rôznymi farbami, jesenná príroda, či zimná krajina vyvolávajú v človeku farebné dojmy. Dajú sa prirovnať k pôsobeniu hudby.

Niektorí arteterapeuti sa domnievajú, že je dôležité, aby každý človek poznal svoju farbu.

16.1 Používanie farieb v starých kultúrach

V Egypte boli stavby a hroby pomalované čierno, červeno, žltá, zeleno a modro fialovo. Egypťania však pomalovávali nielen veci ale aj sami seba. Červená farba znamenala víťazstvo, život. Biela farba znamenala svätosť, čistotu. Zlatá slnko. V spojení s modrou bola kozmickým spojením. Čierna farba je asociovaná s temnotou, smrťou, negatívnymi vecami, ale aj s časom.

V hinduizme to bola farba bohyne Kálí. V čínskej kultúre je biela farbou smrti. Všetky kultúry si vážili modrú farbu ako farbu hĺbky, nekonečna, pokoja a milosti.

Zelená farba je farbou spojenia s prírodou, nesmrteľnosti, nádeje, ale na druhej strane je to farba nezrelosti. Zelená je svätou farbou islamu.

16.2 Delenie farieb

Základné farby sú: červená, modrá a žltá. **Komplementárne** k nim sú zelená, oranžová a fialová.

Farebný kontrast vzniká, keď na jednu plochu položíme dve farby vedľa seba. Simultánný kontrast vzniká tak, že každá z dvoch farieb ležiacich vedľa seba zafarbuje tú druhú svojou komplementárnou farbou. Napr. komplementárnou farbou žltej je fialová. Potom zelená ležiaca vedľa žltej plochy sa bude sfarbovať do fialova. Detailne rozpracoval zákonitosti miešania a radenia farieb nemecký pedagóg Johannes Itten.

Arteterapeut môže pomocou symboliky farieb lepšie poznať aj symboliku farebných expresií svojich klientov.

V kontexte arteterapie je treba poznať zákonitosti vnímania farieb, zákonitosti psychologického pôsobenia farieb, ale aj vlastnosti farieb ako teplo a chlad, svetlosť a tmavosť farieb. Treba sa orientovať v kategórii základných a komplementárnych farieb. Ak si je arteterapeut vedomý komplementárneho pravidla farieb, jeho schopnosť diagnostikovať cez farebný výtvarný produkt sa zvyšujú. Dokáže totiž vo farebných kombináciách obrázku klienta rozoznať harmóniu a naopak nesúlad.

16.3 Symbolika farieb

Biela

Symbolizuje čistotu a jasnosť, ale aj nevinnosť a naivitu. Biela farba je farbou novíciek v kláštoroch ale aj farbou sterility a kapitulácie. Ak niekto preferuje neustále bielu farbu v oblečení, najmä v staršom veku, môže to signalizovať jeho nezrelú osobnosť alebo inklinovanie k perfekcionalizmu. Ak niekto dopĺňa bielou farbou iné farby, ide o vyrovnanú osobnosť.

Biela môže predstavovať aj jednotu (všetky farby sú v nej obsiahnuté). Je farbou panenstva, ale aj semena, predstavuje plodnosť, ale na druhej strane aj smrť. Biely je popol – v tomto význame biela predstavuje podľa Fincherovej (1997) „psychologický krst ohňom, kedy si človek je vedomý svojho transpersonálneho, večného či nesmrteľného aspektu”.

Kellogová uvádza, že keď je biela použitá priamo na biely papier, môžeme to interpretovať ako potlačovanie, ukryvanie niečoho vnútri, alebo nechut' prijímať pocity tela. Vo svojej arteterapeutickej práci som sa stretla s používaním bielej na bielu u 12 ročného-týraného dievčatka.

Čierna farba

Je opakom bielej je farbou tajomna, smútku, askézy. V spojení „čierna ovca”, „čierny Peter”, „čierna mágia” nadobúda jednoznačné významy. Používanie len čiernej farby vo výtvarnom prejave najmä u detí, obyčajne signalizuje prežitú traumou, depresiu. Čierna farba v podobe väčšej či menšej škvrny sa objavuje pravidelne v kresbách 9-ročného dievčatka, u ktorého bol v dvoch rokoch diagnostikovaný diabetes melitus, v kresbách, ktoré jej odkladala od útleho veku jej matka je to evidentné. Môže to signalizovať spôsob vyrovnania sa so celoživotnou záťažou či stigmou.

(Kýšková 1998)

Červená farba

Je farbou vitality, sily, života, revolúcie, požiaru. Červenú farbu obľubujú vo svojich maľbách hlavne hyperaktívne deti, deti agresívne. V mladšom veku je to farba, ktorú všetky deti radi preferujú. Červená farba podporuje sexualitu.

Ružová farba

Je farbou nezrelosti alebo naivity. Ružová v kombinácii s čiernou môže signalizovať negatívny pocit o sebe samom.

(Kellogová 1978)

Ružová je farbou tela. V maľbách môže byť používaná ľuďmi s fyzickými príznakmi spôsobenými chorobou, alebo stresom. Kellogová zistila, že ženy v dobe menštruácie často používajú ružovú farbu.

Modrá farba

Patrí k chladným farbám. Je farbou mora a neba. Je farbou konzervatizmu a povinnosti, ale aj farbou sebazpozorovania. Je farbou matky podľa asociačného reťazca modrá-voda-plodová voda-symbol Madony v modrom plášti – matka.

V kontexte diagnostických možností farieb sa javí veľmi významná práve modrá farba. Ako som už opísala skôr v tejto kapitole, najmä ak je použitá bizarne, na miestach, kde je nezvyčajná napr. modrý strom, modrá ruka trestajúceho otca. Upozorňuje terapeuta na prežitú traumu v súvislosti s rodinou. V psychoanalytickom kontexte vyjadruje vzťah s matkou. Modrá môže disponovať studeným či teplými odtieňmi. V arteterapii je jednou z najvýznamnejších farieb. Nesie v sebe veľmi protikladné významy. "Modrou akoby človeku bolo dané niečo, čo je len on sám,

modrá je zrkadlom jeho vnútra a dvojitej podstaty jeho bytosti V modrej farbe – ako v žiadnej inej – poznáva seba-uchvátený i zdesený”.

(J.Baleka)

Žltá farba

Je farbou ľavej hemisféry, stimuluje ju. Žltá je na cestách farbou varujúcou pred prekážkou alebo príkazom. Odborníci varujú, že by si ju nemali predávkovať ľudia intelektuálne príliš aktívni. Je vhodné indikovať ju najmä mentálne handicapovaným deťom. Ľudia preferujúci žltú farbu bývajú jasní myslitelia. Žltá podporuje duševnú kapacitu človeka. Je jednou zo základných farieb a je teplou farbou. V psychoanalytickom kontexte je farbou otca. Odpor k žltej môže signalizovať strach, alebo neschopnosť vnútorného pohľadu do seba. V mojej zbierke detských kresieb je aj obrázok od malého 6 ročného amerického chlapca, ktorý nakreslil továreň na jed. V potrubíach prúdi jed, ktorý má citrónovo žltú farbu.

Zelená farba

Je farbou rovnováhy medzi modrou a žltou. Podporuje nervový systém. Pôsobí upokojujúco, podobne ako bledomodrá (oblečenie lekárov v operačnej sále). Symbolizuje nádej a pokoj. Je to farba ľudí so silným sociálnym cítením. Veľa zelenej môže ale spôsobovať depresívne efekty, napríklad u vojakov. Ako to uvádzajú americkí arteterapeuti a potvrdil to aj v môj vlastný výskum, deti týrané a sexuálne zneužívané často používajú zelenú farbu v kombinácii s červenou. Často je to v bizarných kombináciách (červeno-zelený dážď, červeno-zelené oči, červeno-zelený dom).

Šedá farba

Je nazývaná aj „upírom“ farieb. Znižuje intenzitu farby vedľa nej ležiacej, je farbou kompromisu medzi bielou a čiernou. Inklinujú k nej ľudia s tendenciami uštvat' sa

v práci, „workoholici“. Spolu s čiernou a hnedou farbou je to farba, ktorú používajú vo svojich maľbách často deti v detských domovoch, ktoré prežili traumu, depresívni klienti.

Hnedá farba

Je jedna z rudimentálnych farieb, je to farba zeme, pokory, askézy. Hnedá je farbou solídnych, trpezlivých, spoľahlivých a silných jedincov. Preferujú ju ľudia, ktorí na seba berú prácu a zodpovednosť, ktorú nechce nikto prijať. Sú to ľudia pevne stojaci na zemi a takí, ktorí vedia dobre hospodáriť s peniazmi a pomáhajú nepriviligovaným ľuďom.

Hnedé sú habity františkánskych mníchov. Hnedá „uzemňuje“. Hnedú však majú v obľube aj depresívni ľudia. Na druhej strane „byť hnedý“ môže znamenať aj sympatie k fašistickej ideológii, čo napríklad dokazujú uniformy hitlerových oddielov SA.

Fialová farba

Je farbou spirituality. Goethe asocioval túto farbu so strachom zo zániku sveta. Veľa autorov ju asociove s farbou smútku a utrpenia (fialové stuhy na smútočných vencoch). V kresťanskej cirkvi je to farba pokánia. Schillig uvádza, že podľa výskumov v Nemecku túto farbu preferujú v oblečení starší ľudia.

Purpurová farba

Je farbou pompy a farbou cisárov. Byzantskí cisári sa rodili do tzv. purpurových sál, takto ich mala farba sprevádzať už od prvých sekúnd život a determinovať ich výnimočnosť. Purpurová bola najdrahším farbivom – farbou, preto si ju mohli dovoliť len tí najbohatší – vladári. Bola vyrábaná zo samičiek morských organizmov veľmi nákladným spôsobom.

Oranžová farba

Vzniká zo žltej červenej. Je teda akoby kombináciou životnej energie (sexuality) a intelektu. Pomáha mobilizovať ľudí, ktorí upadli do letargie a depresie. Oranžová je „sociálna“ farba. Farba extrovertov. Je to farba mládeže, nebojácnosti a sily. Budhistickí mnísi nosia oranžové odevy.

16.4 Farebné kombinácie

Medzi farbami, podobne ako medzi ľuďmi existujú rôzne vzťahy. Je dôležité všimnúť si, aké farebné kombinácie, či konštelácie farieb klient používa. Napríklad čierna a červená je kombináciu vyjadrujúcou hnev, ale aj depresiu, červená so zelenou vyjadruje konflikt, je častá v kresbách týraných detí.

16.5 Farebné testy

KTC (kvinterncolor), farebný test.

Tento test vyvinul český arteterapeut M. Kyzour.

KTC – nie je možné považovať za test, lebo nie je validizovaný. K validizácii, k meraniu je v rovnakom pomere ako sa má k týmto činnostiam psychoanalýza. KTC, hoci nie je teda testom v pravom slova zmysle, je overený jeho autorom a jeho žiakmi na stovkách prípadov. V KTC nie je možné merať, ale len posudzovať mieru.

Sú to farebné body, farebná sebaprojekcia. Posudzuje sa hlavne vzájomný vzťah a priestorové rozčlenenie farieb. Poskytuje možnosti pracovnej hypotézy k úvahám o dynamike pôvodnej rodiny a o chybných vzorcoch chovania sa nacvičených v detstve a v dospievaní a aplikovaných v neskoršom veku.

KTC nie je ani sama o sebe terapeutickou metódou, má však hlavne diagnostickú funkciu. Je anamnesticko zhustenou výpoveďou o emočnom poli pacienta, určitých vzorcoch jeho komunikácie a prípadnej absencii rodičovských autorít, eventuálne

o identifikácii s nimi. KTC slúži ako doklad terapeutickkej účinnosti, ktorá spočíva vo výtvarnej činnosti, resp. v jej interpretácii alebo slúži ako východisko pre interpretáciu.

Zadanie: na formát A5 vytvor pastelkami 5 farebných škvŕn vo veľkosti dvojkoruny a rozmiestni ich do rohov a do stredu papiera. Použi farby podľa vlastného výberu s tým, že očísľuješ poradie škvŕn, ktoré si vytvoril. V prípade, že budeš chcieť použiť bielu, zvol' si ktorúkoľvek pastelku a vytvor len prázdny krúžok. Pacient si sám zvolí, či bude maľovať na výšku, či na výšku papiera.

Česká arteterapeutka Slámová (2000) uvádza zaujímavé pozorovanie farebného vyjadrenia u pacientov s poranením mozgu. Uvádza, že takíto pacienti preferujú farebné kombinácie čierno-zelené, teda používanie depriváčnej kombinácie zašpinených studených farieb. Táto kombinácia podľa spomínanej autorky vyjadruje regres a zároveň negativizmus, pretože pacient regres ťažko nesie.

Vo svojej praxi som sa stretla s dominanciou zeleno-čiernej kombinácie v maľbách 7-ročného autistického chlapca.

Rôzne farby evokujú u jednotlivca špecifické emotívne ale aj kognitívne asociácie. Kognitívne odpovede na farebné podnety zahŕňajú napríklad, tie objekty a situácie, ktoré sa nám vryli hlboko do pamäte a sú spojené s farebným zážitkom. Stáva sa, že máme averziu k niektorej farbe a ani nevieme racionálne vysvetliť dôvod tejto averzie. Je možné, že je to spojené s nejakým zabudnutým zážitkom, ktorého „farebný pocit“, pamiatka ale ostal v našom nevedomí hlboko uchovaný. Stáva sa často, že takéto averzie voči farbám a hlavne ich dôvody alebo racionálne zdôvodnenia odhalia práve na arteterapeutických stretnutiach.(prípád oranžovej farby a klientky oklamanej matkou).

Použitie farieb v arteterapii preto môže facilitovať takéto potlačené spomienky. Farba reflektuje iracionálne, nevedomé vrstvy osobnosti človeka. Týrané, depresívne alebo traumatizované deti i dospelí často odmietajú použiť akúkoľvek farbu okrem čiernej.

Farebné testy (Luscher, Rorschach) sú postavené na predpoklade, že človek reaguje na farby podľa nevedomých zákonitostí a môže byť analyzovaný podľa takýchto špecifických reakcií. Farba je teda v arteterapii chápaná ako indikátor emocií (čierna, alebo tieňovanie je projekciou strachu, neznáma, projikuje čierne myšlienky).

Samozrejme, že v hodnotení použitia farieb je dôležitý vek dieťaťa, lebo príliš malé deti sú v používaní farieb nekonvenčné a nie je možné bizarné použitie farieb u nich považovať za patologické alebo diagnosticky významné. Deti v najrannejšom veku používajú farby len ako hru.

Až okolo 6 roku začne dieťa používať farby „správne“. Farba teda môže byť posudzovaná ako emocionálne významná až okolo 7-8 roku veku dieťaťa.

Metoda tzv. Sebaodhalenia cez farebnú techniku (v origináli the Self - Revelation Through Color - SRTC) od izraelských arteterapeutiek Rachel Lev-Wiesel a Shir Daphna-Tekoha je technika, pri ktorej má klient symbolicky farebnými vrstvami pomocou pasteliek znázorniť seba, svoj vnútorný jazyk, obranné mechanizmy a vzťahy s významnými osobami, podobne ako ochranné vrstvy cibule a potom verbálne doplniť svoje farebné odhalenie sa. Klient má začať od najvnútornejších vrstiev až po tie najvrchnejšie. Má každú použitú farbu asociovať s určitým pocitom a s významnou situáciou vo svojom živote.

16.6 Preferencia farieb

Pogády a kol. uvádzajú preferencie farieb u detí do desiatich rokov.

Chlapci v tomto veku uprednostňujú červenú, žltú a modrú. Dievčatá v tom istom veku červenú, fialovú, žltú a modrú. Vo vekových kategóriách nad desať rokov je poradie u chlapcov: červená, zelená, žltá, modrá, fialová a u dievčat červená, fialová, žltá, zelená, modrá.

Ten istý autor uvádza, že pri výbere farieb hrá úlohu nálada, osvetlenie miestnosti a farba jej stien.

Švancarová a Švancara (In Pogády 1980) prezentujú názor, že menšie deti majú sklony k farebnej samoučelnosti. U starších detí farba slúži dynamike deja.

Dlabačová (In Pogády 67) skúmala farby v obrázkoch anxiózných detí. Konštatuje prevládajúcu jednofarebnosť kresby, najmä tmavé odtiene, sýte farby najmä vo veľkých plochách, úsilie pomaľovať čo najväčší priestor, farebné šrafovanie prázdneho priestoru.

Siegel (1994), súčasný americký lekár, ktorý pracuje s onkologickými pacientami poukazuje na používanie červenej farby v maľbách svojich klientov. Jasne červený dom s kruhovitými oknami symbolizuje pokročilú rakovinu konečníku. Samotný dom pripomína ľudskú panvu a má análny, vaginálny a anurovaskulárne otvory.

V. Lowenfeld (87) tvrdí, že použitie farieb u detí 4 až 7 ročných môže byť vzrušujúci zážitok. Deti používajú farby pre zážitok umazania. Deti od 7 až 9 rokov však už objavujú vzťah medzi farbou a objektom. Často opakujú tie isté farby pre tie isté objekty. Je to súčasťou vývoja detského procesu myslenia. Dieťa vtedy už vie zoskupovať veci do tried a generalizovať. Vie odpovedať akej farby je nebo, akej tráva. Okrem toho si dieťa vytvára aj svoje individuálne spájanie farieb s niektorými objektmi podľa vlastnej skúsenosti. V tomto veku začínajú deti aj experimentovať s miešaním farieb.

Od 9 až 12 rokov sa deti odpútavajú od rigidných schematických vzťahov a sú schopné vytvárať bohaté farebné odtiene, napríklad odlišujú modrú na nebi a v jazere alebo odtiene zelenej, ktoré sú iné na strome a tráve.

Americká arteterapeutka Wadeson, ktorá pracuje s dospelými psychiatrickými pacientami, uvádza pri charakteristických znakoch malieb manických pacientov používanie „divokých“ (wild) a „teplých“ (hot) farieb. U depresívnych pacientov naopak tmavé, temné farby alebo neprítomnosť, nedostatok farebnosti, signalizuje nízky energetický náboj pacientov.

17 Trojdimenzioálne materiály v arteterapii

17.1 Hlina

Hlina - fascinujúci materiál

Hlina je jedinečné médium nielen v umení, ale aj v arteterapii. Od prvopočiatku fascinovalo človeka. Je to materiál v prapôvodnom zmysle slova archaický. Hlina, z ktorej podľa Biblie bol stvorený človek na obraz Stvoriteľa (1. Mojž, 1. kap.) a práve týmto aktom vložil do človeka aj túžbu a potrebu vytvárať na ďalšom tvorivom

reťazci na svoj obraz. Práve tento materiál, z ktorého človek vzišiel a do ktorého sa raz navráti je veľmi vhodným materiálom pre aplikáciu v arteterapii hlavne v jej existencionálne logoterapeutickom kontexte. Mystérium stvorenia je podobné mystériu tvorby, či už tvorcom je profesionálny sochár alebo postihnuté dieťa. Hlina, podobne ako za letnej búrky uzemní blesk, teda obrovskú energiu, je schopná v arteterapeutickom kontexte eliminovať, či uzemniť výbuchy agresivity, hnev, zúrivosť ale aj žiaľ a smútok. Heilende Erde je jemný prášok – pomletá zem, ktorý sa v Nemecku predáva v lekárňach na vonkajšie použitie pri uštipnutí hmyzom, alebo ako liek na drobné zranenia. Jemná hlina tiež pôsobí absorbujúco na toxické látky ako súčasť farmaceutických prípravkov pri poruchách trávenia. Nazdávam sa, že tak isto pôsobí liečivo hlina na zranenia duše!

Dotyk so zemou, hlinou obľubujú najmä deti. Akoby fyziologicky cítili, čo je pre nich dobré, čo buduje ich zmysly. Dotyk s archaickým materiálom je práve takýmto dôležitým a významným javom. Prináša to so sebou pocity zašpinenia, mazania, tvarovania, formovania, dotyku, haptického zážitku. Modelovanie z hliny je však odporúčané aj v iných vekových kategóriách a problémových skupinách. V práci s mládežou, s narkomanmi, s dospelými, so starými ľuďmi, so zomierajúcimi.

Prácu s hlinou s mladými narkomanmi popísal H. Petzold (1965). Zdôrazňuje jej terapeutický potenciál, ktorý tkvie v preformovaní autoagresívnych impulzov drogovu závislých, ktorí namiesto vpichovania si drogy, odovzdávajú tieto agresívne impulzy do hliny.

Hlina je vhodná v rámci rodinnej arteterapie, kde sa cez rodinné skulptúry, cez konštelácie v rámci modelovania členov rodiny, môže arteterapeut dozvedieť veľa cenných informácií. Pomôže mu to lepšie poznať rodinnú dynamiku, hierarchiu autorít v rodine.

Cez modelovanie figúr, najmä ak ide o modelovanie vlastnej postavy, môže arteterapeut diagnostikovať rôzne postoje klientov k sebe, k okoliu, k svojim problémom.

Nemecká arteterapeutka Kirchmann uvádza príklad zajakavej dievčiny, ktorej problém bol diagnostikovaný aj cez modelovanie vlastnej postavy. Vymodelovala sa ako prekrmené batola, v pozícii „ľutujte ma, starajte sa o mňa“. Jej figúra vystihovala jej pasivitu. Pri porovnaní figúry od toho istého dievčaťa po polročnej

arteterapeutickej intervencii je nám jasné, že nastala zmena k lepšiemu. Jej reč sa tiež výrazne zlepšila a podarilo sa vybudovať u nej vedome vlastnej hodnoty. Človeka, ktorý už nie je odkázaný na to, aby ho niekto ľutoval. Jej figúra bola už vzpriamená, v ústretovom postoji.

Fascinujúce sú prípadové štúdie H. Petzolda vypovedajúce o práci s hlinou so zomierajúcim klientami.

Jedna z nich opisuje prípad mladej ženy umierajúcej na rakovinu prsníka, ktorá cez modelovanie z hliny v poslednom úseku svojho života dokázala s pomocou arteterapeuta hline odovzdať všetky negatívne pocity, hnev, výčitky, nedoriešené konflikty a v kanalizácii týchto pocitov nájsť zmierenie a pokoj. Jej posledná plastika predstavovala hniezdo a v ňom vajíčko. Tento motív vyjadroval okrem somatizácie jej problému aj túžbu, aby ju zem tak isto prijala.

Je treba akcentovať fakt, že hlina ako arteterapeutický materiál a aktivity s ňou – hádzanie, stláčanie, tvarovanie, ručné modelovanie, premodelovávanie – korigovanie, otláčanie sú vhodné:

- na prelomenie bariér strachu, anxiozity
- ako materiál nahrádzajúci verbálnu komunikáciu
- na eliminovanie agresívneho správania
- rozvíjanie predstavivosti, trojdimenzionálneho vnímania
- vytváranie priestoru pre nadhľad, ako zázemie pre zmenu postojov k sebe aj k druhým

Práca s hlinou

- posilňuje sebavedomie a sebahodnotenie
- je médiom kompenzácie chýbajúceho resp. poškodeného zmyslu (nevidiaci a slabozrakí)
- pôsobí relaxačne a rehabilitačne u ľudí s narušenou jemnou motorikou

- pre mentálne handicapovaných dáva možnosť konkrétneho telového vnímania a tým pochopenia mnohých súvislostí, ktoré sú v grafickej či verbálnej forme pre nich zložitou abstrakciou.

Obrázok z výstavy

Pred niekoľkými rokmi počas mojej výstavy vo Švédsku som videla scénu, ktorá veľmi výstižne vyjadruje ako významné je hmatové vnímanie u detí pri spoznávaní sveta.

Ako keď jasný lúč svetla prenikne do tmy, zjavilo sa v miestnosti galérie, vtancujúc dnu malé asi päťročné dievčatko. Zastalo, poobzeralo sa dookola a vzápätí sa rozbehlo k jednému z exponátov výstavy, k štylizovanej dievčenskej hlave. Povrch drevenej sochy bol polychrómovaný technikou, akú používal v stredoveku gotický majster Pavol, plavená krieda, jemné pigmenty, lístkové zlato a včelí vosk. V očiach dievčatka bolo vidno, že je svojim spontánnym, domnievam sa, že nie náhodným výberom spokojné. Rukami hladkalo povrch celej sochy a svoje pocity vyjadrovalo radostným smiechom až výskaním. Bytostný až fyziologický zmysel pre krásu tvaru, povrchu a potrebu dotýkať sa, ohmatať si svet, v ktorom sa učí pohybovať, ako aj jej sloboda reflektovať pocity sprevádzajúce radosť z dotyku, ma naplnili úžasom.

Želala som si vtedy veľmi, aby toto dieťa civilizácie 20. storočia ostalo vždy verné pravým, čistým, pôvodným tvarom, materiálom, ale aj vzťahom. Aby jeho zmysly neoklamali náhrady, imitácie každého druhu, plasty, napodobeniny rýdzich, pôvodných materiálov, vzťahov, ideálov.

Po chvíli dievčatko vybehlo z miestnosti a vzápätí sa vrátilo vedúc za ruku svoju mamu. Dovedlo ju k spomínanej drevenej soche. Chytilo matkine ruky a položilo ich na hladké tvary sochy.

Ak hľadáme v arteterapii most medzi výtvarnými prejavmi zdravých a postihnutých bude celkom určite v oblasti haptickej a nie vo vizuálnej.

„Optický prístup k priestoru má nebezpečenstvo, že sa sklízne po povrchu, naproti tomu perspektíva haptickeho priestoru je perspektívou hodnôt”.

(Blažek, Olmrová, Krása a bolesť).

Koža je najväčším orgánom človeka. Zaberá až 2 štvorcové metre plochy. V jednom centimetri štvorcovom sú až 4 metre nervových vlákien a 200 bodov bolesti.

V prenatálnom období i v rannom veku spoznáva dieťa svoje okolie hmatom a cez kinestetické pocity. Jeho celé telo je vlastne hmatovým orgánom. Je dokázané, že dieťa v prvých dňoch života nevníma svet zrakom. Často sa hovorí „že ešte nevidí”, hmat má naopak dôležitú úlohu pri uspokojovaní jeho potrieb, ako aj v ďalšom poznávaní sveta, ale aj pri jeho citovom vývine. Je evidentné, že dieťa je spokojné len vtedy, keď svoju matku nielen vidí, ale keď sa jej aj dotýka, čo možno najväčším povrchom svojho tela. Hmatovo deficitné pocity detí z detských domovov a kojeneckých ústavov majú preukázateľne negatívny vplyv na ich vývoj v kognitívnej ale i emotívnej oblasti. Dieťa v prvých rokoch života spoznáva svet pomocou dotykov a ohmatávania rôznych štruktúr, materiálov a tvarov. Rozumná matka dieťaťu nebráni pľáčkať sa vo vode, zamazať sa blatom, presýpať piesok alebo kamienky, dovoli mu stavať z hliny, zahrabávať sa do suchého lístia alebo sa zavinúť do starých záclon alebo šiat.

Ak dieťa takéto možnosti v ranom veku nemá, či už kvôli prehnane úzkostlivej až patologicky čistotnej matke, alebo preto, že žije v detskom domove, kde často chýbajú hmatovo podnetné možnosti, alebo rastie v skúmavkovej atmosfére panelákového bytu, bez kontaktu s prírodou, často si kompenzuje v neskoršom veku, niekedy až v období adolescencie tento deficit hmatových zážitkov a skúseností. V extrémnej, sociálne neakceptovateľnej forme sa to môže prejaviť v agresii k inému človeku, k prírode, k zvieratám alebo v autoagresii, samozraňovaní „testujem sa, či vôbec som

alebo sa mi tento svet len sníva” – autentická výpoveď autistického 15-ročného chlapca, s ktorým som pracovala.

Veľmi vhodným spôsobom ako stimulovať hmatovú citlivosť alebo kompenzovať už v minulosti zanedbané deficitné hmatové vnemy, je modelovanie z hliny.

Podľa W. Lowensfelda, je telová skúsenosť tvarov u detí dôležitejšia ako vizuálne vnímanie. Výtvarná činnosť nie je len reprodukováním videného, ale je predovšetkým tvorivým procesom. Toto tvrdenie potvrdzuje fakt, že ranné detské kresby a kreslené schémy zdravých detí pozostávajú z rovnakých útvarov ako u detí slabozrakých a nevidiacich.

Niektorí autori (Lowefeld, Blažek) sa domnievajú, že haptický svet je svetom expresie-výrazu, aj subjektivity.

Z histórie je známy prípad slepo-hluchého dievčaťa Helen Kelliovej, ktorá, hoci bola ťažko handicapovaná, bola vo svojich 11-tich rokoch zrelou osobnosťou., hlavne preto, že jej učiteľka všetko vnímanie nielen konkrétnych, ale aj abstraktných pojmov, sprostredkovala pomocou hmatu.

(Blažek)

Na vernisáž sôch zrealizovaných na sochárskom sympóziu v areáli nemocnice v rumunskom Kluži, priviedla slepo-hluchého muža jeho sprievodkyňa. Pomocou hmatu najprv vnímal každú jednu plastiku a následne mu jeho terapeutka do dlane prstami „stenografovala” ďalšie doplňujúce informácie.

V 20. storočí umelci prejavili záujem o subjektívny zážitok hmatového pocitu. Picasso objavil pre moderné umenie černošskú plastiku. Bol ňou fascinovaný aj sochár a maliar Amadeo Modigliani. Indiánske totemy a africké masky fascinovali umelcov i laikov, no o pár desiatok rokov v tom istom storočí sa zrodilo elektronické umenie, ktoré hmatový zážitok len simuluje vo svojej virtuálnej podobe reality. Domnievam sa, že si dokážeme dnes len ťažko predstaviť ako tieto fiktívne hmatové zážitky ovplyvnia generácie našich potomkov a to nielen v oblasti umenia. Zbyněk Chalupa, absolvent ateliéru arteterapie na Jihočeskej univerzite v Českých Budějoviciach absolvoval diplomovou prácou s názvom „Terapeutická práce s výtvarným projevem jedince v industriálně postmoderní době”.

“Tvárou v tvár problému – tvárou v tvár obrazovke”. Demonštruje v nej stereotypné námety kresieb 11-ročného chlapca. V jeho prácach úplne absentujú prírodné námety.

Je fascinujúce, ako to uvádza spomínaný autor vo svojej diplomovej práci, že už v roku 1937 Jozef Čapek v jednom z málo známych dopisov svojmu bratovi Karlovi upozorňoval na víziu neslýchanej tajnej zbrane označovanej ako virtualita. Prvú teoretickú kodifikáciu položil už Aristoteles.

(Geržová, Hrubaničová 1998)

„Z človeka by sa vyňala istá zložka jeho schopností poopavila by sa, a potom by sa zase vrátila. Jedinec by jednal v súlade s nadiktovanou vôľou vkladateľa”.

(Zbyněk Chalupa, 2000)

Zdanlivá (virtuálna) realita je založená na stereografickom výstupe, grafických vstupných zariadeniach pre ruky, nohy a výkonnom počítači. Človek sa napríklad môže pohybovať v priestore ohraničenom piatimi stenami, na ktoré sa premieta pohyblivý stereoobraz. Simulácia môže byť taká sugestívna, že sa človek pokúša uchopiť objekty, alebo pred nimi naopak uhýba zo strachu, že do nich narazí.

(Šperka 1992)

Virtuálna realita

využitá v projekte Výlet do živej bunky američana R. Fischera, bola prezentovaná ako netradičná forma vzdelávania pre deti. V tomto prípade mala novátorské edukačné ambície.

Je mi známy prípad 11-ročného chlapca, závislého na počítačových hrách, s vážnymi poruchami správania v škole, s depresiami a suicidálnymi tendenciami. Jeho autentická výpoveď, ktorá reflektuje jeho sociálnu izolovanosť znie: „Patím len sám sebe. Stačím si sám sebe, ja a počítač. Rozhodujem sám, kedy si strelím do hlavy”. Jeho nesprávne chápanie života, nie ako jedinečnej šance a možnosti, ale ako jedného z možných životov, totožných s viacerými životmi v počítačových hrách, je symptomatické pre generáciu súčasných detí.

Psychológovia dnes upozorňujú na to, že deti v mladšom školskom veku, nielen pod vplyvom počítačov nie sú často schopné rozlíšiť, čo je realita a čo fikcia. Nechápu, že život, to nie sú obrázky bežiacie na plátne, či obrazovke, ale že život je plastický, že

všetko v ňom má svoj reálny trojdimenzionálny tvar. A každý reálny tvar vrhá aj svoj tieň, lebo všetko pod slnkom čo je reálne, má aj svoj tieň. Blikajúce svetlo obrazovky počítača je len virtuálnym svetlom, svetlom, ktoré deti môže vovádzať do pochybností, ilúzií, alebo dezilúzií o svete, živote, vzťahoch, o pocitoch, o sebe samom.

Trojročný chlapec pri premietaní pozitívov z letnej dovolenky na chalupe sa pokúšal vojsť, vkročiť do steny, na ktorú sa premietali diapropjektie. Keď sa mu nedarilo premiestniť sa do obrazu, rozplakal sa.

Arteterapeutické aktivity s modelovaním z plastických materiálov najmä však s hlinou sú jednou z veľmi dôležitých techník a postupov najmä pre deti, ale aj pre dospelých, ktoré:

- prinavracajú stratenú tretiu dimenziu v súčasnej počítačovej ére
- vytvárajú vzťah a úctu k manuálnej práci
- budujú haptické autentické zážitky subjektívneho, individuálneho prežívania

Haptický a vizuálny typ

W. Lowenfeld, ktorý celý svoj život bádal práve v oblasti hmatu, tvrdí že v období okolo 12 rokov je možné rozlišovať dva typy prejavov vo výtvarnej expresii:

- vizuálny typ
- haptický typ (Haptos-z gréckeho uchopiť)

Oba tieto typy poukazujú na spôsob perceptuálnej organizácie a konceptuálnej kategorizácie vonkajšieho prostredia.

Človek, ktorý je vizuálny typ sa oboznamuje s okolím cez zrak a má tzv. divácky prístup k realite.

Človek haptického typu je človekom so záujmami o telový pocit a subjektívnu expresiu.

V praxi sa stretávame najmä so zmiešanými typmi, ale nie sú ojedinelé aj jasne vyhranené typy.

V. Lowenfeld (1937) pracoval s čiastočne nevidiacimi a všimol si, že sa delia na spomenuté dva typy. Niektorí z tejto skupiny čiastočne nevidiacich sa snažili pri modelovaní použiť zvyšky zraku na overovanie si objektov. Druhá skupina ľudí so zvyškami zraku, haptické typy, nikdy nepoužili zvyšky zraku, ale len hmat na overovanie si niektorých skutočností pri modelovaní. Tieto jeho skúsenosti s parciálne nevidiacimi viedli k výskumu so zdravou populáciou. U nich sa prejavili tie isté tendencie. Výskumy dokázali, že 47 % populácie sú jasne vizuálne typy, 23% sú haptické typy a 30% sú nevyhranené, zmiešané typy.

(Lowenfeld 1947)

Vizuálne typy

Sú pozorovateľmi, ktorí sa učia o svete a veciach v ňom z ich vonkajšieho vzhľadu. Dôležitý faktor vizuálneho pozorovania je schopnosť vidieť celok, bez uvedomenia si detailov. Vizuálne typy vidia celok a čiastkové vlastnosti sú včlenené do celého tvaru.

Haptické typy

Používajú viac svalové pocity, kinestetické zážitky, pocity dotyku, chute, vône, hmotnosti, teploty, cez vlastné zážitky a cez seba si budujú vzťah k svetu.

Haptické typy detí sa ťažšie učia čítať ako vizuálne typy. Pre haptické typy detí sú vhodné plastické písmenká, ako pomôcky, ktoré sa ujali pred niekoľkými rokmi aj na Slovensku.

Haptické typy detí radi chytajú štruktúry, ohmatávajú rôzne predmety.

V USA som sa stretla s tým ako americké matky malé deti vybavujú špeciálnym elastickým cestom, ktoré deti celý deň premodelovávajú, šľakajú neustále majú pri sebe, ako materiál rozvíjajúci ich hmat, ale aj podnecujúci ich emocionálny vývoj.

17.2 Piesok

Piesok je prírodný materiál, ktorý môžeme používať v pôvodnej forme alebo ako zafarbený, resp. farebný piesok. Ten sa dá dobre uchovať v sklenených nádobách. Farebný piesok nám umožní mať pestrejšiu paletu farieb a farebnosť tiež môže mať rôznu intenzitu. Piesok farbíme farbami na textil. Piesok potom necháme vysušiť napr. v plechu na pečenie alebo na slnku rozložený do tenkej vrstvy.

Z piesku, ktorý je vlhký sa dajú stavať rôzne stavby, skrýše, domy, hrady a je príznačné, že všetky deti v predškolskom veku i v mladšom školskom veku obľubujú prácu s pieskom. No aj mladí ľudia i dospelí radi pracujú s pieskom, lebo im to môže pripomínať detské pieskovisko alebo letnú dovolenku pri mori, more, pokoj. Piesok teda obyčajne vzbudzuje pozitívne asociácie a príjemné emócie.

Nemckí arteterapeuti často pracujú s takzvanou pieskovou debničkou (Sandkiste), kde klient v ohraničnom priestore má vytvoriť svoj svet z piesku.

Piesok je ako produkt procesom zvetrávania. Piesok je teda podobne ako čas znakom pomynuteľnosti. Haptická skúsenosť s príjemným, jemným povrchom piesku môže byť stimulujúca na odbúranie tenzie, zbavovanie sa rigidného správania i myslenia. Pri vysýpaní rôznych obrazov z piesku, napríklad vysýpanie mandaly, kde nie je piesok fixovaný, má táto práca aj meditatívny, koncentratívny charakter a teda aj terapeutický zmysel.

Práca s pieskom, podobne ako s hlinou sa deje cez taktilné vnímanie, ktoré stimuluje nervové zakončenia v končekoch prstov, ale aj na celom povrchu kože a pomáha tak senzibilizovať klienta.

Piesok sa môže aj fixovať pomocou tapetového lepidla, vysypať do obrazcov, ktoré ostanú fixné. Takisto sa môžu z piesku, podobne aj ako z hliny vytvárať plastiky, ktoré ale majú veľmi krátku trvanlivosť, pre krehkosť a sypkosť piesku. Tieto všetky atribúty sú ale ideálne a jedinečné práve pre arteterapiu.

Ďalšou paralelou s hlinou je to, že piesok, podobne ako hlina, nepotrebuje na svoje spracovanie žiadne špeciálne nástroje, ale dá sa spracovávať priamo rukami, a tento fakt spolu s dostupnosťou a cenovou nenáročnosťou tohoto materiálu ho robí atraktívnym.

Hoci väčší priestor v tejto práci dávam hline, je treba povedať, že mnohé z charakteristík a priorít, ktoré má hlina ako trojdimenzionálny mäkký materiál sa vzťahujú aj na piesok.

Modelovanie z hliny umožňuje podľa mojich vlastných skúseností s prácou so zdravými i mentálne postihnutými aj slabozrakými a nevidiacimi deťmi i dospelými, unikátnu možnosť sebavyjadrenia.

Na rozdiel od grafického prejavu má výhodu neustále možnej korekcie výtvoru bez stopy po predošlom tvare (napr. na rozdiel od gumovania v kresbe) a tým dáva zažiť i deťom menej zdatným v kresbe či maľbe zážitok úspechu a posilnenie ich sebahodnotenia a sebavedomia.

Učenie

Nevidiacim a slabozrakým deťom umožňuje učenie sa a rozlišovanie priestorových a proporcionálnych veličín a pojmov, ktoré sú zdravým deťom bežne pochopiteľné ako napr: vzadu, vpredu, dnu, vonku. Najmä u detí kongenitálne slepým modelovanie z hliny pomáha pochopiť lepšie tieto pojmy.

Členenie ľudskej postavy

U mentálne handicapovaných detí som sa presvedčila o tom, že modelovanie z hliny, ktoré sa deje telovo-plasticky, konkrétne, je schodnejšou cestou v modelovaní ľudskej postavy. Deti ktoré v kresbe boli stále v štádiu hlavonožcov hoci ich fyzický vek bol vyšší a teda zaznamenávali regres v kresbe, v modelovaní dosahovali vyspelejší stupeň v znázornení figúry, keďže ich figúra z hliny bola správne členená, t.j. mala aj krk a driek.

Vnútorne prežívanie

Modelovanie z hliny považujú psychoanalyticky orientovaní terapeuti za primerané médium na vyjadrenie vnútorného prežívania, ktoré môže pomôcť rekonštruovať a znovuvybudovať nové funkcie „Ja“. Hlina je aj médium, cez ktoré je indukovaná

regresia. Regresívne pocity sa môžu cez tento tvárny materiál znovuspracovať, prepracovať.

Humanisticky orientovaní terapeuti sa domnievajú, že najdôležitejší je proces, ktorý svojou dynamickou povahou môže napomôcť zmenám vo vývoji osobnosti klienta.

Ten, kto modeluje, pretvára hlinu, v transfere dokáže čiastočne meniť aj svoj život, svoje problémy a vytvárať nové možnosti a riešenia.

Modelovanie ľudskej postavy

Pri výtvarnom spoznávaní je významným fenoménom vlastného sebaobrazu. Dieťa sa učí svoje telo zažiť.

Modelovanie z hliny je súčasťou eutónie, kedy pomocou pohybovej terapie terapeut koriguje napr. držanie tela, v spojení s modelovaním. Často sa stáva, že deti i dospelí často prenášajú do modelovania svoje handicap, nesprávne držanie tela. Modelovanie z hliny doplnené o pohybové cvičenia je doporučované pri snahách o zlepšenie držania tela, pohybu, napríklad pri snahe o dosiahnutie synergie. Vtedy totiž viaceré faktory spolupôsobia súčasne na pozitívne zmeny pacienta.

Telesné stimulovanie cez motorickú expresiu, cez posilnenie expresívneho vyjadrenia a perцепčného vnímania je cestou k sebarealizácii cez plastický materiál.

S vekom dieťaťa, keď rastie aj deponovaný materiál, rastie aj projektívna hodnota hliny. Znamená to, že tvary, ktoré vzniknú sú stále menej a menej náhodné. Stále viac je výtvor „správou odo mňa, o mne, pre mňa a pre druhých“.

(Petzold 74)

Médium hliny je možné vhodne kombinovať s muzikoterapiou, biblioterapiou, pohybovou terapiou, teda použiť ju v intermediálnom kontexte.

17.3 Drevo v arteterapii

Drevo je prírodný materiál, ktorý nás obklopuje na každom kroku, či už v prírode v podobe „živého“ dreva-stromov, alebo v exeriéri či interieri v podobe užitkových

predmetov -nábytku, bytových doplnkov, estetických doplnkov človeka (šperky, dózy, kuchynské nástroje).

V rámci arteterapeutického kontextu je materiálom náročnejším v porovnaní s hlinou a pieskom spolu s kameňom, pretože vyžaduje špeciálne nástroje na spracovanie a špeciálne stoly-hoblice na uchytenie. Ak tieto nie sú k dispozícii, je práca s drevom pomerne nebezpečná. Drevárske dláta musia byť veľmi ostré, aby sa pomerne rezistentný materiál, ktorým drevo je, dal dobre spracovávať. Takisto je dôležité jeho pevné fixovanie pri práci. Preto sa v arteterapeutickom kontexte odporúča aplikovať ho len u „spol'ahlivých“ a manuálne zručnejších klientov.

Tento materiál buduje trpezlivosť a plánovanie v procese tvorby. Nie je vhodné na sponánnu tvorbu, ako je to u hlíny, ale na systematické a pomerne pomalé pracovné tempo. Je vhodné pre niektorých klientov s telesným postihnutím. Pri práci sa dá sedieť a nie je potrebná veľmi veľká fyzická námaha, ako je tomu naopak u kameňa.

Drevo je tiež vhodným materiálom pre seniorov. Analógia s vekom materiálu (obvykle sa na tvorbu používa staršie drevo ovocných stromov, ktoré už splnili svoju úlohu „dávať ovocie“ a táto ich metamorfóza do podoby estetického alebo úžitkového predmetu je významná v spirituálne ekologicky chápanej arteterapii.

Nezanedbateľná je u dreva aj jeho výrazná a charakteristická vôňa. Čuchová stimulácia je u všetkých klientov, najmä však u seniorov významná, pretože súvisí s pamäťou, povzbudzuje krátkodobú i dlhodobú pamäť, pretože vnímanie vôní je riadené v mozgu. Jednou z menej náročnejších foriem práce s drevom v kontexte arteterapie je využívanie tzv. drevených samorastov na vytváranie drevených sošiek. Významne stimuluje imagináciu, asociácie, ná analógiu a fantáziu. Podobne nenáročná môže byť práca s drevenými prútikmi.

17.4 Kameň v arteterapii

Známy súčasný český sochár Vladimír Preclík napísal publikáciu nazvanú Smírčí kameny. Pojednáva o prastarých kamenných objektoch na niektorých vymedzených oblastiach Čiech a Moravy. Tieto svojrázne výtvary vznikali z celkom zvláštnych

dôvodov. Sú spojené s príbehmi ľudí, ktorí prežívali pocity viny, smútku, smrti, ale napokon aj zážitky zmierenia a odpustenia. Kamené kríže a objekty vytvorili vždy ľudia, ktorí si museli takto odpykať trest za svoju vinu, za zločin, ktorý bol spôsobený vedome alebo nevedome. Bol zhmotnením pokánia, pocitu viny, ale aj odpustenia.

Nie je preto potom náhodný fakt, že v arteterapeutickom kontexte je kameň materiál, ktorý je používaný najmä vo forezných zariadeniach, kde si odpykávajú trest vrahovia alebo jedinci, ktorí sa dopustili kriminálneho činu, napr. krádeže a iných trestných činov.

Kameň je tvrdý výtvarný materiál, ktorý na svoje spracovanie potrebuje veľkú fyzickú silu. Opracováva sa špeciálnymi nástrojmi z kovu, ktoré sa musia priebežne brúsiť a kuť. V súčasnosti sa kameň dá opracovávať aj elektickými a vzduchovými inštrumentami, ktoré prácu uľahčujú a skracujú, ale zaobchádzanie s nimi si vyžaduje veľkú skúsenosť a opatrnosť. Práca do kameňa je fyzicky náročná v transfere predstavuje katarziu pre nahromadené masívne pocity nenávisti, beznádeje, viny, agresivity, kde sa tieto sublimujú u uväznených ľudí do tvrdého a stabilného tvaru. Úsilie vynaložené na vytvorenie takejto kamennej plastiky môže byť pre jeho autora akýmsi symbolickým „odpykaním“ si trestu aj v tejto polohe terapeuticko-výchovného momentu.

18 Metódy esteticko-bazálnej stimulácie

Na podporu a vybudovanie uvedomovania si svojho tela a rozvoj taktilných vnemov je vhodné v arteterapeutickom kontexte využívať:

- prstové hry s hlinou, so špagátom
- hry s rukami (šteklenie, tlápanie, stláčania, dotýkanie sa tvrdých a mäkkých predmetov)
- napĺňanie textilných vreckúšok rôznymi materiálmi (pieskom, štrkom, ryžou, vatou)
- maľba prstovými farbami, maľba riedkou hlinou
- maľovanie oboma rukami súčasne na stenu

- kresba prstami na zarosené okná
- posilňovanie vnímania jednotlivých častí tela (obalovanie do rolní papiera, záclon)
- hry s vodou a s pieskom
- hádzanie hlinených guľčiek
- otláčanie častí tela
- tvarovanie hlinených šúľkov
- vytváranie nádoby pomocou hlinených šúľkov a hlinených guľčiek
- vytváranie objektov z kvetov bodliaka

Táto rôzna bazálno-estetická stimulácia prináša v transfere aj rôznu psychodynamiku, ktorá stimuluje retardovanú funkciu vnímania seba a svojho okolia. Indikovanie všetkých týchto aktivít posilňuje prepojenie vizuálno-motorickej koordinácie.

19 Námety pre arteterapeutické cvičenia

Hádzanie hliny

Je vhodné pre deti predškolského veku, anxiozne deti, autistické deti, deti s narušenou jemnou motorikou. Terapeut vyberá z debničky kúsky hliny veľkosti pomaranča, ohreje ich vo svojich rukách a hádže ich postupne deťom. Deti si cvičia vizuálno-motorickú koordináciu, sú postavené pred situáciu, kedy musia chytiť do rúk niečo, čo je pre nich neznáme, z čoho majú strach. Často sa boja, že sa znečistia. Proces znečistenia a následného umývania nesie v sebe diagnostický i terapeutický náboj.

Prsto modelácia

Vhodná pre deti mladšieho školského i predškolského veku, anxiozne deti, autistické. Na podložku sa vyvaľká asi 2 cm hrubá vrstva keramickej hliny. Povrch je treba zarovnať dohladka. Deti potom vedieme, aby pomocou otláčania prstov vytvárali reliéfnu mozaiku. Vytvárajú napríklad lupene kvetu, slniečko, slimačie ulity, cesty, domčeky, stromy a podobne.

Masáž prstov, masáž dlaní

Na stole vytvoríme z keramickej hliny veľký koláč o priemere cca 1 m a hrúbke 2-3 cm. Deti sa postavia okolo stola, položia si ruky na hlinu a na výzvu terapeuta začnú najprv jemne, pomaly bubnovať končekmi prstov po stole. Postupne sa bubnovanie zrýchľuje a bubnujú už celé dlane. Intenzita bubnovania sa zvyšuje, prekrvenie prstov a dlaní sa zväčšuje. Odporúča sa kombinovať masáž so spievaním rytmickej piesne alebo počúvaním rytmickej hudby. Masírujeme a bubnujeme podľa hudby. Na hlinenej podložke vznikne reliéf.

Otláčanie dlaní, otláčanie chodidiel

Na rovnú podložku sa vytvorí hladká plocha z keramickej hlíny. Hlina nesmie byť veľmi mäkká, nemala by sa lepiť deťom na ruky a nohy. Deti vedíme k tomu, aby si do nej otláčali dlane a chodidlá. Snažia sa neskôr vytvoriť štruktúry alebo tvary, ktoré im evokujú dlane a chodidlá, napríklad, motýľ, kvet, slnko, strom.

Modelovanie nádoby

Nádoba a jej zrod je arteterapeuticky veľmi cenná. Modelovanie nádoby je vhodné pre deti ale aj pre dospelých klientov. Nádobu môžeme vytvoriť pomocou tvarovania, zo šúľkov, z guľčiek alebo točením na hrnčiarskom kruhu. Väčšinou vytvárame nádobu kruhovitú, ktorá je vlastne mandalou, majúcou svoj stred. Hľadanie a nachádzanie stredu, pri točení na kruhu centrovanie má veľkú terapeutickú hodnotu. Je vhodné pre mladých narkomanov, psychiatrických pacientov, ale aj pre deti každého veku, pre nevidiacich a slabozrakých a pri iných formách zmyslovej, mentálnej i sociálnej retardácie.

Nádoba je ženský princíp. Náplň nádoby je zase princíp mužský. Vo vytváraní funkčnej nádoby, ktorá dostane aj svoj obsah sa klient konfrontuje so svojou zmyslovosťou i sexualitou, so svojim ženským i mužským archetypom. Pre kongenitálne nevidiacich vytváranie nádoby je šancou učenia sa pojmov ako napr. „vnútri a vonku“.

Nádoby budujeme, staviame pomocou lepenia šlikrom, prostredníctvom šúľkov, či pruhov alebo guľčiek, ktoré priliepame ku dnu. Dno si vykrojíme na začiatku z vyvalkanej hlíny podľa toho, akú veľkú nádobu chceme vytvoriť. Môžeme však začať guľou, do ktorej urobíme jamku a tú vložением oboch palcov otáčame na podložke, až vytvoríme nádobu.

Hľadanie môjho vlastného tvaru

Genesis 1 kapitola, verš 26,27, 2 kapitola, verš 7

Vo svojej práci arteterapeutky som často pracovala so skupinou dospelých. Na úvod používam terapeutickú hru „Hľadanie môjho vlastného tvaru“. Najprv dostane každý z účastníkov úlohu zobrať si z beztvareho kusa hliny na stole kúsok hliny tak, aby ho obsiahol v jednej dlani. V prípade jedincov v skupine, ktorí sa báli dotknúť hliny, som použila princíp sprostredkovaného dotyku - hádzania hliny. Sama som hlinu „ohriala“ vo svojich rukách a potom som ju oblúkom hodila účastníkovi sedenia tak, aby ju – otvoriac obe dlane – do nich zachytil. Okrem toho, že ju takto akceptujú aj anxiózní jedinci, vytvára sa atmosféra bez napätia, atmosféra uvoľnenia a pohody.

Keď už má každý v rukách kus hliny, potom vediem účastníkov, aby z beztvarej hmoty najprv vymodelovali guľu. Svoj postup komentujem vysvetlením každého nasledujúceho kroku. Navodí to pocit otvorenosti medzi mnou a klientmi. Padajú bariéry a už v zárodku sa eliminuje prípadný pocit nedôvery k terapeutovi a jeho metóde. Keď klienti vymodelujú guľu, povieme si, čo komu evokuje tento tvar. Obyčajne ich asociácie sú príjemné. Najčastejšie im guľa asociuje slnko, vesmír, hlavu, zem, vajíčko, jablko, začiatok. Hovoríme o tom, že všetko, čo je dôležité je guľaté, ako to raz niekto povedal, že guľa je prvotný tvar všetkého. Deti začínajú ako prvý tvar po beztvarých čmáraniciach kresliť kruhové tvary. Kruh je symbolom celistvosti, symbolom psyché, nekonečnosti, rodiny. Hovoríme spolu o tom, čo všetko ešte symbolizuje kruh, guľa.

Potom klienti premodelujú guľu na kocku. Premodelovanie tvaru na hranatý, prináša so sebou odlišné asociácie, i odlišný haptický zážitok. Kocka asociuje dom, izbu, stôl, stabilitu. Štvorec je druhým tvarom, ktorý deti vo svojich prvých výtvoroch kreslia. Je symbolom uvedomenia si seba v určitom uzavretom priestore.

Potom klienti z kocky modelujú mnohouholník stieraním každého z 8 rohov kocky. Na jej rohoch vznikne 8 trojuholníkov. Prináša to ďalšie asociácie i nové hmatové pocity. Trojuholník je symbolom prevahy ducha nad hmotou, symbolom muža i ženy, trojice. V rukách klienti držia kryštál, ktorý vznikol rovnakým postupom, no je u každého trochu iný. Hovoríme o tom, že každý z nás má v určitom zmysle rovnaké

podmienky zrodu, rastu, až sa dostaneme do bodu, kedy každý z klientov má vytvoriť niečo svojské, vlastné. Tvar, ktorý konvenuje jeho hmatu i predstavám, „vziať život do svojich rúk, tvarovať na svoj obraz“. Demonštrujem klientom možnosť využitia aj negatívneho priestoru. Podobne ako „diery“ anglického sochára H. Moora, pre vlastnú jedinečnú formu. Aj negatívny priestor má svoj tvar a zmysel. Aj negatívne v našom živote nás formuje. Každý účastník potom napíše názov svojho výtvoru na papierik a tým, že mu dá meno, dá mu aj život. Tvar, socha, postavená do svetla, má aj svoj reálny tieň. Tieň je fenomén, ktorý nesie v sebe dualitu, jeho interpretácia v introspekcii každého jedinca je jedinečná.

Hľadanie a nachádzanie vlastného tvaru je hra vhodná hlavne pre depresívnych klientov, pretože v sebe nesie možnosť zmien, nie statické nemenné konštelácie života, udalostí, ale dynamiku, ktorú môže čiastočne ovplyvniť každý z nich, tvorca a stvoriteľ svojho jestvovania, vzťahov. Násť svoj tvar, byť vo svojej forme, je významný akt. Názvy diel napísané na papierikoch potom môžu byť podkladom na zostavenie príbehu. Každý účastník stretnutia je vyzvaný, aby napísal krátku poviedku, v ktorej budú zastúpené všetky názvy tvarov všetkých účastníkov. Potom si všetci postupne poviedky prečítajú. Na počiatku bolo kus beztvarej hliny, na konci sú príbehy, do ktorých každý vložil svoju imagináciu, zručnosť a kreativitu. Čím viac je účastníkov, tým je príbeh bohatší.

Otláčanie prírodných tvarov a štruktúr, otláčanie častí svojho tela (pozitív a negatív)

Táto arteterapeutická etuda je vhodná pre skupinu dospelých ale aj detí staršieho školského veku. Dá sa aplikovať tam, kde sa klienti môžu ľahko presunúť z ateliéru do prírody, do parku alebo do lesa. Každý dostane do ruky kúsok keramickej hliny, nie veľmi mäkkej, v tom zmysle, že hlina je plastická, ale sa nelepí. Klienti sú vyzvaní, aby sa rozišli po lese alebo parku a každý si otláčil do svojho kúska hliny nejakú prírodnú štruktúru. Môže to byť kôra zo stromu, halúzka, list, kameň, plod alebo iný predmet z prírodného materiálu. Otláčať umelé materiály sa nemajú. Po vopred dohodnutom čase sa znova všetci stretnú v ateliéri. Tam znova každý dostane do ruky kúsok hliny, do ktorej si má otláčiť detail svojej tváre, alebo inej časti tela. Je zaujímavé sledovať reakcie klientov pri otláčaní svojho tela. Nesie to v sebe

diagnostický i estetický zážitok. Keď všetci majú otlčky prírodnín aj svojho tela hotové, zostavia sa všetky fragmenty do veľkého reliéfu v podobe kruhu. Potom sa z pripravenej modelárskej sadry vytvorí riedka hmota, ktorou sa celý reliéf zaleje. Treba dať pozor, aby okraje reliéfu boli dostatočne zabezpečené. Vznikne tak zaujímavo štrukturovaný artefakt.

V následnom rozhovore sa rozprávame o fenoméne negatívu a pozitívu, ale najmä o jednote prírody, človeka a všetkého stvorenstva.

Ľudská postava a jej tieň

„Ukry ma v tieni svojich krídel“

(Žalm 17; 8)

Modelovanie figúry s následným zakresľovaním tieňa je technika, ktorú som vytvorila pre jednotlivca i pre skupinovú formu arteterapie. Každý najprv vymodeluje seba v tej najcharakteristickejšej pozícii. Figúry môžu byť cca 25 cm vysoké, môže to byť figúra ležiaca, sediaca alebo stojaca. Dynamika alebo statika figúry projikuje momentálny stav klienta, alebo jeho typický postoj. Potom je treba postaviť figúru na papier do slnečného svetla a postupne otáčať a zakresľovať tieň. Tieni vytvárajú na papieri zvláštne prekrývajúce sa tvary. Vzápätí sa rozprávame o fenoméne tieňa, o jeho pozitívnych i negatívnych aspektoch. V prípade skupinovej arteterapie si okrem individuálneho zaznamnávania všetkých fáz tieňov zaznamenávame aj všetky tiene spoločné na jednom papieri. Vznikne smes čiar a plôch, ktoré sa prelínajú. Každý si potom zvolí nejakú štruktúru vlastnú len jemu napríklad bodky, čiary, vlnovky a svoj tieň takto štrukturujeme.

Fenomén tieňa, archetyp tieňa je potom zaujímavým inciačným bodom na rozhovor o rôznych významoch tieňa. Napríklad: Tiež ako ochrana pred páľavou, teda pozitívny význam tieňa a tieň ako negatívum, zatienenie niekoho, tienisté stránky niečoho, prekročenie svojho tieňa a pod. Je zaujímavý názor Leonarda da Vinci (1492), ktorý považoval tieň za mocnejší ako svetlo. Argumentoval tým, že tieň a temnota môžu svetlo celkom pohltiť, napriek tomu svetlo nedokáže tieň nikdy zahnať.

Všetko, čo má hmotnú podstatu vrhá tieň. To, že vrháme svoj tieň je kvalita, ktorá nás robí ľuďmi. Tým viac, čím by sme to chceli poprieť, tým viac sme nedokonalí. Práve v tom, čo nechceme akceptovať v nás samých v našej agresivite, bolesti, vine, práve v tom objavujeme našu človečinu.

(Zweig, 1991)

Jung hovoril o tieni ako o tom druhom v nás, považuje to za archetyp. Tieňom myslí negatívnu stranu našej osobnosti, súhrn nepríjemných vlastností, ktoré by sme chceli skryť. V arteterapii je cieľom asimilovať tienisté, potencionálne deštruktívne stránky človeka do celej osobnosti. Je to potenciál pre rast, pohyb smerom k pozitívnym životným energiám. Jung tvrdil, že tieň nemá byť chápaný ako negatívna záležitosť, pretože tmavá stránka človeka je tiež ľudskou stránkou. Tieň má byť integrovaný do celku a tým uznaný ako jej nedeliteľná súčasť.

Modelovanie spoločnej krajiny

Táto terapeutická technika, ktorú som použila pre deti i pre dospelých. Má nasledujúci postup:

Najprv si na stole vytvoríme plochu z hliny asi 3 cm hrubú a v priemere asi 60 cm. Vznikne veľká „placka“, ktorá nemusí mať rovnomerné okraje. Predstavím ju účastníkom sednia ako „Zem nikoho“. Potom poprosím účastníkov stretnutia, aby sa identifikovali s utečencami alebo azylantami u dospelých klientov, u detí, aby si predstavili, že sú prví osadníci na Ďalekom západe, ktorí si mohli vykolíkovat' toľko zeme, koľko si ukoristili. Každý si odreže z hlinenej plochy určitý kus hliny-teritória, nemusí to byť pravidelný tvar, dôležité je, aby sa ušlo všetkým, a aby si každý zapamätal, kto je jeho sused. Je diagnosticky cenné, pozorovať ako sa deti dokážu podeliť o hlinu – krajinu.

Potom nasleduje inštrukcia: Teraz si každý vybudujte na tomto kúsku hliny svoju novú existenciu, všetko, čo považujete za dôležité, aby tam bolo, aby ste boli spokojní. Klienti často modelujú obydlia jaskyne, domy, iglu, veže, majáky, studne, ohniská.

Potom, keď ich „zeme – ostrovy“ sú už naplnené všetkým čo je pre nich dôležité, požiadam ich, aby ich opäť spojili do jedného celku, do jednotnej zeme, či krajiny. Často to nie je také jednoduché, ako by sa to na pohľad zdalo. Je dôležité, aby okraje jednotlivých kúskov ostali nezdeformované. Čím je počet účastníkov väčší, tým je skladanie zložitejšie ale aj celkový výtvar zaujímavejší. Potom sa snažíme spolu vytvoriť funkčnú fungujúcu krajinu. Korigujeme a vytvárame komunikácie medzi jednotlivými časťami. Stáva sa, že sused susedovi ponúkne, že zruší plot deliaci ich pozemky a že tam radšej vytvorí cestu, ktorá by ich spojila. Je to terapeuticky cenný moment, ktorý buduje kooperáciu, kohéziu, demokraciu.

Modelovanie spoločného tela

Podobný postup som si vytvorila pri modelovaní spoločného tela. Siluetu postavy na spojených stoloch vytvoríme tak, že jeden zo skupiny si ľahne na plochu. Obkreslíme jeho obrys. Všetci spolu natĺkame hlinenú postavu približne 4-5 cm hrubú. Potom si členovia skupiny podelia jednotlivé časti tela. Každý dostane jeden kus, znamená to, že častí bude toľko, koľko je účastníkov stretnutia. Diagnosticky cenná je schopnosť rozdeliť si jednotlivé časti napr. hlava, ruky, trup, oblasť srdca a pod. Pre terapeuta je zaujímavé sledovať skupinovú dyamiku, toleranciu a spoluprácu v skupine. Potom členovia pracujú každý na svojej časti spoločného hlineného tela. Môžu ho spracovať len štruktúrou, alebo plasticky, vytvoriť reliéf, alebo dať svojej kompozícii aj iný, symbolický zmysel. V poslednej fáze sa jednotlivé časti znovu spoja do celku a diskusia, ktorá prebieha následne môže odkryť mnohé zaujímavé aspekty, reflexie klientov, ich pocity pri tvorbe, asociácie a porovnanie.

Modelovanie masky

Význam masky v terapii vrátane psychoterapie je nesporný.

Navyše, ak si klient najprv masku sám vytvorí, efekt je ešte väčší. Zrodenie masky je fascinujúce. Klient pri ňom prežíva vnútorné spomienky, identifikácie, asociácie, vcítenie sa do role druhého. Konfrontuje sa s postavou niekoho iného alebo so svojim

„Ja“, integruje svoje myšlienky, reakcie, pocity a následne transferuje všetko prežité prostredníctvom práce na maske a s maskou do ďalšieho svojho života.

Masky je možné vytvoriť pomocou kaširovaného papiera tak, že lepíme jednotlivé vrstvy na podložku zo sadry alebo hliny. Hlinené masky sa po usušení dajú vypáliť. Popíšem porces zrodu masky z hliny, ako som ho nespočetne krát prežila spolu so svojimi klientami alebo študentami a ako som ho sama zažila pod vedením nemeckej arteterapeutky Beate Albrich.

Najprv každý dostane kus hliny veľkosti väčšieho pomaranča. Vytvorí z nej guľu. Potom prstom v strede vytvorí jamku, ako keď vytvárame nádobu na hrnčiarskom kruhu. Do nádoby, ktorá má byť skôr pľtšia a nižšia si potom vložíme dva prúžky alebo šúľky hliny a vytvoríme tak kríž, ktorý vlastne slúži ako výstuž masky. Nádoba sa obráti “hore nohami” a klienti sú vyzvaní, aby modelovali masku – tvár človeka, na ktorého práve myslia. Môže to byť aj postava z histórie, alebo niekto z príbuzenstva. Alebo niekto zo skupiny. Keď sú masky hotové, ich autori komunikujú v ich mene jedny s druhými. Môžu si klásť otázky o tom ako sa cítia, čo si myslia a čo by chceli v budúcnosti robiť. Masky sa rozprávajú pomocou animácie.

Často klienti modelujú sami seba, hoci modelujú niekoho iného, črty masiek sú podobné ich vlastným črtám. Diagnostický potenciál je evidentný.

Soňa

Soňu (40 rokov) som spoznala pred desiatimi rokmi. Je nevidiaca už viac ako 12 rokov. Má diabetes melitus od svojich 13 rokov a zrak definitívne stratila krátko po narodení svojho jediného syna.

Žije s ním a manželom, ktorý je jej opatrovateľom. Prvý raz som ju stretla na týždennom pobyte nevidiacich, kde ma pozvali viesť workshop s hlinou.

Hrali sme sa na „Hľadanie môjho tvaru“.

Sonin tvar vygradoval do podoby ľudského srdca. Láska je pre ňu najvyššia hodnota. Ak sa jej opýtate v ktorúkoľvek nočnú či dennú hodinu „Ako sa máš?“, odpovie Vám pre ňu príznačnou vetou „Mám sa nad pomery!“. Nie je táto odpoveď z úst nevidiacej ženy len akousi lacnou štylizáciou? Ak by sa tak niekomu nezorientovanému snád' aj mohlo zdať, nie je. Soňa oceňuje to, že jej manžel je stále s ňou – nechodí do práce, je jej opatrovateľom a spoločníkom, čo nie je pre iné, zdravé ženy samozrejmosťou.

„Čo pre teba znamená hlina?“, pýtala som sa jej a tu je jej autentická výpoveď: „Moje stretnutie s Tebou sa mi zdá ako stretnutie pri kľúčovej dierke. Vďaka Tebe som mohla cez ňu nazrieť na kusisko ílovitej zeme, ktorá sa premenila na moje pocity a radosť z toho, že z nej môžem (aj bez očí) niečo spraviť. Spomínam si, ako si raz rozprávala o svojich pocitoch pri našom prvom stretnutí (nielen so mnou, ale aj s inými nevidiacimi), a tak si myslím, že i Ty si tak trochu nakúkala z druhej strany kľúčovej dierky (okom špeciálneho pedagóga). Čo znamená pre mňa stretnutie s Tebou? Spoznala som človeka, ktorý cez prácu s hlinou posúva svet zdravotne ťažko postihnutých ďalej (aj ja by som to raz chcela). A čo pre mňa znamená hlina? Predovšetkým návrat k deťom (kým som stratila zrak, pracovala som ako učiteľka v materskej škole), deti sú ako hlina, dajú sa formovať, kým nestvrdnú na dospelosť. Keď som prestala vidieť, stratila som na čas pevnú zem pod nohami. Hlina-zem sa mi stala jedným z troch bodov v mojom živote, vďaka ktorým zas na nej pevne stojím.“ (citát z listu).

V jej anamnéze nájdete aj tie najčiernejšie body, keď bola veľmi surovým spôsobom konfrontovaná s nezvratnosťou – ireverzibilitou – svojej slepoty. Stalo sa jej to, čo sa často stáva postihnutým ľuďom. Mnohí „zdraví“ sa domnievajú, že nevidiaci človek je aj hluchý alebo mentálne postihnutý.

Na takzvanej posudkovej komisii istý zdravotnícky pracovník povedal Soňa, akoby to hovoril niekomu inému, vetu, ktorá sa nedá zabudnúť „Tej už ani Boh nepomôže!“. Ona naopak pri rozprávaní svojho príbehu dodáva, že práve strata zraku bola začiatkom jej hľadania spirituality, lásky a viery, Boha.

Soňa sa zúčastnila na ďalších workshopoch, ktoré som v priebehu posledných rokov viedla. Modelovali sme spolu masku, „Spoločný kontinent“. Na jednej z mojich prednášok pre pracovníkov špeciálnej pedagogiky prispela aj výstavou svojich prác, dokonca nielen sôch ale i obrazov. No predsa je jej tvorba z hliny bližšou a výtvary v tomto médiu sú presvedčivejšie.

Počas seminára, kde sme sa sústredili na točenie na kruhu si Soňa overila, či je možné naučiť sa tomuto remeslu aj nevidiacemu človeku. V prvej fáze točenia, kedy je maximálne dôležité vycentrovať hlinu ma zaujímalo, či je tento úkon bez kontroly zraku vôbec možný. Soňa to po prekonaní prvých ťažkostí zvládla dobre. Ved' centrovanie, nájdenie či nachádzanie stredu a podstaty vo svojom živote už zvládla v predstihu tiež.

Zhrnutie výsledkov arteterapeutického procesu

Soňa pred tromi rokmi založila keramickú dielňu vo svojom meste pre zdravé aj postihnuté deti. Učí ich modelovať, točiť na kruhu, vypaľovať v peci. Práca s hlinou v rámci arteterapie bola evidentne jedným z integrujúcich činiteľov jej osobnosti, ale hlavne sociálne a spoločensky integrujúcim prvkom. Najmä točenie na keramickom kruhu, ktoré u nej facilituje koncentráciu a meditáciu, sa stalo dominantným a významným v jej živote. Významne prispelo k jej resocializácii (denno denne sa stretáva s množstvom ľudí, vrátane zdravých aj postihnutých detí a ich rodičov) jej predošlá relatívna izolácia spôsobená jej handicapom sa tak zmenila. Je ekonomicky nezávislá, vedenie kurzov točenia na kruhu je honorované rodičmi a spolu s manželom získava rôzne granty, určené na podporu ich aktivít v rámci občianskeho

združenia, ktoré založili. Arteterapia u nej splnila nepochybne svoje ciele v rámci osobnej i sociálnej integrácie, dala jej životu nové smerovanie i zmysel.

Marianna

Proč se vlastně ženu jako slepý do nějakého domu, ani si nepřečtu nápis nade dveřmi, hned jsem v chodbách, usadím se tu tak zarytě, že si už ani nemohu vzpomenout, že bych byl kdy stál před domem, že bych byl běžel po schodech nahoru.

Zpátky ale nesmím, tato stráta času, to přiznané zbloudění by mi bylo nesnesitelné...

„Jestliže si tedy nastoupil nějakou cestu, pokračuj v ní, za všech okolností, mužeš jen získat“.

Kafka: Doupě

S Mariannou, dnes 33 ročnou nevidiacou mladou ženou som sa zoznámila takmer pred desiatimi rokmi počas seminára, ktorý som pre nevidiacich viedla. Bývali sme v chate v jednej bunke vedľa seba. Spreádzala ju jej matka. Mariana bola vtedy veľmi uzavretá, neprístupná, pôsobila ako ľadová princezná. Jej krásna bledá tvár, mimoriadne štíhla postava s trochu neistými pohybmi, štíhlymi dlhými prstami, ktoré pri modelovaní pripomínali hru na harfe, ma zaujali okamžite. Všimla som si, že je mimoriadne výtvarne nadaná, jej výtvary sa líšili od prác ostatných svojou špecifickou vypracovanosťou detailov. Brala do rúk hlinu a spôsobom odoberania z hmoty, tvarovala jemné formy, štruktúry. Jedinečné vyjadrenie nachádzala v tvorení ľudskej postavy – bola to vždy ona sama – éterická, proporčne vyvážená postava ženy s dlhými vlasmi.

Marianna ale evidentne trpela tzv. druhotným handicapom, bola izolovaná, nekomunikovala, potrebovala dlhší čas, aby sa nastali zmeny v jej postojoch ku zdravým jedincom, ako aj v postojoch k nej samej a jej handicapu. Pomocou jej bola a evidentne je arteterapia, možnosť autenticky a slobodne reflektovať svoje pocity. Stretli sme sa odvtedy mnohokrát a sme v stálom spojení cez telefón a e-mail. Je jednou zo študentiek arteterapie v rámci arteterapeutických výcvikov. Jej prítomnosť pôsobí v skupine zdravých študentov evidentne integrujúco. Marianna modeluje najmä ženské postavy alebo postavy matky s dieťaťom. V abstraktnej kompozícii na

tému „gradácia“ vytvorila reliéfne schodisko s plastickými vystupujúcimi tvarmi ľudských stôp – chodidiel.

Marianne som položila nasledujúce otázky:

Čo znamená pre Teba hlina? Čo znamená pre Teba arteterapia?

„Hlina sa mi podrobuje a prispôsobuje sa mojim myšlienkam a vôli. Je to najlepší balzam na dušu a sebadôveru.“ Proces osobnej integrácie u Marianny gradoval, keď sa dozvedela plnú pravdu o svojej chorobe: lekári konštatovali, že nie je možné chirurgické korigovanie jej strateného zraku. Strela som sa s ňou krátko potom, ako sa tento fakt dozvedela. Komentovala ho slovami „Vieš, pred Vianocami som po operácii čiastočne videla pár dní, ale bolo to strašné, všetko som videla obrátene, všetko sa mi zdalo také škaredé, dokonca moja vlastná dlaň sa mi zdala vráskavá a nepekná, doslova ako úľavu som prijala, keď som po pár dňoch kýchlala a všetko sa vrátilo do mojich starých koľají“.

Jej pocity sú pre vidiacich azda ťažko pochopiteľné. Podobné prežívanie človeka, ktorý bol nevidiaci od narodenia a až v zrelom veku mu operatívne vrátili zrak, popisuje aj neurológ O. Sachs (Antropolóžka na Marsu).

Marianna istý čas viedla krúžok modelovania s nevidiacimi deťmi. Zúčastnila som sa jedného takéhoto stretnutia. Detí bolo priveľa pre nás obe. Jeden chlapec bol kombinovane postihnutý (nevidiaci a na invalidnom vozíčku). Bolo to pred Vianocami a tak sme spolu modelovali ozdoby na stromček. Môj študent liečebnej pedagogicky mi celý priebeh stretnutia natáčal na videokameru, no žiaľ po skončení natáčania sme zistili, že kamera nič nenatočila. Akoby zo solidarity s deťmi a Mariannou zostala aj ona „slepá“.

Krátky čas viedla Mária aj krúžok modelovania na psychiatrickom oddelení. Mnohí pacienti, hoci sa nezapájali aktívne do modelovania, len ticho sedeli a pozerali na nevidiacu krásnu dievčinu ako modeluje štíhle postavy, pripomínajúce tvorbu španielskeho maliara 17. storočia El Greca, ktorý podľa záznamu svojich súčasníkov pravdepodobne trpel chorobou zraku.

Dnes je Marianna šťastne vydatá, pokračuje vo svojej práci na hlinených sochách vystavuje doma i v zahraničí, žije plnohodnotným spoločenským životom napriek svojmu handicapu. Proces jej osobnej i sociálnej integrácie pokračuje. Veľkou mierou k tejto integrácii, k inlúzii prispelo výtvarné umenie. (Koľko podobne postihnutých mladých ľudí dnes len pasívne „sedí doma“?) Umenie posilnilo jej sebakompetencie, ekonomickú samostanosť, ale aj jej osobnostný rast a kompenzáciu jej handicapu.

Beata (arteterapia s jedincami pracujúcimi v pomáhajúcich profesiách)

S Beatou - 47-ročnou ženou som sa zoznámila na jednom z workshopov v cudzine. Beata pracuje ako terapeutka so zomierajúcimi ľuďmi v zdravotnom zariadení. Celých 10 dní sme prežili spolu pri výtvarných aktivitách, pripravených cielene pre skupinu dospelých. Po skončení workshopu prišla za mnou a vyslovila túžbu pokračovať v arteterapeutických stretnutiach pod mojim vedením. O rok sa jej želanie naozaj splnilo. Spolu s ďalšími piatimi ženami, rovníčkami sme strávili 10 dní. Stretnutia sa uskutočnili na vidieku. Beata priniesla so sebou svoju bolesť, výčitky, zlosť aj otázky. Nedávno ju opustil manžel – evanjelický farár. Našiel si inú partnerku. Beata bola plná hnevu a nenávisťi k nemu, aj k cirkvi, v ktorej zostal pôsobiť ako farár. Nedokázala sa vysporiadať bez sĺz a horkosti s tým, čo sa stalo. Pri modelovaní figúry, ktorá mala vyjadrovať jej aktuálne prežívanie vytvorila ženskú postavu so zdvihnutými rukami, ktorá stála po kolená vo vode. Sama to interpretovala ako more sĺz, ktoré vyplakala počas posledného roku. Ruky zdvihnuté k nebu vyjadrovali výčitku i prosbu o pomoc. Pri zakresľovaní tieňa svojej postavy Beata vytvorila zaujímavú grafiku, ktorá evokovala záznam srdcového rytmu. Pri verbalizácii svojho tieňa, resp. tieňov reflektovala svoje pocity a prežívania spojené s odchodom jej manžela, ale aj svoje pocity pri sprevádzaní svojich klientov pri umieraní. Na konci nášho spoločného stretnutia vytvorila tancujúcu postavu, ktorá akoby anticipovala, že onedlho na nájde svoju veľkú lásku. Bola znovu šťastná pretože dokázala odpustiť a znovu milovať.

Z rôznych nájdenných predmetov vytvorila nakoniec inštaláciu, objekt, ktorý bol zložený z kmeňa suchého stromu, zo starého železného hrdzavého kosáka a živých kvetov. Vytvorila aj plastickú mandalu z hlíny, kde dominovali srdcovité tvary.

Hodnotenie

Pre Beatu výtvarné aktivity znamenali možnosť sebareflexie, odreagovania pocitov smútku, agresie ako aj iniciovanie integrácie všetkých negatívnych pocitov spojených so stratou blízkej osoby. Beata našla v sebe silu reštrukturalizovať svoju ťažkú situáciu, pretvarovať ju do podoby viac optimistickej v metaforickej reči umenia. Transfer jej autentickosti a kreativity vo zvládaní výtvarných materiálov, najmä hlíny, sa prejavil aj v konkrétnej zmene postoja - od pasívneho hnevu, k odpusteniu a k nachádzaniu nového partnerského vzťahu, na ktorý predtým nemala silu a odvahu. Jej kompetencie byť sebavedomou, sebestačnou a odvážnou boli posilnené cez pochopenie vlastnej (podvedomo) vytvorenej výtvarnej reflexie a jej interpretácie.

Maroš

Maroš je 8-ročný chlapec. Je živý, nestabilný, hlučný, agresívny. Ruší neprestajne spoločné ranné stretnutia. Nachádzame sa na dvojtyždňovom pobyte mentálne postihnutých detí s ich rodičmi a súrodencami.

Maroš je rád stredobodom pozornosti. Rozpráva hlasno, až príliš hlasno, často dokonca fyzicky napáda svoje okolie. V ateliéri sedí pri dlhom stole a spolu s ostatnými deťmi modeluje. Je na prvý pohľad zrejmé, že hlina ho uchvátila, hoci ju dnes drží v rukách po prvý raz v živote. Vytvára z hlíny stavbu, svoj dom, hrad. Je to jeho vlastná architektúra, ale je to niečo, čo evokuje aj Corbusierov chrám. Chlapec ticho sedí v tvorivom sústreďení, nerozpráva, sústreďuje sa na svoje ruky. Keď som sa ho spýtala, čo vytvoril, odpovedal tichúčko, ledva počuteľne, akoby sa bál, že sa mu jeho stavba zrúti, alebo odletí múza, ktorá ho prišla inšpirovať. Aká zmena! Je to skutočne ten istý hlučný, neposedný chlapec? Sedí v ateliéri dlho potom, čo ostatné deti odišli a skončili. Zistil, že stavbe zabudol „otvoriť dvere“.

Premodelováva, hľadá vhodný spôsob „otvorenia dverí“. Po dlhom uvažovaní sme riešenie otvorenia dverí našli. Chlapec stále rozpráva šepotom. Od hlíny sa mu nechce odísť.

Záverečné hodnotenie pozorovania

U Maroša došlo cez krátkodobú, no intenzívnu arteterapeutickú intervenciu k zlepšeniu jeho predtým agresívneho správania. Modelovanie z hlíny, vrátane možnosti korigovania tvarov, veľkostí a priestorových relácií, sa prejavil v korekcii jeho správania, spôsobu reči, vzťahu k druhým ľuďom. Premena, hoci možno krátkodobá, mala význam pre jeho osobnostný rast a integráciu jeho emócií ako aj pre jeho socializáciu.

Pani Vierka s dcérou

Na podobnom stretnutí sa zišlo viacero rodín, kedy mentálne postihnuté boli nielen deti, ale aj obaja rodičia alebo jeden z nich.

50-ročná oligofrenička Vierka a jej 18-ročná dcéra, tiež s diagnózou mentálnej retardácie patrili medzi takéto príklady. Pani Vierka bola matkou, ktorá svoju dcéru na každom kroku a pri každej príležitosti deptala a tyranizovala. Bolo smutné vidieť, ako sa dievča márne snaží uniknúť spod jej vplyvu. Dievča navyše prežilo pohlavné zneužívanie svojím otcom. V jej očiach sa zračil strach. Strach prejaviť sa, byť autentickou bytosťou, byť sama sebou. Strach a bezmocnosť. Nie je to len mentálna, ale aj sociálna retardácia, ktorou dievča trpí. Aj jej chôdza je neistá, klátivá.

Počas pobytu je dievča matkou donútené robiť „poslíčka lásky“ jej ľúbostnej korespondencie adresovanej jednému z mladých organizátorov sústreďenia.

Aj keď modeluje, ukradomky pozerá na matku, ktorá jej sedí za chrbtom a neprestajne kritizuje čokoľvek dievča vytvorí. Dievča premodelováva, ničí svoje výtvary a znovu z hlíny vytvára nové a nové tvary. Vtom vchádza do miestnosti objekt matkinho sexuálneho záujmu. Pani Vierka zabúda, že chcela modelovať, tvarovať svoju dcéru na svoj obraz, berie do rúk hlinu, vybieha z miestnosti, kde druhí modelujú a za veľmi

krátky čas (2-3 minúty), sa vracia späť a na stôl pred ňou kladie kus hliny. Kus hliny spontánne sformovaný. Je do neho pretransformovaná všetka jej patologická sexualita, jej predstavivosť aj túžba.

Do hliny vtláčila svoju stopu, otláčok svojho vnútra, ktorý nekompromisne odhaľuje, čím „prekypuje“ jej vnútro.

Dcéra v matkinej krátkej neprítomnosti stihne nerušene dokončiť svoj výtvor. Je to akýsi medailón, dekorovaný „povrazcami“ hliny. Sú to hlinené reálne, ale aj mentálne putá, ktorým sa sama nevie a nedokáže vo svojej bezmocnosti brániť a ubrániť.

Hodnotenie

Modelovanie v rámci skupinovej (rodinnej) arteterapie umožnilo terapeutovi diagnosticky zhodnotiť patologický vzťah medzi matkou a dcérou, odkryť pocity menejcennosti dcéry ako aj patologickú osobnosť matky, ktoré sa plasticky reflektovali do hlinených skulptúr. Na archetypálnej úrovni, v regrese odryli nevedomé obsahy vedomia oboch žien. Arteterapeutické stretnutie následne iniciovalo spoluprácu arteterapeuta so špeciálnym pedagógom a psychológom, v snahe pomôcť dievčaťu posilovať vlastné sebavedomie, odpútanie sa od matky a iniciovanie ďalšieho odreagovania pocitov neistoty a submisivity.

Janko

Janko má 16 rokov. Do školy chodil až po štvrtú triedu tak, ako každý zdravý chlapec. Od 10 rokov sa u neho začali prejavovať patologické symptómy. Diagnóza: atrofia mozgu, schizofrénia. Jeho anxiózne stavy – strach vojsť do dverí, vsunúť ruku do rukáva kabáta, obúť si topánku, vložiť do úst prvé sústo, jednoznačne potvrdzovali jeho diagnózu. Horror vacui, ktorý sa vyskytuje u schizofrenikov, ktorých desia prázdne priestory. Stav jeho vedomia sa zjavne projekoval aj do jeho výtvarného prejavu. „Výtvarný diktát“, malý diagnostický test, ktorý som si vytvorila z dôvodu diagnostikovania a dotvorenia celkového obrazu o deťoch, ktoré mi v ústave boli zverené, jasne hovoril, hoci neverbálne, rečou obraznou o chlapcovej chorobe, o jeho handicape.

Diktovala som pomaly postupne slová: slnko, voda, vták, ryba, ruka, strom.

V skupine 40 mentálne retardovaných detí, do ktorej zaradili aj spomínaného chlapca, u ktorého išlo navyše o poruchu psychickú, nielen o intelektový handicap, sa nenašlo ani jedno dieťa, ktoré by sa aspoň pokúsilo dať slová do súvislosti. Všetky deti kreslili „slová“ izolovane, oddelene, bez väzby na seba, bez logického súvisu. Spomínaný chlapec nakreslil slnko celkom malé v ľavom hornom rohu výkresu a úplne čierne. Veľmi výrazne napríklad kontrastovalo s veselým slnkom mentálne postihnutého Vladka, ktorý ho nakreslil do 1/3 výkresu ako usmiatu tvár s dlhými lúčmi. Mimoriadne aktívne dievča Helenka, ktorá sa v každej činnosti vždy snažila vyniknúť nad druhé deti a svojou prílišnou usilovnosťou a snahou sa zapáčiť, vzbudzovala práve opačnú reakciu, nakreslila slniečka tri. Vták na papieri Janka – to bol netopier, ruka mala pazúry.

Pri „čítaní“ výtvarného diktátu som konštatovala úplnú zhodu v obraze, ktorý som si vytvorila o svojich klientoch, predtým, ako som im dala kresliť tento test, na potvrdenie diagnóz i povahových čŕt detí.

Hodnotenie: Diagnostické kreslenie odhalilo tendencie Janka ku depresivite, potvrdilo jeho regres v mentálnych, kognitívnych i emocionálnych zložkách osobnosti. Arteterapeut ho v ďalších aktivitách viedol k použivaniu farieb, najmä žltej, na posilnenie jeho emočných a intelektových potenciálov.

Dievča – hlavonožec

Dievča Ivanka má 25 rokov. Je mentálne i fyzicky retardovaná, malej postavy, akoby bez drieku, s ťažkou skoliózou s gibbusom, scoliotídiu s valom (pri ťažších stavoch gibbus). Má postihnutú jemnú motoriku rúk, ťažko a klátivo chodí. Vždy je však dobrej nálady, stále usmiata. Ku mne má veľmi blízky a dobrý vzťah. Poznáme sa už desať rokov. Ivankine výtvarné prejavy sú však na úrovni 3 až 4 ročného dieťaťa, sú to stále rovnaké hlavonožce v kresbe, v modelovaní často prevládajú slniečka – guľička, trochu sploštená a potom lúče, guľky z hlíny, ktoré sama horko-ťažko deformovanými rukami vymodelovala. Ivanka však bez ohľadu na svoje výtvary veľmi rada kreslí a najmä modeluje. Vždy znovu a znovu sa dožaduje, aby aj ona spolu s ďalšími kamarátmi z jej ústavu mohla ísť do keramického ateliéru. Neodradí

ju ani to, že musí najprv cestovať niekoľko zastávok električkou a potom sa doslova vyšplhať po stovke schodov, ktoré vedú do ateliéru. Vie, že sa tam stretne s človekom, ktorého má veľmi rada, a že budú spolu modelovať. Často príbehne ku mne krivkajúc, chytí ma za ruku a akosi veľmi zdola mi povie: „Ja vás mám tak rada“. A dá sa povedať, že je to obojstranný vrúcny vzťah.

Na dnešnom stretnutí Ivanku čaká prekvapenie. Dievčatá – študentky, ktoré sa na spoločných pravidelných integrovaných stretnutiach zúčastňujú, doniesli kusy starých záclon, závesov a závojov. Ivanka sa veľmi teší, keď jej povedia, že dnes sa nebude iba modelovať, ale že sa budú obliekať do spomenutých drapérií. Ivanka a jej kamarátky sa vo vedľajšej miestnosti susediacej s keramickým ateliérom obliekajú, celé „zabaľujú“ do mäkkých, poväčšine bielych materiálov. Celé telo, ruky aj nohy, driek, plecia, dokonca aj hlavu. Z Ivanky je nevesta i princezná. (Obliekanie – obalovanie trvá asi pol hodiny). Potom Ivanka spolu s kamarátkou predstúpia pred ostatných účastníkov dnešného stretnutia. Všetci zhíknu od prekvapenia a začnú dievčatám tlieškať. Ivanka skutočne žiari šťastím. Jej ťažký telesný postih sa v bielej záplave stráca. „Ladným“ krokom, ako kráčajú manekýnky, prejde Ivanka cez ateliér. Ani sa nechce vyzliecť z tohoto rúcha, v ktorom sa tak dobre cíti. Určite aj preto, lebo zakrýva jej defekt, odlišnosť. „Show“ trvá približne 20 minút. Po celý čas vediem Ivanku, aby si prechádzala po celom tele rukami a vnímala svoje telo. Svoju tvár, hlavu, ramená, boky, driek, stehná, nohy.

A potom sa Ivanka pomaly odkrúca z handier, závojov a záclon. Aj teraz vníma dlaňami povrch svojej telesnosti. Konečne si sadá na stoličku, kde je pre ňu pripravená hlina. Do rúk berie hmotu, ktorá nemá žiadny tvar. „Vymodeluj seba !“, znie inštrukcia. Ivanka modeluje. Prvý raz v živote má jej postava všetko. Je kompletná, hlava, krk, plecia, driek, nohy. Ivanka už nie je hlavonožec. Ivanka je ľudská bytosť, človek, ktorý má svoju hodnotu.

Hodnotenie

Ivanka pomocou intermediálnej intervencie prežila intenzívny zážitok vnímania svojej telesnosti v jej autenticite a jedinečnosti. Vnímanie, diferencovanie a reflektovanie vlastných pocitov bolo vzácne stimulované a prejavilo sa vo vytvorení kompletnej (a kompetentnej) ľudskej figury. Vnímanie seba, aj so svojim handicapom nadobudlo na

autentickejši spojenej s jeho plnou a absolútnou akceptáciou, tak, ako sa to deje u zdravého jedinca.

Lucia

„Tu je moje tajomstvo, je celkom jednoduché: dobré sa dá vidieť len srdcom, to podstatné je pre oči neviditeľné”.

(A. de Saint Exupery)

Lucia má 7 rokov. Od 3-rokov, keď jej vyoperovali nádor, je slepá. Je to veselé dievčatko, veľa rozpráva, v rámci svojich možností je neposedná, no dáva si pozor, aby nenarazila na neočakávanú prekážku. Pri prvom stretnutí s hlinou mala Lucia veľkú radosť. Stále dookola sa pýtala „Čo to je? Je to blato? Je to plastelína? Také niečo som ešte nikdy nedržala v rukách. Je to také hladučké”!

Udierala kúsok hliny o stôl a potom hladkala príjemne pôsobiacu plochu rukou, kus hliny obrátila, energicky ňou opakovane „pľasla” o stôl. Tešila sa tomuto zvuku, ale aj dotyku. Priložila si ju k nosu a dokonca ju aj oblizla! Neprestajne sa pri tom smiala. Ani som nestihla odpovedať na spršku jej zvedavých otázok na adresu tohoto „zázraku”, ktorý drží v rukách. Dievčatko sa napokon uspokojilo s tým, že to, čo drží v ruke je síce blato, ale nie obyčajné, ako býva vonku, keď prší ale, že to je zvláštne blato, ktoré sa volá keramická hlina. Z keramickej hliny si môže Lucka vymodelovať hocičo, prakticky všetko, na čo si len zmyslí.

Dievčatko sa potešilo a najprv sa začalo s hlinou hrať. Vytvorilo si guľu. Otáčala ju v rukách a rozmýšľala, čo by tak najradšej vymodelovalo. Netrvalo dlho a rozhodlo sa.. „Bude to ryba. Bude to veľryba a bude mať zuby a jazyk.” Povedala Lucia. A skutočne. Hneď vtlačila rybe do hlavy dieru a pokúšala sa jej trpezlivo modelovať skutočné zuby a jazyk.

Oči rybe neurobila, zato jej nemoty ju zbavila tým, že jej urobila jazyk. „Ryby sú nemé”, poznamenala som, no Lucia ma nepočúvala. V tvorivom zápale vymodelovala ešte rybe plutvy a veľký chvost. Ryba sa podobala skôr na ponorku, ako na veľrybu. Ale to som vedela len ja. Lucii sa ryba podobala skutočne na rybu, o akej jej vraj rozprávala jej mamička.

Lucia už hodinu modelovala rybu. Hlina začínala vysychať, strácať plasticitu. Lucii to nevadilo. Ani na chvíľku už nepustila svoju rybu z rúk. Hladkala ju prstami, prekladala z jednej ruky do druhej. Čas stretnutia sa blížil ku koncu. Vysvetľovala som Lucii, že teraz musíme rybu vysušiť, potom v keramickej peci vypáliť a to znamená, že Lucia musí dať rybu zo svojich rúk do mojich rúk. Lucia však odmietla. Ona svoju rybu už nedá nikomu. A vypáli si ju sama. Ved' doma majú šporák na drevo. Márne som sa pokúšala znova a znova vysvetliť jej zrozumiteľnou formou technológiu pálenia keramickej hlíny. Lucia odmietla dať rybu z ruky.

Nemalo d'alej význam naliehať na ňu. Jej prešťaštný úsmev, úsmev tvorcu, ktorý si vytvoril niečo len a len pre seba, prítomnosť a dotyk s jej výtvorom ju robil tak nesmierne šťastnou.

Už bez slov som nechala rybu v Luciiných rukách. Sú predsa pre ňu tým najvhodnejším miestom, jazierkom, či morom, v ktorom môže plávať, aj keď sa nakoniec rozpadne, lebo jej telo je z hlíny a neprešlo ohňom.

Lucia vymodelovala rybu ako svoj talizman, svojho ochrancu nie náhodou: ryba je nemá. Ale vidí. Lucia nevidí, ale nie je nemá. Luciina ryba však nie je nemá, lebo jej Lucia vymodelovala jazyk.

Tak ako rybičkina Lucia nebola úplne slepá, ved' vidieť sa dá aj inak ako očami.

Pokračovanie po siedmich rokoch

Luciu som stretla znovu po siedmich rokoch. Prišla ku mne do ateliéru so svojou vychovávateľkou, aby sme spolu modelovali. Bolo to radostné stretnutie. Prvé, čo mi Lucia povedala, že vtedy dávno sa jej rybka, ktorú si vymodelovala, naozaj rozpadla, ako som predpokladala, lebo si ju s kamarátom pohadzovali. Pri našom prvom stretnutí po rokoch mi ale Lucia vymodelovala inú rybu – veľrybu, ktorú sme už ale vypálili a naglazovali a znovu vypálili. Teraz je pýchou mojej zbierky umenia L art pou la santé. Je tyrkysová a má veľké žlté oči.

Z Lucie sa medzitým stala slečna a pôsobí veľmi veselo.

Hodnotenie

Luciina výtvarná reflexia nabola náhodná. Bola to nevedomá kompenácia, ktorej zmysel bol významnejší, akoby sa na prvý pohľad zdalo. Je potvrdením a ilustráciou mechanizmov v arteterapeutickom procese, kedy sa nevedomé obsahy vedomia zviditeľňujú, stávajú sa markantnejšími, a teda ľahšie uchopiteľnejšími pre špeciálneho pedagóga, arteterapeuta a jeho pôsobenie na dieťa.

Lucia v tomto primárnom stretnutí s hlinou nastúpila cestu spoznávania vecí, ich vlastností a hodnôt. Hlina a umelecká reflexia jej odryli skutočne závoj dovtedy neviditeľného a nevideného aj pre jej ďalší život a pomohli jej osobnej i sociálnej integrácii.

Michal

Má 17 rokov. Pochádza z rodiny, kde obaja rodičia sú alkoholikmi. Je ťažko mentálne retardovaný. Diagnóza katatonik, stav po detskej mozgovej obrne. Nerozpráva. Vydáva len akési neartikulované zvuky. Niekedy sa mu podarí zopakovať jednoduché slovo. Pôsobí veľmi nepokojne. Motorický neklud sa prejavuje tým, že sa rýchlymi dlhými krokmi vyberie na prechádzku po ústave, až kým sa niekomu nepodarí ho zastaviť. Vychovávateľky sa ho poväčšine boja, pretože v často nestráženej chvíli priskočí k nim a začne ich ťahať za vlasy. Vlasy svojej obete drží v dlaniach veľmi pevne a preto je veľmi ťažké vymaniť sa mu. Zvyčajne mu zostanú v rukách chumáče cudzích vlasov. Michal je chudý, vyťahnutý na svoj vek, je neprestajne hladný. Dokázal by jesť po celý čas, čo strávi v ústave s dennou starostlivosťou. Zdá sa, že by tu najradšej zostával aj na noc, na stálo, keby to išlo, ale ústav nie je na to zariadený. Je evidentné, že jeho domáce prostredie je preňho veľmi deptajúce. Žije vo vákuu, kde nie je milovaný a nesmie milovať. Vo svojej rodine sotva prežil interakciu, telesný dotyk lásky zo strany svojich rodičov. V jeho deficitnom telesnom kontakte, ktorý je v jeho rodine cudzím slovom si vybudoval riešenie tak, že sa samozraňoval. Vo vlastnej bolesti hľadal východisko. Jeho agresívne pocity tak našli výraz.

Michal sa nedokázal sústrediť na žiadnu prácu. Keď som mu dala prvý raz do rúk hlinu, nevedel čo s ňou. Ovoniaval ju, dokonca do nej zahryzol. Prsty sa mu zabárali do jej poddajného povrchu. Usmieval sa. Páčilo sa mu miesiť, mazať, vtláčať,

roztierať. Po krátkom čase rýchlo vymodeloval guľu, hlavu človeka alebo zvieraťa. Jednoducho výtvar oblého tvaru. Vzápätí ho dobodal špachtľou. Hneď na to tvoril ďalšie a ďalšie podobné formy. Nesmierne impulzívne a spontánne. Jeho agresivita, bezmocnosť i hnev, neschopnosť dorozumieť sa so svojim okolím našli svoj tvar a výraz v hline. Vtedy prežil svoje oslobodenie, katarziu, zbavil sa nahromadených pocitov. Nikdy som sa nestala obeťou jeho útoku. Odkedy som mu vložila do rúk hlinu aj útoky na iných boli zriedkavejšie. Pri každom našom stretnutí, hoci aj v čase vyhradenom na inú činnosť ma chytil za ruku a ťahal do keramického ateliéru, kde bola hlina. Vždy keď ma videl, naznačoval rukami stláčanie a uvoľňovanie hliny. Hlina, zem, blato, z ktorého si kedysi Michalov praprapradok urobil rituálnu sošku medveďa, či jeleňa a potom doňho zabodával šípy. Okrem toho, že Michal rád modeloval, rád aj vyšival. Vpichovanie ihlou veľmi rýchlymi, krátkymi stehmi zrejme tiež uvoľňovalo všetky jeho agresívne pocity voči sebe i druhým. Vyšil mnoho obrázkov so zvláštnou farebnosťou. Farby si vyberal sám, tak isto, ako si sám šikovne navliekal nite do ihly. Obrázky svojou štruktúrou a farebnosťou pripomínali špirálovité ťahy štetca Vincenta van Ghoga.

Hodnotenie

Pre Michala médium hliny znamenalo archetypálny zážitok regresu, ale najmä spôsob ventilácie jeho frustrácie a citovej deprivácie. Abreaktívne mechanizmy sa stimulovali a pôsobili ako katarzia. Hlina mu poskytla radosť s dotykov, ktorých deficit od detstva pociťoval. Jeho neurotické prejavy sa eliminovali vo výtvarnej reflexii spojenej s použitím fyzickej sily a intenzívneho haptického zážitku pri modelovaní i pri vyšívaní.

Tomáš

„Bylo velice nejisté, mám li přímluvce, nic přesného jsem se o tom nemohl dovědet, všechny tváře byli odmítané...“

(F. Kafka „Prímluvci“)

Tomáš má 13 rokov, nekomunikuje verbálne. Je autista, mentálne retardovaný. Je agresívny, autoagresívny, často zraňuje sám seba. Sedí na zemi, na chodbe pred ateliérom, kde druhí modelujú a tlčie si hlavu o veraje dverí. Jeho vychovávateľ ho drží veľkou silou, aby si vážne neublížil. Ukazujem Tomášovi kopy hliny, z ktorej si druhé deti berú kusy a modelujú. Tomáš odmieta, odvracia sa, nechce sa hliny ani dotknúť...

Beriem do rúk trochu hliny, formujem z nej guľku, podržím ju chvíľu v rukách a podávam ju Tomášovi. Tomáš sa zrazu odhodláva vziať ju do rúk, akoby akceptoval prirodzene tento sprostredkovaný dotyk cez ruky druhého človeka. Najprv ju ovoniava, potom dokonca do nej zahryzne a vzápätí ju odhadzuje na zem. Hlina sa rozplesne na podlahe na plochý koláč, vydá zvuk podobný tlesnutiu dlaní. Zvuk sa Tomášovi zapáči. Berie odo mňa ďalšie a ďalšie kusy hliny a hádže ich po zemi. Nakoniec hodí kus hliny po modelujúcich deťoch do otvorenej miestnosti, kam sa pred chvíľou zdráhal vojsť. Postupne sa presúva k ostatným deťom. Zasahujem, lebo hra s hádzaním hliny sa Tomášovi príliš zapáčila a ohrozuje druhé deti. Podarí sa mi usmerniť Tomáša smerom k drevenej podložke na zemi. Tomáš si k nej sadá a začína modelovať svoju prvú sochu v živote.

Nesmierne rýchlo, živelne modeluje zvláštne tvary podobné vežiam. Veže, hrady, labyrinty, bludiská, praveký Stonehenge – toto všetko evokuje jeho plastika. Z Tomášovho podvedomia sa vynárajú všetky tvary, pravy, archeotypy. Premieta sa v nich chaos i "poriadok" jeho mozgu do tvárnej hliny.

Jeho veže, antény vysielajú zatiaľ na nezachytenej vlnovej dĺžke zašifrovanú správu. Podarí sa niekomu zachytiť jeho volanie, pokus o nadviazanie kontaktu, snahu komunikovať? Komunikovať v hline zvláštnym „písmom“, lebo inak slovne komunikovať nedokáže kvôli svojej chorobe. Nájde sa v tomto odmietavom a nepriateľskom svete plnom nepochopenia svojho „sprostredkovateľa“? Nájde tlmočníkov, „príhovorcov“, ktorí tak ako kedysi Champolion, rozlúštia jeho "hieroglyfy" do zrozumiteľnej reči? Koľko zvýšených dávok empatie bude musieť terapeut potrebovať, aby bol schopný pochopiť Tomášove posolstvo?

„Je to tak naléhavé mít přímlyvce, spousty přímlyvců, ty nejlepší přímlyvce, jednoho vedle druhého, živou zed'...“

(F. Kafka Přímlyvci, z knihy Popis jednoho zápasu, str. 177)

Tomáš vymodeloval počas „Týždňa kreativity“ niekoľko „labyrintov“. Jeho správanie sa evidentne zmenilo. Z nervózneho, nepokojného, agresívneho chlapca sa stal pokojný usmiaty človek.

Na vernisáži svojich prác a prác jeho kamarátov sa správal tak, akoby sa na podobných podujatiach zúčastňoval často. Nevadilo mu ani množstvo neznámych ľudí, ktorí ho obklopovali. Vytvoril si ku mne blízky vzťah a nastal u neho náznak verbálnej komunikácie. Napr. na moje otázky, či by ešte niekedy chcel prísť ku mne do ateliéru modelovať, veľmi rozhodne a srdečne pokýval súhlasne hlavou a zvuk, ktorý vyšiel z jeho hrdla znel celkom tak, ako najjasnejšie a najrozhodnejšie „áno“.

Hodnotenie

Pre Tomáša arteterapeutické stretnutia znamenali odblokovanie zabrzdenej komunikácie, socializácie a osobnej i sociálnej integrácie.

V prvej fáze odmietenia hliny mali význam prekročenia vlastných hraníc izolácie, spôsobenej frustráciou z nepochopenia, odmietnutia vrátane nesprávneho zaradenia medzi mentálne handicapovaných.

Radosť z tvorby priniesla posilnenie jeho autenticity, pocitu slobody a dôstojnosti.

Robert

Robert má 20 rokov. Má diagnózu Downov syndróm. Modeluje už 10 rokov. Posledné 2 roky sa pravidelne zúčastňuje integrovaných stretnutí v zložení 10 študentiek liečebnej pedagogiky, 5 až 6 mentálne retardovaných detí plus arteterapeut. Robert je veselej povahy, má veľmi dobré rodinné zázemie, má štyroch zdravých súrodencov. Býva niekedy príliš hlučný, vo svojej vždy dobrej nálade. V cudzom prostredí je však hanblivý, neistý. Na prvých spomenutých stretnutiach sedával Robert na chodbe pred ateliérom. Hlava sklonená do dlaní, sem tam nesmelo pokukával do pootvorených dverí ateliéru, kde ostatní spoločne tvorili – modelovali. Márne ho všetci jeho kamaráti i študentky prehovárali, aby sa k nim pridal. Nepodarilo sa to ani na prvý, ani na druhý raz (s časovým odstupom jedného týždňa).

Tretí týždeň Robko vošiel do ateliéru sám bez prehovárania. Téma tretieho týždňa bola: „Ruka, gestá, ruky“. Najprv sa všetci navzájom, väčšinou po dvojiciach, hrali prstové hry so špagátom. Deti z ústavu sa tešili, keď sa im podarilo naučiť nový spôsob „preberania“ špagátu. Potom sa hrali spolu hru „Kvač, kvač, kvačica“ a „U koho je zlatý prsteň“. Nakoniec si vzali každý kus hliny a modelovali ruku v rôznych pohyboch, či gestách. Každý modeloval vlastne svoju ruku.

Vznikla napr. ruka – spojenia ukazováka a palca ako gesto, ktorým sa oceňuje kvalita dobrého jedla, alebo pekných šiat...

Ďalšia ruka „zmeravela“ v geste prosby nastavenej dlane. Padne do nej zlatý peniaz, alebo gram záujmu, „deko“ lásky? Robko chytil do rúk hlinu spôsobom skúseného sochára – keramika, no keď počul akú tému som dnes zvolila, zavrtil odmietavo hlavou a vyhlásil: „Ja ruku robiť nebudem“. A vzápätí sa pustil do modelovania masky. Masky Robert modeluje zo všetkého najradšej. Trval na tom, že ruku robiť nebude. Veď prečo aj? Jeho ruka, jeho obe ruky sú totiž iné ako ruky ostatných. Často v minulosti kvôli svojim rukám vytrpel od detí v parku posmech. Robert má na oboch rukách zrastené prostredníky a prstenníky. (Syndaktylia).

Dnes, keď sa Robo prvý raz na týchto integrovaných stretnutiach odhodlal vojsť medzi ostatných a zapojil sa s radosťou aj do prstových hier, musí byť na programe práve takáto téma, ktorá mu vôbec nevyhovuje. Bude ju ignorovať. Rozhodol sa a dost! Modeloval zanovite masku. V skupine vládla dobrá nálada. Nieкто skonštatoval, že ruka, ktorú vymodelovala Judita vyzerá ako gorilia ruka. Niekoľko rás som obišla celú skupinu. Viackrát som podišla aj k Robkovi. Dotkla sa, pohladila jeho ruky, nenútila som ho ďalej zmeniť tému.

Čas vyhradený na spoločné modelovanie sa blížil ku koncu. Ešte 10-15 minút a všetci sa rozídu, aby sa o týždeň znova stretli. Zrazu Robo odložil už skoro dokončenú masku. Na drevenú podložku rýchlymi, šikovnými pohybmi natlkol vrstvu hliny tak, ako keď sa ide modelovať reliéf. Na hladkú plochu v okamihu priložil a špachtľou obkreslil svoju ľavú ruku. V nasledujúcich minútach špachtľou vyrezal podľa predkreslených obrysov siluetu svojej ruky aj s jej defektom. Reálnu, jedinečnú Robertovu ruku. Potom ruku zvrchu „ozdobil“ ornamentom, vrypom akoby na ňu natiahol čipkovanú rukavičku. Usmial sa na mňa a povedal: „Toto je moja ruka“.

U Roberta došlo pomocou arteterapeutickej intervencie cez modolovanie z hliny k posilneniu sebavedomia, sebahodnotenia a autenticity.

Stal sa plne integrovanou osobnosťou v zmysle osobnej i sociálnej integrácie.

Pravidelne ho v súčasnosti napr. stretávam obedovať v reštaurácii spolu s jeho otcom, kde mu nerobí problémy jadenie príborom vzl'adom na jeho telesný hansicap a ani cudzie prostredie a neznámi ľudia. Proces jeho integrácie sa zavŕšil. A to aj v zmysle slov uvedených v úvode tejto práce, kde hovorím o tom , že proces a vízia inklúzie sa v našich krajinách teda na Slovensku a v Čechách zavŕši vtedy, keď sa čo najviac handicapovaných ľudí objaví na uliciach, v autobusoch ale aj v divadlách, galériach aj v reštauráciach a majoritná spoločnosť si zvykne na ich prítomnosť nielen v ústavoch, ale aj na takýchto miestach verejných a plne ju akceptuje ako úplne normálnu a bežnú záležitosť.

Záver

Vo svojej dizertačnej práci som poukázala na spoločné prieniky špeciálnej pedagogiky a arteterapie, vymedzila pojem arteterapie podľa viacerých autorov, formulovala rôzne teoretické východiská arteterapie vrátane Spirituálne ekologického východiska (Šicková, 2002).

Definovala som formy i metódy a indikácie arteterapie a charakterizovala ich z hľadiska aplikácie pre jednotlivé problémové skupiny detí, mládeže aj dospelých, ktorí sú v rámci teritória špeciálnej pedagogiky zradení do populácie jedincov so špecifickými zdravotnými, zmyslovými, psychickými výchovnými i vzdelávacími problémami.

V práci som ilustratívne uviedla viacero nových terapeutických prístupov, najmä v oblasti tzv. terra terapie, teda modelovania z hliny v arteterapii a diagnostických testov - Testu zmyslu pre súvislosti (Šicková 1984) Body image testu (Šicková, 2000), ktoré sú aplikovateľné v rámci arteterapie i špeciálnej pedagogiky.

Na záver znovu zdôrazním ciele arteterapie v kontexte špeciálnej pedagogiky:

Pomocou výtvarnej reflexie a cielených arteterapeutických metód a postupov:

- znížiť negatívny vplyv postihnutia alebo ohrozenia na rôzne handicapovaného jedinca,
- pozitívne ovplyvniť jeho vývoj, vrátane posilnenia jeho sebavedomia, zvýšenia pocitu
- vlastnej hodnoty a dôstojnosti,
- zvýšiť jeho vývojovú úroveň v tých oblastiach, kde je to dôležité a nutné

z hľadiska postihnutia,

- posilniť jeho kompetencie ako aj kompetencie jeho rodiny, i schopnosti kriticky uvažovať a artikulovať svoj názor
- pomôcť dosiahnuť osobnú i sociálnu integráciu a autenticitu smerujúcu k inklúzii

Intervenčné formy arteterapie v rámci špeciálnej pedagogiky sú mnohostranné a majú spoločnú sieť pojmov, ktorými sa ako esteticko-kultúrne i terapeuticko-pedagogické intervenčné formy realizujú:

Dôležité pojmy sú tu: estetika, komunikácia, médium, kultúra, sociálna kultúra, umenie.

Zaujímala ma v tejto práci najmä diskusia o terapeutickom kontexte špeciálnej pedagogiky. Arteterapia sa považuje aj za akúsi esteticko-kultúrno-výchovnú pedagogiku a je chápaná ako interdisciplinárny fenomén.

Nosný cieľ takejto kultúrnej intermediálnej pedagogiky je **osobná zrelosť individua** a jeho **autenticita**.

Napriek tomu však arteterapia obsahuje aj:

- spoločensko-politickú dimenziu,
- sociálnu dimenziu a
- kultúrnu dimenziu a jej účastníci majú jedinečnú možnosť vyjadriť vo výtvarnej reflexii svoje emócie s imanentnými možnosťami svojho života a vzájomných vzťahov.

Estetika a komunikácia tu nevytvárajú len kľúčové pojmy, ale sú aj kľúčovými kompetenciami.

Estetické jednanie je takto produktom a dôsledkom esteticko-kultúrno-pedagogickej intervencie. Spája estetiku a komunikáciu, sprevádza vnímanie a výraz a využíva estetické médiá v zmyslových skúsenostiach.

Či je to už uchopenie materiálu, alebo zviditeľnenie pocitu vytvorením obrazu alebo sochy alebo pociťovanie účinku farebnosti, všetky tieto fenomény napomáhajú jednoznačne k tvorivému činu a k dosiahnutiu vnútornej integrácie a autenticity.

Arteterapia si vo svojej receptívnej podobe kladie za cieľ integráciu umenia a kultúry do spoločenského priestoru, teda aj do priestoru postihnutých ľudí.

Prekľenuje tak duchovný svet umeleckých hodnôt, so svetom reálnym, každodenným s jeho prozaickou polohou, v prípade handicapovaných aj s tou boľavou polohou.

Napriek tomu, že umenie často preberalo a preberá aj funkciu iritovať a provokovať spoločnosť, jeho ambíciou je najmä pozdvihnúť človeka z jeho každodennosti a

naučiť ho vnímať svet a život v širšom celku, v jeho životnom prostredí, vrátane jeho vlastného životného príbehu - jeho biografie. Platí to tak v živote postihnutého, ako aj zdravého človeka.

Arteterapia teda okrem výsostne terapeutických cieľov

- uľahčuje prístup handicapovaného človeka k umeniu a kultúre,
- pomáha rozvíjať jeho estetické, komunikačné a sociálne potenciály.

V konečnom dôsledku arteterapia podporuje aj kultúrne vzdelávanie, čím sa stáva základnou časťou vzdelávania vo všeobecnosti. Len tvorivý človek môže existovať ako aktívny tvorca svojho života a svojho životného prostredia vrátane spoločnosti, v ktorej žije.

Témy spirituálne - ekologickej arteterapie často cielene zahŕňajú existenčné otázky ľudského bytia vrátane choroby, smrti, smútku, otázky starnutia, pôsobia metaforickou formou ako návody pri chápaní osobných konfliktov, vznikajúcich z rozličných podnetov, ako napr. kríza vzťahov, rozchody, samota, nový začiatok, spoločenské a rodinné problémy.

Je povzbudzujúce, že arteterapia už dnes nachádza miesto v zariadeniach špeciálno - pedagogických na všetkých úrovniach vekových i problémových kategórií, a hoci trochu neskoro, no predsa sa stáva nespochybniteľnou súčasťou interdisciplinárne chápanej špeciálnej pedagogiky v Čechách i na Slovensku.

Ambíciou tejto práce ako aj túžbou jej autorky je k tomuto nezvratnému pohybu smerom k inklúzii oboch disciplín prispieť svojim skromným dielom.

Zoznam použitej a citovanej literatúry:

1. 1987. In: Estetická výchova v detských domovoch, Pedagogika specialis XII, Zborník katedry špeciálnej a liečebnej pedagogiky, PF UK v Trnave 1987.
2. 2004. Speciální pedagogika. Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, 2004.
3. Albrich, B. 2000. Neverbálny aspekt arteterapie, kazuistika pani O. In: Současná arteterapie v Čechách a v zahraničí, Praha : Karlova univerzita, 2000.
4. Allan, J. 1988. Inscapes of the child's world. Dallas : Spring Publications, Inc., 1988.
5. Arnheim, R. 1986. New Essays of the Psychopathology of Art. Berkeleyand Los Angeles : University of California, Press 1986.
6. Arnheim, R. 1991. Kunst als Therapie. In: Die neue Kreativitätstherapie. Paderborn : Junfermann Verlag, 1991.
7. Baer, U. 1999. Gefühlsterne Angstfresser Verwandlungsbilder. Neukirchen : Affenköönig Verlag, 1999.
8. Baleka, J. 1999. Modř, barva medzi barvami. Praha : Academia, 1999.
9. Beuys, J. 1992. Jeder Mensch ein Künstler. Berlín : Frankfurt, 1992.
10. Blažek, B. – Olmrová. 1986. Krása a bolest. Panorama : 1986.
11. Burt, C. 1977. Mental and Scholastic Tests. London : 1977.
12. Bušovská, P. 1996. Možnosti využitia arteterapie u detí s poruchami správania v liečebno-výchovnom sanatóriu. Diplomová práca, Bratislava : Pedagogická fakulta UK, 1996.
13. Cambellová, J. 1998. Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi. Praha : Portál, 1998.
14. Cane, F. 1983. The Artist in Each of us. Washington DC : Baher-Webster Printing Co, 1983.
15. Caseová, C. – Dalleyová, T. 1995. Arteterapie s dětmi. Praha : Portál, 1995.
16. Dalley, T. 1986. Kunst als Therapie. Daedelus, 1986.

36. Goffman, E. 1963. Stigma, Notes on the Management of the Spoiled Identity. NJ : Prentice-Hall, Englewood Cliffts, 1963.
37. Halík, T. 2002. Co je bez chvéni, není pevné. Praha : Nakladatelství Lidové noviny, 2002.
38. Hanus, R. 1987. Estetická výchova v detských domovoch. Trnava : Pedagogika specialis XII, Zborník katedry špeciálnej a liečebnej pedagogiky, PF UK, 1987.
39. Hanus, R. 1987. Niektoré diagnostické možnosti využitia detského výtvarného prejavu. Predškolská výchova 48, 1993/94.
40. Hardí, I. 1992. Dynamický test kresby ľudskej postavy. Nové Zámky : 1992.
41. Hornáková, M. 1999. Liečebná pedagogika, Bratislava : Perfekt, 1999.
42. Horowitz, M. J. Image Formation – and psychotherapy Jason Aronson, Inc,
43. In: Kunst & Wahn 1997, Kunst Forum, Köln : Wien und Dumont Verlag, 1997.
44. Integratívni školní (speciální) pedagogika, Brno 2004.
45. Itten, J. 1970. Kunst der Farbe. Ravensburg : Otto Maier Verlag, 1970.
46. Jebavá, J. 1997. Úvod do arteterapie. Praha : Karlova univerzita, 1997.
47. Kafka, F. 1991. Popis jednoho zápasu. Praha : Odeon, 1991.
48. Kastová, V. 1999. Imaginace jako prostor setkání s nevědomím. Praha : Portál, 1999.
49. Kováč, B. 1969. Zázračný svet detských kresieb. Bratislava : 1969.
50. Kratochvíl, Z. 1970. Psychoterapie. Avicentrum, 1970.
51. Květoňová –Švecová, L. 2004. Edukace dětí se speciálními potřebami v ranním a předškolním věku. Brno : Paido, 2004.
52. Kyšková, B. 1999. Arteterapia s diabetickými deťmi. Diplomová práca, Bratislava : UK PdF, 1999.
53. Landgarten, H.B. 1981. Clinical Art Therapy. New York : Brunner/Mazer, 1981.
54. Liguš, J. 2002. Biblická hermeneutika. Banská Bystrica : Univerzita Mateja Bela, 2002.

55. Lowenfeld, V. 1982. Creative und Mental Growth Macmillan Publishing Company a division of Macmillan, Inc., New York : London, 1982.
56. Lowenfeld, V. 1987. Therapeutic aspect of education. In: The American Journal of Art Therapy Vol. 25, May 1987.
57. Lucas, X. 1980. Artists in group, Psychotherapy: The emergence of artistic creativity, Litsas Athens, 1980.
58. Malchiodi, C. A. 1990. Breaking the silence. New York : Brunner/Mazel., INC., Publishers, 1990.
59. Mátejová, Z. – Hanus, R. 1978. Úvod do terapeutických technik, Trnava : 1978.
60. Mihulcová, M. 1991. Využitie výtvarného prejavu u emocionálne a sociálne narušených detí v detskom domove. Diplomová práca, Bratislava : UK PdF, 1997.
61. Michaelis, H. 1999. Praxisfeld Medienpädagogik (Ästhetik und Kommunikation). In: Badry. E. Buchka. M., Knapp. R. (Hg.) Pädagogik. Grundlagen und Arbeitsfelder, Neuwied : Luchterhand, s. 423 - 449
62. Murphy, R. F. 1997. Umlčené tělo. Praha : Mladá fronta, 1997.
63. Muths, Ch. 1991. Farbtherapie. Mníchov : 1991.
64. Neznámi Rómovia. Bratislava : Ister Science Press, 1992.
65. Pawlik, J. 1974. Goethe Farbenlehre. Köln : Verlag M. Du Mont Schanberg, 1974.
66. Perout, E. Hmatové modelování a reliéfní kresba nevidomých. In: Výtvarná výchova, roč. 39, r. 1999, č. 4.
67. Petzold, H. 1991. Die neue Kreativitätstherapien. Junferman Verlag, 1991.
68. Pogády a kol. 1993. Detská kresba v diagnostike a liečbe. Bratislava : SAP, 1993.
69. Pohnerová, H. 1992. Duchovní a zmyslová výchova. F. Policka, 1992.
70. Preclík, V. 1990. Smírčí kameny. Praha : Československý spisovatel, 1990.
71. Puškárová, J. 1998. Arteterapia v procese liečebno-pedagogickej intervencie u zrakovo postihnutého dieťaťa mladšieho školského veku. Diplomová práca, Bratislava : UK PdF, 1998.
72. Read, H. 1967. Výchova uměním. Praha : 1967.

73. Renotíerová, M., Ludíková, L. a kol. 2004. Speciální pedagogika. Univerzita Palackého v Olomouci : Pedagogická fakulta, 2004.
74. Rogers, C. R. 1995. Ako byť sám sebou. Bratislava : IRIS, 1995.
75. Rossová, G. – Erker, R. 1999. Prvé mandaly pre deti. Ikar, 1999.
76. Rubin, J. A. 1997. The art of art therapy. New York : Brunner / Mazel, 1997.
77. Sachs, O. 1997. Antropoložka na Marsu. Mladá fronta, 1997.
78. Schillingovi, I., G. 1999. Symbolická reč barev. Olomouc : Dobra & Fontana, 1999.
79. Silverstone, L. 1997. Art Therapy – The Person-Centred. London and Philadelphia : Jessica Kingsley Way Bublishers, 1997.
80. Slavík, J. 1999. Arteterapie v souvislostech speciální pedagogiky. In: Speciální pedagogika, roč. 9, r. 1999, č. 1, s. 7 – 19
81. Slavík, J. 2001. Umění zážitku, zážitek umění. I. a II. díl, Praha : Karlova univerzita, 2001
82. Somer, L. E. 2000. Perspectives on the use of glass in therapy. In: American Journal of Art Therapy, Volume 38, No. 3. February 2000.
83. Současná arteterapie v Čechách a v zahraničí, Praha : Karlova univerzita, 2000.
84. Speck, O. 1998. System Heilpädagogik. Mníchov : Reinhard, 1998.
85. Svoboda, M., Krejčířová, D., Vágnerová, M. 2001. Psychodiagnostika dětí a dospívajících. Portál, 2001.
86. Šalda, F.X. 1987. Umenie a život. Bratislava : Slovenský spisovateľ, 1987.
87. Ševčáková, E. 1967. Moderná slovenská kresba. Bratislava : Tatran, 1967.
88. Šicková J. 1984. Výtvarný diktát. nepublikované texty, 1984.
89. Šicková, J. 1994. Arteterapia. Efeta, Ročenka, 1994.
90. Šicková, J. 1994. Modelovanie z hlíny a jeho liečebno-výchovný transfer v praktickej arteterapii. Habilitačná práca, Bratislava : UK PdF, 1994.
91. Šicková, J. 1995. Arteterapia. Liečebná pedagogika I. Zborník: Bratislava : UK PdF UK, 1995.

92. Šicková, J. 1998. Diagnostické možnosti arteterapie u sexuálne zneužívaných detí. Zborník: Interdisciplinárne prístupy v špeciálnej edukácii, 1998.
93. Šicková, J. 2000. Terra therapeutica. Zborník: L P 2000.
94. Šicková, J. 2001. Centrum TT International Networking Group of Arttherapists. Journal Winter, 2001.
95. Šicková, J. 2002. Základy arteterapie. Praha : Portál, 2002.
96. Šicková, J. 2004. Rozdielne prístupy k chorobe a postihnutiu, prednáška na Liečebno-pedagogických dňoch 2004 v Bratislave, UK Pdf, 2004.
97. Šperka, M. 1993. Siggraph 92, Profil 1993, č. 1
98. Thomä, H.- Kächele, H. 1996. Psychoanalytická praxe. Díl druhý: Praxe, Praha : Pallata, 1996.
99. Thullnerová, Z. 2000. Využitie arteterapeutickej intervencie u detí a mladistvých po suicidálnom pokuse. Bratislava : Diplomová práca, UK Pdf, 2000.
100. Titzl, B. 2000. Postižený človek ve společnosti. Praha : Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2000.
101. Titzl, B. 2000. Tradice, kořeny a vznik české speciální pedagogiky. In: Speciální pedagogika, r. 2000, č .2, s. 92-102.
102. Valenta, M., Muller, O. 2003. Psychopedie. Parta, 2003.
103. Vašek, Š. 1991. Špeciálnopedagogická diagnostika, Bratislava : SPN, 1991.
104. Vašek, Š. 1996. Špeciálna pedagogika. Bratislava : Sapientia, 1996.
105. Veselovská, M. 2001. Arteterapia s pacientkou s Alzheimerovou chorobou. Diplomová práca, Bratislava : UK Pdf, 2001.
106. Vítková, M. 2004. Integratívni školní (speciální) pedagogika. Brno : 2004.
107. Vítková, M. 2004. Otázky speciálně pedagogického poradenství. Brno : Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity v Brne, 2004.
108. Vítková, M. 2004. Otázky speciálně pedagogického poradenství. Brno : Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity v Brne, 2004.
109. Wadeson, H. 1980. Art psychotherapy. USA : John Wieg & Sons, Inc., 1980.

110. Walterová, E. 2004. Úloha školy v rozvoji vzdělanosti, Brno : Paladio, 2004.
111. Walterová, E. 2004. Úloha školy v rozvoji vzdělanosti. Brno : Paladio, 2004.
112. Wirtensohn-Baader, I. 2003. Kunsttherapie aus der Praxis für die Praxis. Dormund : Verlag modernes lernen, 2003.
113. Wohl, A. – Kaufman, B. 1985. Silent Screams and Hidden Cries. New York : Brunner / Hazel Publishers, 1985.
114. Zicha, Z. 1981. Úvod do speciální výtvarné výchovy. Praha : 1981.
115. Zicha, Z. 2005. Etopedie a psychoterapie. In: Speciální pedagogika, roč. 1, r. 2005.

116. Dostupné na Internetu: <http://www.arttherapy.org/about.htm>, 20.05.2005
117. Dostupné na Internetu: <http://www.arteterapie.cz>, 20.05.2005
118. Dostupné na Internetu: <http://www.fedu.uniba.sk>, Manuál diplomanta

