

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
Husitská teologická fakulta

Bakalářská práce

Praha 2009

Zuzana Sládková

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
Husitská teologická fakulta

Využití artefiletiky v práci se skupinou

(projekt)

The Usage of Artephiletics in the Session Work

(The Project)

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:
Mgr. Hana Dotřelová

Autor:
Zuzana Sládková

Praha 2009

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila pouze uvedené prameny a literaturu.

Současně dávám svolení k tomu, aby tato bakalářská práce byla umístěna v Ústřední knihovně UK a používána ke studijním účelům.

V Praze dne 15. dubna 2009

Zuzana Sládková

Poděkování

Chtěla bych zde poděkovat Mgr. Haně Dotřelové za vstřícné a odborné vedení bakalářské práce. Dále děkuji své artefietické skupině za jejich trpělivost a nadšení pro práci, neboť bez jejich aktivní účasti by projekt nemohl být zrealizován.

Na závěr děkuji za trpělivou podporu a pomoc svým blízkým a také svému příteli.

Anotace

Tato práce se zabývá artefiletikou a jejím využitím v praxi. V první teoretické části popisuje především základní znaky, metody, terminologii a také historii artefiletiky. Druhá empirická část je projekt, který se zabývá prací se skupinou mladých lidí a zkoumá vliv prostředí a podmínek na jejich tvorbu. Rovněž se snaží uchopit teoretické zásady v praxi. Struktura projektu je pojata jako popis jednotlivých hodin. Jelikož jsou celkem tři témata, která se vždy dvakrát opakují, tak na konci každého zápisu z hodiny je plán na příští hodinu popřípadě srovnání hodin stejného tématu, které již proběhly. Na konci projektu je shrnut i názor skupiny na ovlivnění prostředím, který byl zpracován pomocí dotazníku.

Klíčová slova

Artefiletika, arteterapie, výtvarná tvorba, zážitek, reflektivní dialog, vliv prostředí.

Annotation

This thesis concerns artepfiletics and its practical use. The first part is theoretical and describes mainly the basic features, methods, terminology and history of artepfiletics. The second, empirical, part is a project which deals with the work with a group of young people and examines the influence of the environment and overall conditions on their activity. It also aims to practically apply the principles of artepfiletics. The project is structured as a description of meetings. At the end of the record of each meeting is a plan for the next meeting or a comparison of the meetings of the same theme which have already passed, because there were three themes, each of them twice. At the end of the project the opinion of the group on the influence of the environment which was gained through a questionnaire is summarized.

Keywords

Artepfiletics, artetherapy, visual arts, experience, reflective dialogue, influence of environment.

OBSAH

Úvod	- 6 -
1. Pojem artefiletika.....	- 7 -
2. Historie artefiletiky	- 8 -
2.1. <i>Počátky výtvarné výchovy jako předmětu kreslení</i>	<i>- 8 -</i>
2.2. <i>Zájem o dětskou tvorbu.....</i>	<i>- 8 -</i>
2.3. <i>Vývoj od didaktické reflexe až k artefiletice v českých zemích</i>	<i>- 9 -</i>
2.4. <i>Mezinárodní organizace INSEA</i>	<i>- 9 -</i>
2.5. <i>Vývoj před a po Sametové revoluci.....</i>	<i>- 10 -</i>
3. Cíle artefiletiky.....	- 11 -
3.1. <i>Dílčí cíle.....</i>	<i>- 11 -</i>
4. Fáze artefiletiky.....	- 12 -
5. Reflektivní dialog	- 14 -
6. Obsahové okruhy v artefiletice	- 16 -
6.1. <i>Výraz.....</i>	<i>- 16 -</i>
6.2. <i>Komunikace</i>	<i>- 16 -</i>
6.3. <i>Forma.....</i>	<i>- 16 -</i>
7. Osobnost pedagoga (vedoucího)	- 18 -
7.1. <i>Požadavky</i>	<i>- 18 -</i>
7.2. <i>Zážitkový artefiletický kurz</i>	<i>- 18 -</i>
8. Pojmy	- 19 -
8.1. <i>Umění.....</i>	<i>- 19 -</i>
8.2. <i>Zážitek.....</i>	<i>- 20 -</i>
8.2.1. <i>Prožitek</i>	<i>- 20 -</i>
8.3. <i>Situace.....</i>	<i>- 20 -</i>
8.4. <i>Zkušenosti</i>	<i>- 20 -</i>
8.5. <i>Fiktivní svět.....</i>	<i>- 20 -</i>
8.5.1. <i>Prop – herní rekvizity</i>	<i>- 21 -</i>
9. Artefiletika versus arteterapie.....	- 22 -
9.1. <i>Arteterapie</i>	<i>- 22 -</i>
9.2. <i>Hlavní rozdíly</i>	<i>- 22 -</i>
9.2.1. <i>Práce s klienty (skupinou).....</i>	<i>- 22 -</i>
9.2.2. <i>Cíle.....</i>	<i>- 22 -</i>
9.2.3. <i>Techniky</i>	<i>- 23 -</i>

9.2.4. Vedoucí osoba.....	- 23 -
Empirická část.....	- 24 -
1. Struktura projektu.....	- 24 -
1.1. Cíle projektu	- 25 -
1.2. Hypotéza	- 25 -
1.3. Skupina.....	- 26 -
2. hodina č. 1 (vzteky)	- 27 -
2.1. Seznámení	- 27 -
2.2. Příprava	- 27 -
2.3. Tvorba a start.....	- 28 -
2.4. Zhodnocení.....	- 30 -
2.5. Plán na příští hodinu vzteku (hodina č. 4).....	- 30 -
3. hodina č. 2 (mezilidské vztahy)	- 31 -
3.1. Tvorba a start.....	- 32 -
3.2. Zhodnocení.....	- 36 -
3.3. Plán na příští hodinu Mezilidských vztahů (hodina č. 5)	- 36 -
4. hodina č. 3 (ženské/mužské role)	- 37 -
4.1. Tvorba a start.....	- 37 -
4.2. Zhodnocení.....	- 39 -
4.3. Plán na příští hodinu ženských a mužských rolí (hodina č. 6):	- 40 -
5. hodina č. 4 (vzteky)	- 41 -
5.1. Tvorba a start.....	- 41 -
5.2. Zhodnocení.....	- 45 -
5.3. Srovnání hodin č. 1 a č. 4	- 45 -
6. Hodina č. 5 (mezilidské vztahy)	- 47 -
6.1. Tvorba a start.....	- 48 -
6.2. Zhodnocení.....	- 49 -
6.3. Srovnání hodin č. 2 a č. 5	- 50 -
7. Hodina č. 6 (ženské/mužské role)	- 51 -
7.1. Tvorba a start.....	- 52 -
7.2. Zhodnocení.....	- 53 -
7.3. Srovnání hodin č. 3 a č. 6	- 54 -
8. Hodina č. 7 (zakončení)	- 55 -

8.1. <i>Diskuse</i>	- 55 -
8.1.1. Nad galerií obrázků.....	- 55 -
8.1.2. Reflexe	- 56 -
8.2. <i>Zhodnocení</i>	- 57 -
Vyhodnocení dotazníků (příloha č. 5).....	- 58 -
Závěr šetření.....	- 59 -
Závěr	- 60 -
Seznam literatury.....	- 61 -
Seznam příloh.....	- 63 -

Úvod

Vždy jsem měla k umění a výtvarné výchově velmi blízko. Nejdříve jsem pouze malovala a později jsem se nadchla významem symbolů a barev. Každé výtvarné sdělení pro mě mělo hlubší poselství. Dnes jsem již v tomto názoru střídmější, ale stále si uvědomuji význam některých uměleckých sdělení, která jsou prostředkem jak sdělit nesdělitelné. Právě proto jsem se rozhodla zkoumat proces artefiletiky. Zejména mě zajímalo téma vlivu okolních podmínek na výslednou tvorbu a na celý proces. A právě toto téma se pro mě stalo stěžejní pro bakalářskou práci.

Ve své práci představuji zatím ne příliš známý obor - artefiletiku. Snažím se o základní vhled. A to zejména do praktické roviny jejího využití jako např. proces, fáze a dovednosti vedoucího pedagoga. Pokusím se také o vymezení tohoto pojmu a o rozlišení od arteterapie. Široká veřejnost často tyto dva obory slučuje do mediálně známější arteterapie, a tak považují za důležité rozlišit tyto dvě odlišné, i když velmi blízké, disciplíny. Podle mého názoru se tyto dva obory prolínají a nelze mezi nimi vymezit přesnou hranici.

Praktickou část tvoří projekt, jehož cílem je zkoumat vliv prostředí a podmínek, které mohou artefiletický proces ovlivnit. Chtěla bych se soustředit hlavně na rozdíly pocitů a dojmů jednotlivých účastníků. Každé téma se bude opakovat dvakrát, přičemž každé pojmu jiným způsobem a cíleně určím i odlišené prostředí a podmínky pro tvorbu. Na konci praktické části se pokusím shrnout názor celé skupiny čerpající z dotazníku, který účastníci v závěru projektu sami vyplnili.

Mým cílem je předložit projekt, který využívá nejen praktické, ale i teoretické znalosti. Svým zaměřením je určen adolescentům i starším dětem (12/15 let). Některá cvičení je však možné uplatnit také u mladších dětí. Projekt sám o sobě není návodem k tvorbě artefiletických hodin, neboť byl sestaven za jiným cílem. Nejen prostředí, ale i cvičení a úkoly jsou voleny s určitým záměrem. Projekt lze tedy vnímat jako jistou inspiraci pro začínající pedagogy a vedoucí v artefiletice, ale je nutné přihlédnout k závěrům a zhodnocení

1. Pojem artefiletika

Artefiletika vychází z výtvarné výchovy a snaží se o propojení umělecké, výtvarné činnosti a všeobecného vzdělávání i výchovy. Velmi důležitým pramenem je však arteterapie, ve které se artefiletika inspirovala a čerpala. Z artefiletické teorie a metod lze čerpat i pro ostatní předměty školního vzdělávacího systému. Např. literární výchovu, hudební výchovu apod.

Slovo artefiletika se skládá ze dvou slov, první *arte* pochází z latinského *ars, artis*, což znamená v překladu umění. Umění zde artefiletika nevnímá jako klasické umělecké projevy tvořivosti v galeriích, muzeích, nebo tvorbu umělců, ale podobné tvořivé činnosti z běžného života, jako je malování, fotografování či tvorba webových stránek a těmto podobné. Mezi každodenním životem, uměleckou tvorbou a také kulturními událostmi je velmi tenká hranice, a to je pro artefiletiku právě tím zajímavým předmětem zkoumání.

Druhá část slova, *filetický*, je inspirována myšlenkou pedagoga Henryho Broudyho, který zavedl termín *philetic approach* (filetický přístup) v sedmdesátých letech 20.století. Spojoval intelektuální rozvoj s emočním i sociálním rozvojem.

Tato disciplína má již dlouholetou tradici v praxi, ale teoreticky není příliš zpracována. V dnešní době, kdy vycházejí publikace věnované konkrétně artefiletice, je situace mnohem lepší, na čemž má největší zásluhu Jan Slavík a Vladimíra Slavíková, z jejichž knihy pochází již rozšířená definice artefiletiky: „Artefiletika je reflektivní, tvořivé a zážitkové pojetí vzdělávání a výchovy, které vychází z umění a expresivních kulturních projevů (výtvarných, dramatických, hudebních, tanečních apod.) a směřuje k poznávání i sebepoznávání prostřednictvím reflektivního dialogu o zážitcích z expresivní tvorby nebo vnímání umění.“¹

Následující, ale již obecnější definici, nalezneme i v jejich další knize: „Artefiletika je moderní pojetí výtvarné výchovy, které využívá některých prostředků arteterapie. Navazuje na dobrou tradici české výtvarné výchovy, založené především na rozvoji tvořivosti dítěte“²

¹SLAVÍK, J., SLAVÍKOVÁ, V., ELIÁŠOVÁ, S. *Dívej se, tvoř a povídej!* : artefiletika pro předškoláky a mladší školáky. Praha : Portál, 2007. s. 15.

²SLAVÍKOVÁ, V., SLAVÍK, J., HAZUKOVÁ, H. *Výtvarné čarování: artefiletika pro předškoláky a mladší školáky*. Praha : UK, 2000. s. 10.

2. Historie artefiletiky

Hlavním oborem, ze kterého artefiletika vyrůstá, je výtvarná výchova. Proto je třeba se seznámit i s její historií a tím sledovat prvopočátek a zrod artefiletiky.

V této kapitole jsem čerpala z knihy *Výtvarná výchova a její teorie*³, kterou sepsal kolektiv autorů.

2.1. Počátky výtvarné výchovy jako předmětu kreslení

Výtvarná výchova má nejen v českých zemích dlouhou tradici. Patří mezi jedny z nejstarších oborů ve všeobecném vzdělávání. V českých zemích počínaje Felbigerovo Obecným školním řádem z r.1774, který obsahoval *kreslení kružítkem, pravítkem i rukou volnou*. Právě na počátku 18. století v době osvícenské se výtvarná výchova objevuje pod názvem kreslení. Jako povinný předmět v celém Rakousku-Uhersku byl uzákoněn v roce 1868. Teprve až v roce 1960 se změnou cílů a celkové pojetí předmětu mění název na již známou výtvarnou výchovu.

V 18. a 19. století kreslení svým praktickým významem odpovídalo hlavně výrobě, státní správě a vojenství. Cílem byly technické dovednosti, které se hodily do tehdejšího praktického života a pomáhaly při zaměstnání. Dalo by se tedy říci, že tehdejší kreslení se orientovalo na výchovu k řemeslu. Dbalo hlavně na technickou představitost, manuální zručnost a pečlivost.

2.2. Zájem o dětskou tvorbu

Výtvarný předmět se vyvíjí spolu s kulturou. Tím jak člověk rozvíjí své myšlení, se posouvá i výtvarný projev do expresivnějšího rozměru a dostává tím větší váhu. V této době, kdy člověk objevuje skryté významy tvorby, se pozornost zaměřuje i na dětskou kresbu.

Na počátku 20. století se začaly hojně pořádat mezinárodní výtvarné (kreslířské) kongresy, kde se otvíraly rozsáhlé výstavy dětských kreseb. Na jednom takovém kongresu, v Bernu 1904, došlo k založení první světové organizace pod názvem FEA „Federation Internationale“ která sdružuje příznivce výtvarné edukace.

³ CIKÁNOVÁ, K., et al. *Výtvarná výchova a její teorie : v českých zemích ve světových kontextech*. Praha : Pedagogická fakulta UK, 1998. s. 22.

2.3. Vývoj od didaktické reflexe až k artefiletice v českých zemích

První materiály pro výtvarnou edukaci najdeme v díle Jana Ámose Komenského Informatorium školy mateřské. A také některé pasáže v jeho Didaktice. Ke konci 19. století začíná vycházet řada specializovaných didaktických časopisů. Prvním byl Český kreslář (první vydání 1870), kde A. Studnička publikoval první pokus o plánovaný výzkum dětské kresby, což bylo o celých 17 let dříve než převratné dílo C. Ricciho. Články věnované výtvarné edukaci vycházely i v časopisech Lumír (první vydání 1873) nebo také v Pedagogických rozhledech (první vydání 1877).

Po válce ještě chvíli přetrvávaly staré osnovy a koncepce. Po roce 1954 se vydaly nové osnovy kreslení pro všechny typy a stupně škol. Obsahem byl hlavně výcvik řemeslně-technických dovedností, výchova uměním a pracovní okruhy, které zahrnovaly kresbu, malbu podle skutečnosti a technické náčrty. Inspirativní prvky, která pronikaly ve třicátých letech 20. století do výtvarné výchovy z umění, byly skoro celé potlačeny politickými tlaky a výhradně socialistickým realismem, který se v této době hlavně uplatňoval, nebo alespoň měl uplatňovat. Nemohly se tedy ani zcela prosadit psychologické prvky. Ale byli i tací, kteří si nedali diktovat od tehdejšího režimu. Proto také vyšly první skripta s psychologickými prvky a to Metodika výtvarné výchovy I. od J. Užida.

Kolem roku 1960 se zvyšovalo uplatnění vysokoškolských absolventů ve výtvarném oboru, což s sebou přineslo změnu v koncepcích a pojetí výtvarné výchovy vůbec. Jak jsem již naznačila, předmět kreslení byl nazván oficiálně výtvarná výchova. Její obsah se stal volnějším a učitelé mohli využít diskusí nad nejen socialistickými malbami. V této době byl založen časopis Estetická výchova (1960).

2.4. Mezinárodní organizace INSEA

V roce 1963 se slučuje FEA (1904) a pařížská INSEA v rámci Unesca a vzniká nová mezinárodní organizace pro výchovu uměním - INSEA „International Society for Education through Art“.

„Výchova uměním je přirozený prostředek učení na všech stupních vývoje osobnosti, který podporuje intelektuální, emocionální a sociální vývoj lidských bytostí ve společnosti(...)"(preambule Ústavy INSEA, 2. odstavec)

Roku 1966 se uskutečnil světový kongres INSEA v Praze, což bylo vyvrcholením snah významných českých osobností pro rozvoj artefiletiky ve výtvarné výchově. V čele tohoto kongresu stanula zakladatelská osobnost moderní výtvarné výchovy, docent metodiky výtvarné výchovy na Pedagogické fakultě UK, Jaromír Uždil.

Organizátoři kongresu vydali sborník kongresových referátů i v anglické verzi a téhož roku vyšlo v českém překladu jedno ze stěžejních děl teorie moderní výtvarné výchovy *Výchova uměním*, kterou napsal Hebert Read. Ustanovením Československého komitétu v INSEA, jakožto výběrové organizaci výtvarných pedagogů a odborníků z oblasti umění, vědy a vzdělávání, se československá výtvarná výchova stala součástí světového dění.

V roce 1993 vznikla v rámci INSEA po rozdělení Československa i česká sekce, která navázala na pořádání besed a akcí ve spolupráci se světovou radou INSEA.

2.5. Vývoj před a po Sametové revoluci

V období normalizace byla situace mnohem těžší. Většina českých osobností opustilo republiku, nebo se stáhlo z kulturního a společenského dění. Dynamiku výtvarné výchovy ovlivňovalo hlavně politické prostředí a klima, na které v celkovém důsledku doplatila. Ale i přes tuto politickou síť stále pronikaly myšlenky a tvůrčí dynamika do tohoto předmětu. Za to vděčíme hlavně časopisu *Estetická výchova*, kde mohli učitelé publikovat články, samozřejmě pod pseudonymy. Také zde vycházely novinky o dění na kongresech INSEA.

Po politickém převratu se neděly významné změny. Kládl se větší důraz na teorii a vědeckou kvalitu. Vychází řada publikací a nejen ve výtvarné výchově se uchycují nové trendy.

Postupem času se začalo i s empirickým výzkumem v pedagogickém terénu. V této oblasti i vzhledem k celosvětovým trendům se krystalizují dvě ústřední témata: a) hodnoty a (sebe)hodnocení dětského výtvarného projevu b) didaktická interakce a komunikace ve výtvarné výchově. Vycházejí publikace čerpající z empirických poznatků.

V posledním desetiletí se artefiletika stává stále větším středem pozornosti. Učitelům se dostává odborného vzdělání i výcviku v této oblasti. Dnešní doba nabízí také již pevné základy teorie pro každého pedagoga, který by měl zájem o artefiletické pojetí výtvarné výchovy. Tento obor se dnes využívá i v jiných oblastech např. v zážitkové pedagogice, kroužcích a klubech pro děti a dospělé apod.

3. Cíle artefiletiky

V procesu vzdělávání a výchovy je cílem dosáhnout vnitřního rozvoje a sebepoznání. Formovat pomocí výtvarné tvorby osobnost žáka, tedy hlavně jeho pohled na svět, společnost a kulturu. Vést ke kritickému myšlení, uvědomování emocí a vnímavějšímu přístupu ke světu.

„Důležitým cílem artefiletiky je pozitivní prevence psychických nebo sociálních poruch“⁴

Určovat cíle ještě před začátkem hodin je často pouze orientační. Cíle se formují během tvoření a záleží na účastnících, co se přesně stane cílem hodiny. *Vstřícné pojetí výuky*, jak se tento pedagogický přístup nazývá, nám dovoluje upustit od cílů a propracovat pouze námět. Tento přístup pomáhá dětem rozvíjet hlavně tvořivost a emoční inteligenci.

3.1. Dílčí cíle

Artefiletika rozvíjí více dovedností a kompetencí žáka. Tím se jeden hlavní cíl může v jednotlivých úkolech rozdělit na více dílčích cílů. Každé cvičení může být zaměřeno na jednu tuto dovednost, nebo i na všechny.

- 1) Výtvarné dispozice – zahrnuje výtvarné myšlení, senzibilitu a představivost
- 2) Znalosti a porozumění – obrazu a pojmu
- 3) Tvůrčí dovednosti
- 4) Hodnotící schopnosti
- 5) Komunikační schopnosti
- 6) Sociálně-psychické předpoklady

⁴SLAVÍK, J. Umění zážitku, zážitek umění 1.díl : Teorie a praxe artefiletiky. Praha : Pedagogická fakulta UK, 2001. s. 268.

4. Fáze artefiletiky

Proces celé artefiletické hodiny lze rozdělit na několik jednotlivých fází. Snažila jsem se nejen popsat každou fázi, ale také upozornit na některá úskalí a možnosti.

1) rozehřívací (adaptační) fáze:

Cvičení by měla být zaměřená na téma hodiny - pro hlubší pochopení a přemýšlení o tématu. Na začátku setkání je velmi vhodné zvolit témata, která pomohou skupině lépe chápat proces artefiletiky. „To platí zejména v případě, kdy lidé ve skupině nejsou s tímto přístupem obeznámeni a chápou výtvarnou skupinu ve smyslu dřívějších školních hodin výtvarné výchovy nebo v kontextu vnějších estetických standardů.“⁵

Pokud se účastníci znají již delší dobu, pak není potřeba myslet na adaptační část. Záleží samozřejmě na typu skupiny a jak je tato skupina spjatá. Pokud se ale skupina moc nezná a hodiny probíhají pouze jednou týdně, pak je dobré první cvičení orientovat na adaptaci účastníků, kteří přišli každý z jiného prostředí a jinak prožitého dne. Zajistíme tím vhodnější podmínky pro tvorbu i komunikaci (což nelze nikdy zcela zařídit, ale je dobré to účastníkovi co nejvíce ulehčit, zejména na začátku). Taková cvičení ze začátku směřují k seznamování, později k většímu poznávání osobnosti a charakteru. Také pomáhají nastolit co nejpříjemnější atmosféru pro interakci.

Tato fáze má za cíl pomoci jednotlivcům přejít z vnějšího světa do vnitřního světa jedince a jeho prožívání. Zvláštním znakem je, že se vedoucí zapojuje do těchto cvičení a tím pomáhá k větší pospolitosti skupiny.

2) kreativní a tvořivá část:

Tato fáze se může soustředit na individuální, ale také společnou práci ve skupině. Využit lze nejen výtvarné vyjádření, ale také dramatické či hudební. Jejím cílem je zaměření na další část - reflektivní dialog.

⁵ LIEBMANN, M. *Skupinová arteterapie : nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci*. Praha : Portál, s.r.o., 2005. s. 24.

3) reflexe:

Místo dialogu je možné využít expresivní interpretaci, kdy mají jednotlivci možnost vyjádřit své pocity a emoce expresivně např. při dramatizaci.

V dialogu se reflektuje pomocí slov. Účastníci si poskytují zpětnou vazbu, aniž by hodnotili či soudili, ale aby obohatili sebe sami navzájem (více v další kapitole 1.4. Reflektivní dialog).

4) zakončení tvorby:

V této fázi kreativně či myšlenkově ukončujeme všechny předešlé úkoly. Zakončit celou hodinu a tím ukotvit účastníky do reálného světa je potřebné. Je tím myšleno např. zajímavý článek, zavření očí a promítání všeho, co se stalo, napsání přání či názoru na papírek (možné spálit či věnovat) apod. Tato fáze může pomoci účastníkům přemýšlet nad svou tvorbou a představit si jí jako komplexní dílo plné zážitků, pocitů a symbolů či zároveň zakončit celý proces a navrátit se do reálného světa.

5. Reflektivní dialog

Závěrečný dialog je neodmyslitelnou a velmi důležitou součástí artefietických hodin. Při pohledu na výtvarné práce by se měli účastníci rozhovořit o tom, co jim tvorba dala, co při ní prožívali. Přičemž je důležitá skupinová interakce, která by měla být vedena zkušeným učitelem či vedoucím pracovníkem. Ten by měl vždy dopředu naznačit, co od účastníků požaduje a jak taková reflexe nad vlastní tvorbou vypadá. Tento bod je opravdu velmi důležitý, protože jeho vynechání, či špatné pojetí, může vést k nenaplnění cílů artefietických hodin. Účastníkům by mělo být vysvětleno, že nejsou nuceni do diskusí ani rozborů vlastních děl. Je to jejich svobodná volba a připojit se mohou kdykoli během reflektivního dialogu.

Na první hodině se často stane, že celý dialog musí vést učitel. Zvláště pokud účastníci nepochopí, co je účelem. V případě, že se skupina zná, tak je velmi pravděpodobné, že bude stačit jen lehké „popostrknutí“ a skupina si vystačí zcela sama. Toto je ideální případ, ale může se stát, že reflexe je pouze v rukou vedoucího pedagoga, tudíž není v této chvíli jednoduché naleznout cestu k uvolněné diskusi. Zde jsem navrhla několik bodů, které se mohou stát užitečnou inspirací:

- **Zajímat se o průběh tvorby a o názor na celkový výsledek celého kolektivu.** Zda vidí podobnost v motivech. Pokud přetrvává ticho, tak se zaměřit na jednotlivce.
- Při diskusi s jednotlivými účastníky se zajímat o názor ostatních, **pobízet je k diskusi.**
- Zaměřit otázky na souvislost s tématem. Jestli opravdu rozumí účastníci **návaznosti na téma.** Při nechápavé odezvě je na vedoucím, aby objasnil záměr a popřípadě i vyjádřil svůj názor na jejich tvorbu. Je ale nutné postupovat velmi opatrně, aby nedocházelo k vlastní interpretaci.
- Narážet na určité symboly ve výtvoru jednotlivce. Nelze se samozřejmě tázat přímo, ale např. „Často se toto vnímá jako symbol neštěstí, je tomu tak i u Tebe?“. Při viditelném nezájmu můžeme obrátit pozornost jinam. Je žádoucí projevit zájem o účastníkův názor ještě později při diskusi se skupinou např. „A co si o tom myslí Filip?“.
- Zeptat se, jak ostatní rozumí úkolu či tvorbě a jaké vztahy v tom dokáží vidět např. „Proč si myslíš, že jste pracovali společně právě na tomto úkolu?“.

Další úlohou učitele (vedoucího pracovníka) je začlenit diskusi do širších kulturních a poznávacích souvislostí. Toto je velmi náročný úkol, který vyžaduje jistou praxi a znalosti vedoucího skupiny. Pokud dialog něco takového postrádá, pak často skupina nepochopí smysl a cíl takového sezení. Účastníky podnítíme tvořit, přemýšlet, vyjadřovat se, což je samo o sobě velký úspěch, ale aby proces artefietiky byl úplný, je třeba uvědomělého sebepoznávání a chápání souvislostí. Podobně tak píše Jan Slavík o své vlastní zkušenosti: „A tehdy mi s hrůzou došlo, že se dopouštím zásadní chyby: děti něco učím, ale přitom ony sami nerozumí důvodům toho učení. Nebo tomu rozumějí v jednom rozměru: že to je nějaký přitažlivý tvůrčí námět, který mají uskutečnit jak jen dovedou nejlépe. Ale uniká jim ten další rozměr, který se mně zdá pro umělecké obory ve škole velmi důležitý: nechápou, jak souvisí jejich výtvarná činnost s tím, co se děje v kultuře a ve světě kolem nich.“⁶

Proto tedy leží na učiteli velká zodpovědnost, aby zvládl cíle dopracovat až dokonce. Tento úkol lze vyjádřit těmito slovy: „Sladění osobních, jedinečných zážitků žáka s jejich znakovým vyjádřením, jež má sociální povahu - vytvoření jednoty mezi jejich funkcí poznávací a sdělovací - je zásadní otázkou úspěšnosti vzdělávacího procesu.“⁷

⁶ ŠOBÁŇ, M. Zmuchtat papír je jen začátek. *Literární noviny*. 1.1.2006, roč. 17, č. 38, s. 15.

⁷ VANČÁT, J. *Tvořivost a obraznost ve školním vzdělávacím programu*. Praha : O.s. Eduart, 2008. s. 25.

6. Obsahové okruhy v artefiletice

V artefiletice je velmi důležité propojit *expresi* a *reflexi*, neboť exprese (výraz) a reflexe (komunikace) mají k sobě velmi blízko a jedna bez druhé by v artefiletice nemohly být. „Expresa je prostředek, jak pro sebe i pro druhé ozřejmit osobní vidění světa, reflexe je nástroj k jeho poznávacímu zhodnocení.“⁸ Zdá se, jakoby *výtvarná forma* stála mimo. Ale není tomu tak. Všechny tři okruhy jsou odlišné a vyžadují každý jiná pravidla i didaktickou přípravu, vedení. Zároveň se propojují a prolínají.

6.1. Výraz

Jedinec se zde pohybuje mezi vnitřním a vnějším světem. Pozornost je soustředěna hlavně na prožívání. Účastník vnímá své emoce, pocity a celý proces tvorby. Projevuje to vše originalitou nápadů, kompozicí, stylizací, akcí, jednáním. Vyjadřuje, co cítí se soustředěnou pozorností pouze na sebe.

6.2. Komunikace

Vztah nejméně mezi dvěma subjekty. „Je zapotřebí dvou, abychom viděli jedno.“⁹ V tomto vztahu se střídá role naslouchajícího a sdělujícího. Důležitou třetí rolí je pozorovatel, který je schopen pozorovat oba dva jako mluvčí, ale také jako posluchače.

Základ smysluplné komunikace je otevřenost a upřímnost, stejně tak ale vyžaduje vstřícnost, jednání a zdrženlivost. Cílem je sdílení s druhými lidmi a touha být pochopen. Snaha co nejlépe vyjádřit, co cítíme, myslíme a zároveň brát v úvahu chápání druhých, je velmi důležitá pro rozeznání okruhu *komunikace* a *výrazu*.

6.3. Forma

Žák je zde zaměřen hlavně na výsledek tvorby. Snaží se co nejlépe vyjádřit své dojmy a dovádí dílo podle svých představ k dokonalosti. Cílem je přesné vyjádření (namalování, vytvoření) vlastních dojmů tak, aby bylo spokojeno mé já. Není důležitý ohlas „publika“.

⁸ SLAVÍK J. *Od výrazu k dialogu ve výchově : Artefiletika*. Praha: Pedagogická fakulta UK, 1997. s. 172.

⁹ CULBERT, S. A. *The Interpersonal Process of Self-Disclosure: It takes Two to See One : Explorations in Applied Behavioral Science*. 1. New York : Renaissance Editions, 1967.

Jak píše Slavík: „Z hlediska výrazové dimenze je forma prostředkem výpovědi o individualitě tvůrce, je branou k objevování individuality, sebepoznávání, k pochopení individuálně psychických a hlubinných fylogenetických (archetypálních) pramenů výtvarných projevů.“¹⁰ Forma je tedy pro artefiletiku důležitá, ale neklade na ni velký důraz. Uvědomuje si, že je to pouze jedna z cest, které vedou k naplnění smyslu výchovy uměním.

Díky formě, kterou žák tvoří, komunikuje se svým okolím, je možné i beze slov vyčíst mnohé - z techniky, materiálu, kompozice.

Obsahové okruhy výrazové hry

SYSTÉMOVÝ DŮRAZ	PSYCHO-DIDAKTICKÁ DIMENZE	HLEDISKO TVŮRCE	HLEDISKO VNÍMATELE
<i>Individuální moment JÁ</i>	VÝRAZ já → ?	Síla Jedinečnost Upřímnost	Účin
<i>Sociální moment TY</i>	KOMUNIKACE já → ty	Otevřenost Sdělnost	Porozumění
<i>Objektivní moment ONO</i>	FORMA já → ono	Dokonalost Kultivovanost Ušlechtilost	Ocenění

(Tabulka z knihy Jana Slavíka)¹¹

¹⁰ SLAVÍK, J., WAWROSZ, P. *Umění zážitku, zážitek umění 2.díl : Teorie a praxe artefiletiky*. 1. vyd. Praha : Pedagogická fakulta UK, 2004, s. 243.

¹¹ SLAVÍK J. *Od výrazu k dialogu ve výchově : Artefiletika*. Praha: Pedagogická fakulta UK, 1997, s. 177.

7. Osobnost pedagoga (vedoucího)

Vedoucí osoba je samozřejmě v artefiletice velmi důležitá, neboť nejenže vede hodiny, ale také je připravuje a směřuje skupinu k artefiletickým cílům.

7.1. Požadavky

Pedagog či vedoucí skupiny by měl splňovat jisté požadavky, pokud chce pracovat v této oblasti.

- 1) Rozhodně se očekává osobnostní **zralost**.
- 2) **Moudrost a vnímavost** jsou důležitými vlastnostmi, protože v artefiletických hodinách lidé odkrývají svá tajemství, své nitro. Vedoucí by měl zvládat takové situace uchopit.
- 3) **Zkušenosti** jsou nezbytným požadavkem. Na práci v artefiletice je třeba absolvovat zážitkový výcvik.
- 4) Pedagog by měl mít **znalosti ve výtvarném umění a kultuře**.
- 5) Poslední důležitou vlastností je **sebekázeň**.

7.2. Zážitkový artefiletický kurz

Tímto kurzem by měl projít každý pedagog, který se chce artefiletice plně věnovat. Získá tím nesdělitelnou zkušenost s celým procesem z žákovo pohledu. Vyzkouší si artefiletické metody sám na sobě. Vyhne se tak přehnaným tlakům a nárokům na žáky a lépe pochopí celé dění v hodinách.

8. Pojmy

V artefiletice je nezbytné znát nejdůležitější pojmy, se kterými pracuje. Jsou součástí artefiletické teorie i praxe. Tyto pojmy jsou prostředkem, jak pozorování v hodinách předat a vysvětlit nejen účastníkům, učitelům, ale i sami sobě. Také tím zlepšovat své znalosti, schopnosti v praxi a lépe tak rozumět celému procesu artefiletiky.

8.1. Umění

„Umění je nepostradatelné, aby člověk byl schopen poznávat a měnit svět - ale nepostradatelné také pro kouzlo, jež je v něm skryto.“ (Ernst Fischer) V tomto citátu je řečeno, že umění je velmi důležité jako nástroj poznávání. Pomáhá nám vidět věci skryté, které skrz umění dokážeme vidět, ale můžeme si je dokonce i uvědomovat, pracovat na nich a vyrovnávat se s nimi.

Existuje mnoho pohledů, jak umění vnímat a ohraničit. V posledním století nebývá významu kulturního a sociálního. Je mnohem více otevřené interpretaci a kritice.

Artefiletika vnímá umění v širokém pojetí. Jsme jím obklopeni. Teprve však se vstupem člověka do tohoto vztahu se stává opravdovým dílem. Každý výtvar je pro nás uměleckým dílem, které něco sděluje.

Citát známého spisovatele Oscara Wilda vyjadřuje tenkou hranici mezi životem a uměním: „Život je zrcadlo a umění skutečnost. Život napodobuje umění daleko více, než umění napodobuje život.“ Právě toto si v artefiletice snažíme uvědomovat. Dává nám to obrovský prostor a volnost pro tvorbu. Protože podstata umění je zakotvena ve všednosti našich dnů, které si vybavujeme jako situace a příběhy, ale prožíváme je jako tvorbu a spolutvorbu. Žijeme ale často v neuvědomění a jen proplouváme. Jak jsem již zmínila v prvním odstavci, umění nám dává jedinečnou možnost objevovat skryté situace, myšlenky, vzpomínky a dát jim nový rozměr - tedy přemýšlet nad nimi a uvědomovat si je. Skrz jazyk umění promlouváme z nitra k ostatním. Sdělujeme svůj pohled a myšlenky, sdělujeme část sebe a zároveň se učíme z odezvy a názorů okolí. Tento oddíl bych zakončila slovy Judith Aron Rubinové¹²: „Domnívám se, že umění je skutečně záznamem naší duše a že to, co vytváříme, jsou její „otisky“.

¹² RUBINOVÁ A., J. *Přístupy v arteterapii : teorie a technika*. Praha : TRITON, 2008. s. 512.

8.2. Zážitek

Artefiletika je zážitkové vzdělávání, protože díky zážitku poznáváme svět i sami sebe. Učíme se popsat a posoudit zážitky, přičemž jedním z nejdůležitějších aspektů je umět si zážitek uvědomit. Proto učíme žáky popisovat, posuzovat a vyjadřovat zážitek z různých úhlů - nejen tvůrčí, ale i všední.

Vnímání a prožívání zážitku je velmi individuální.

8.2.1. Prožitek

Prožitek chápeme jako citovou část zážitku. Učíme žáky nacházet obrazná vyjádření pro své prožívání. Aby se naučili rozumět svým neurčitým pocitům a také nacházet vhodné metafory, které pomohou prožívání blíže popsat.

8.3. Situace

Situaci můžeme popsat i vyjádřit pomocí zážitku, který nám dává jistý vhled. Nikdy ji však zcela nedokážeme popsat. Vždy vzniknou jisté mezery, protože jen díky zážitku si situaci vybavíme, zapamatujeme a zpětně popíšeme. Stejně tak zážitek ovlivňuje, zda naše vzpomínka bude příjemná, nebo nepříjemná. Ostatní informace buďto vypustíme, nebo vůbec nevnímáme.

8.4. Zkušenosti

Jen skrze zkušenost můžeme dojít k dalšímu poznání. Samotný zážitek k tomu nestačí, je třeba ho posuzovat pomocí paměti a komunikace. Teprve tím se stane zážitek zkušeností. A ta nás ovlivňuje v přístupu ke skutečnosti. Stává se tak naším před-porozuměním.

8.5. Fiktivní svět

Je to svět, který se pohybuje na úzké hranici reality a fantazie. Dalo by se říci mezi *jako* a *doopravdy*. Pomocí vžití se do fiktivního světa přicházíme na odlišnou zkušenost. Setkáváme se s problémem, situací z jiného úhlu. Dostáváme do rukou symbolické nástroje k řešení a přemýšlení nad danou situací - tzv. herní rekvizity (více v 8.5.1.). Právě tyto nástroje jsou cestou do fiktivního světa.

Dle Slavíka¹³ : „ U fiktivního zážitku je kladen důraz na jedinečnost světa-tvorby, v níž hrají velkou roli osobní zkušenosti, předpoklady a postoje prožívajícího člověka.“ Tento aspekt určuje, že dochází k rozdílům nejen v zážitcích, ale také v interpretacích. Tyto rozdíly lze efektivně využít v reflektivním dialogu, protože tím získává společenský i kulturní smysl.

Ve fiktivním světě má jedinec naprostou svobodu a volnost, kdy se může zcela ponořit do fantazie, cítit uvolnění a duchovní neomezenost. Znamená to, že díky fiktivním světům můžeme rozvíjet svou svobodnou vůli. U některých úkolů však vedoucí pedagog skupinu směřuje a dává tím fiktivnímu světu část pravidel a hranic. Bez toho by ale účastník nebyl schopen rozpoznat tenkou hranici mezi realitou a fikcí. Buď by se moc vzdálil od skutečnosti, nebo by ztratil návaznost na téma či na ostatní ve skupině. Dejme si jako příklad imaginaci: Vedoucí provází skupinu např. světem barev. Slovně jim ukazuje cestu, určuje pořadí barev, ale také pomůcky. Imaginaci začíná i ukončuje. To jsou některá nezbytná pravidla. Ostatní představy a fantazie jsou pouze na každém účastníkovi.

Tyto dva světy, reálný a fiktivní, se navzájem prolínají. Můžeme se vracet tam i zpátky. Během čehož si uvědomujeme některé aspekty, myšlenky a události, které jsme si představovali. Velká část je však stále nevědomá a skrytá. Pochopit fiktivní svět je tady velmi obtížné, protože nikdy si nemůžeme plně uvědomit jeho rozsah a určit hranici mezi *jako* a *doopravdy*. I přesto si však plně uvědomujeme rozdíl mezi těmito dvěma světy.

8.5.1. Prop - herní rekvizity

Prop je cokoli, co je možné vnímat hmatem či jinými smysly. Např. kameny, kusy dřeva, modelína, panák apod. Pro sluch lze využít např. tony, melodie, skladby.

Prostřednictvím propů máme možnost nahlížet a vcházet do fiktivního světa. Sami sebe však zastávat nemohou. Stávají se něčím jiným a otevírají tím dveře do světa fantazie. Jako příklad uvedme kámen, který představuje naše velké tajemství či srdce.

„Za pomocí propů tedy můžeme vlastními smysly uchopit svět, který jsme nikdy předtím ve skutečnosti nezahledli, protože byl ukrytý pouze v nás samých.“¹⁴

¹³ SLAVÍK, J., WAWROSZ, P. *Umění zážitku, zážitek umění 2.díl : Teorie a praxe artefiletiky*. 1. vyd. Praha : Pedagogická fakulta UK, 2004, s. 90.

¹⁴ SLAVÍK, J. *Umění zážitku, zážitek umění 1.díl : Teorie a praxe artefiletiky*. Praha : Pedagogická fakulta UK, 2001. s. 129.

9. Artefiletika versus arteterapie

Arteterapie se stala v minulosti významným pramenem pro artefiletiku. Zjednodušeně by se dalo i říci, že z ní přímo vychází. Obě tyto disciplíny mají společné znaky, ale také se v některých velmi liší. Právě tyto rozdíly jsou výrazným dělítkem mezi arteterapií a artefiletikou. Každý obor má své metody, techniky i cíle. Pokusila jsem se o zachycení nejdůležitějších odlišností.

9.1. Arteterapie

Jedním z charakteristických znaků arteterapie je právě cíl terapie, neboli léčebný cíl. Zaměřuje se na preventivní, nápravnou i léčebnou pomoc jedinci. Zjednodušeně řečeno jde o léčbu výtvarným uměním. Pro přesné vyjádření použiji citaci: „Arteterapie je léčebný postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů.“¹⁵

9.2. Hlavní rozdíly

V následujících podkapitolách se pokusím shrnout nejdůležitější rozdíly mezi arteterapií a artefiletikou. Zvláště pro základní odlišení a pochopení obou oborů.

9.2.1. Práce s klienty (skupinou)

Při arteterapii je možné pracovat s klienty individuálně i kolektivně. Zatímco artefiletika je založena na práci a komunikaci ve skupině. Svým zaměřením se řadí k výchově a vzdělání.

V arteterapii je též důležitá komunikace i téma, ale klade se největší důraz na proces tvorby a léčebné cíle.

9.2.2. Cíle

Arteterapie je v první řadě zaměřena na léčbu psychiky žáka (klienta), ale artefiletika se soustřeďuje především (1) na jeho vzdělávání, (2) na jeho výrazovou kultivaci, (3) na rozvoj

¹⁵ Dostupné z WWW: <www.arteterapie.cz>

jeho umělecké tvořivosti, příp. na tzv. (4) pozitivní prevenci (tj. prevenci vzniku nebo rozvoje psychických a sociálních problémů).¹⁶ Svým zaměřením se tedy řadí k výchově a vzdělání.

9.2.3. Techniky

Slavík se vyjádřil k artefiletickým technikám takto: „Vedle klasických prostředků kresby, malby a plastiky se uplatňuje akční tvorba, která dovoluje rozehrát různé polohy expresivního vyjadřování. Mnohdy žák opouští hranice výtvarné tvorby, zejména v přesahu k tvořivé dramatice nebo k netradičním hudebním projevům apod.“¹⁷ Artefiletika také využívá muchláže či bodyart. Jelikož jejím hlavním principem je zážitek, tak je užitečné často obměňovat techniky a volit co nejpřitažlivější a také nejaktuálnější témata.

Pro arteterapii je mnohem důležitější proces, který se během tvorby odehrává. Není nutné experimentovat s novými a zajímavými technikami, jelikož arteterapie má své již osvědčené nástroje a metody. Při práci s klienty využívá řadu výtvarných technik např. malbu, kresbu, práci s hlínou, koláže apod.

9.2.4. Vedoucí osoba

„Arteterapie je cílený terapeutický proces, který usměrňuje speciálně vyškolená osoba – arteterapeut.“¹⁸ Toto je další výrazný rozdíl mezi těmito dvěma obory. Terapeut by měl být proškolený podobně jako pedagog v artefiletice. Avšak nemusí mít takové výtvarné dovednosti a vědomosti a orientuje se spíše do oblasti psychologické a psychoterapeutické. Zatímco pedagog musí mít velké znalosti z oblasti umění, kultury a vůbec celé společnosti. Také by měl ovládat řadu výtvarných technik na odborné úrovni, aby je mohl žáky učit.

¹⁶STIBUREK, M. *Arteterapie, artefiletika : podoby, obsah, hranice, role, cíle*. In *Současná arteterapie v České republice a v zahraničí*. Praha: Pedagogická fakulta UK ve spolupráci s Českou artefiletickou asociací, 2000.s. 33-47.

¹⁷ SLAVÍK, J. *Artephiletik : Eine junge Auffassung von Kunsterziehung in der Tschechischen Republi*). BDK – Bund Deutscher Kunsterzieher, 39, 2003, 2, s. 20 – 24.

¹⁸ ADAMEC, J., ŠAMŠULA, P. *Průvodce výtvarným uměním I.* Praha : Práce, 2000. s. 22.

Empirická část

Praktická část vychází z teoretické části, neboť teoretické poznatky jsou nezbytné pro praxi. Zvolila jsem metodu projektu, protože jsem vzhledem ke svému cíli chtěla využít hlavně praktické znalosti. Při sestavování jsem čerpala především z knihy *Dívej se, tvoř a povídej!*¹⁹, ale snažila jsem se využít i své zkušenosti z práce s dětmi a také zážitkového kurzu.

Projekt není koncipován přímo dle artefiletických technik, protože jsem zkoumala vliv prostředí na jedince a bylo nutné zůstat u jedné techniky - malby a kresby. V artefiletice však můžeme techniky kombinovat a experimentovat s nimi, aby zážitek byl co největší (viz. teoretická část kapitola 9.2.3.).

1. Struktura projektu

Počet setkání: 7 (1x týdně)

Počet účastníku (dobrovolníků): 7

Místo setkávání: Kajetánka, Na Petynce 29, Praha 6, studovna K2. Pro změnu prostředí použiji i svůj pokoj (B311a) na stejné adrese.

Délka trvání: dvě měsíce

Témata: budou se opakovat tři témata – 1) vztek, 2) ženská (mužská) role, 3) moje osobnost ve společnosti a v mezilidských vztazích

Účastníci: Alžběta, Kateřina, Martina, Petr, Ondřej, Stanislava, Magdaléna,

Harmonogram :

25.11. 2008 SEZNÁMENÍ A UVÍTÁNÍ

Téma: **vztek**, místnost: studovna

2.12. 2008 Téma: moje **osobnost ve společnosti a v mezilidských vztazích**

Místnost: pokoj

9.12. 2008 Téma: **ženská/mužská role**, místnost: studovna

¹⁹ SLAVÍK, J., SLAVÍKOVÁ, V., ELIÁŠOVÁ, S. *Dívej se, tvoř a povídej! : artefiletika pro předškoláky a mladší školáky*. Praha : Portál, 2007.

- 16.12. 2008 Téma: **vztek**, místnost: studovna
- 6.1. 2009 Téma: **moje osobnost ve společnosti a v mezilidských vztazích**
Místnost: studovna
- 27.1. 2009 Téma: **ženská/mužská role**, místnost: pokoj
- 10.2. 2009 ZAKONČENÍ

Vysvětlivky: Malá sada: *giokondy*²⁰, pastelky, voskovky, křídly,

Velká sada: *giokondy*, pastelky, voskovky, křídly, vodovky, štětce, kelímky, modelína, ubrus

Start: povídání o náladě a co účastníci přes den dělali, co je potěšilo či rozladilo.

1.1. Cíle projektu

- 1) Pomocí stejných témat a přitom různého prostředí a podmínek (hudba, svíčky, více světla, počasí, nálada, rozložení účastníků apod.) zkoumat, zda jsou účastníci ovlivňováni ve své tvorbě a jak moc to ovlivňuje výsledný efekt i dialog. Tím také probádat nejideálnější podmínky pro tvorbu i celou skupinu, aby artefiletická práce mohla být co nejefektivnější.
- 2) Skrz výtvarné tvoření a vyjadřování docílit většího sebepoznání a seberůstu, aby si pokud možno všichni účastníci více uvědomili propojení reality s fantazií a dokázali svůj život lépe pochopit i uchopit.

1.2. Hypotéza

Prostředí a různé podmínky ovlivňují výtvarnou tvorbu a pocity z ní, tedy i následné vyjadřování a povídání si o ní. Pokaždé se bude výtvar lišit vzhledem k propojení skupiny, počasí, náladě, prostředí a celkovému ladění, stejně tak i chuť objevovat a jít do hloubky potenciálního poznání problému.

²⁰ Směs olejů, vosků a bílé hlíny (kaolínů). Vysoký podíl mastných složek způsobuje velkou přilnavost k podkladu. Nanášení velké vrstvy a překrývání odstínů umožňuje vzájemné míchání, a tím vytváření nových barevných odstínů, podobně jako je tomu například u olejových či temperových barev.

1.3. Skupina

Stanislava (35 let)

Je těhotná. Ze skupiny vybočuje nejen svým věkem, ale také zkušenostmi. Je vdaná a žije v domácnosti s manželem.

Martina (32 let)

Kamarádka Stanislavy. Má již zkušenosti s artefiletikou a arteterapií. Je velmi přemýšlivá.

Kateřina (21 let)

Povahou je otevřená a přátelská. Je to spolužačka Alžběty.

Petr (22 let)

Je opatrnější a působí spíše uzavřeně.

Ondřej (22 let)

Vnímá tyto hodiny jako výzvu. Je komunikativní.

Alžběta (21 let)

Spolužačka Kateřiny. Na setkáních je vždy veselá, ale jinak je uzavřená.

Magdaléna (24 let)

Je velmi upovídaná a otevřená. Ze skupiny nezná nikoho. I přesto komunikuje bez problémů.

2. hodina č. 1 (vztek)

2.1. Seznámení

Představím se, seznámím ostatní se svým projektem a s tím, co budeme po celou dobu dělat a proč i kolik sezení bude („*Každé setkání budeme malovat, či tvořit na nějaké téma za určitých podmínek, dostanete k dispozici spoustu materiálů, se kterými se dá malovat, kreslit, tvořit. Naše výtvary budou takové malé sondy do našich životů, skrz ně můžeme objevit skryté místa. Na konci setkání si budeme o našich výtvorech povídat, samozřejmě dobrovolně. Záleží jen na Vás, jak se Vám bude chtít a jak moc chcete objevovat. Mým cílem není Vás pitvat a odkrývat intimní záležitosti Vašeho života. Cílem je seberůst, sebepoznání, což závisí jen na Vašem rozhodnutí a dobrovolnosti.*“). Vysvětlím skupině, co je to artefiletika a jaký je můj i jejich cíl.

Seznámíme se za pomoci nenáročného seznamovací hry: Na kartičky, vizitky (příloha č. 1) s předepsanými údaji na vyplnění. Skupina vypíše informace podle sebe a své fantazie. Vyplní je a odevzdají mě. Poté je rozložím a budeme dumat, komu patří jaká a hlavně proč! Dotyčný se poté ozve a představí se nám.

2.2. Příprava

Datum a místo: 25.11. 2008 ve studovně v budově koleje Kajetánka

Cíl: Uvědomit si pocity vzteku a také se zamyslet nad tím, jestli je máme zvládnuté.

Cílová skupina: dospívající a dospělí

Pomůcky: noviny, čtvrtky, malá sada

Prostředí: svíčky, sezení na zemi na dekách, hudba (soundtrack Království nebeské - beze slov, svižná, bojovná, průbojná, ale stále klidná)

Účastníci: Stanislava, Kateřina, Petr, Martina, Ondřej, Alžběta, Magdaléna

Cvičení:

Start

Po rozdání novic si všichni zavřou oči. Přičemž by si měli vzpomenout na něco, co je naštvalo (dnes, včera), ať si vybaví barvy, které jim připomínají vztek a nechají se těmi pocity unést. Poté mohou všechnen ten vztek vložit do novin (roztrhat, zmačkat apod.).

Tvorba: Všichni namalují pocity, které cítili při cvičení. Barvy, které viděli. Pocity, které se jim vybavily. Vše mohou namalovat a ztvárnit na papír.

Reflexe: Kdo zažil pocity vzteku dnes? Snaha zapojit ostatní do diskuse (jestli na ně působí stejně tak, jak ho vidí oni). Vybavil si někdo z nich konkrétní situaci, nebo konkrétního člověka?

2.3. Tvorba a start

Stanislava

Start: Těší se na tvoření. Je zvědavá, co je čeká.

Tvorba: Seděla u stolu (kvůli těhotenství jí na zemi bylo nepohodlně). Obrázek je hodně optimistický - neviděla jsem, jak tvoří. Uprostřed má šmouhu a okolo sluníčko i čtyřlístek. Po vzteku přijde prý očistění, život – vypadá, že ho má pod kontrolou. Přijmula ho.

Dialog: Barva hněvu je černá (nemá ji ráda), přechází do červené (vztek polevuje), až ke žluté (má ji ráda). „Hněv patří k životu.“

Martina

Start: Je zvědavá a také ji velmi zajímá artefiletika.

Tvorba: Hodně pečlivá. Obrázek byl úhledný, ale také nespécifický (nesymbolický). Sama přiznala, že vztek nemá zvládnutý (vyjádřila svůj názor, že je to těžké téma pro začátek), a tak zvolila pastelky, aby zmírnila své pocity. V obrázku hodně malých šipek.

Dialog: Cítila něco mezi vztekem a jejím pocitem při tvorbě. Měla jsem pocit, že jí to není příjemné.

Kateřina

Start: Přišla pozdě, a tak nestihla začátek ani start.

Tvorba: Začínala od středu. Postupně přemýšlela nad obrázkem a „dokrášlovala“ bílou. Ze středu směřují ven šipky.

Dialog: Bílá - znázornění, že neumí vztek ventilovat (říká tomu bílý vztek). Vztekla je málokdy, ale vydrží jí to dlouho.

Petr

Start: Očekává hlavně relax.

Tvorba: Uprostřed jedna velká ostnatá oranžová koule, okolo ní modrý kruh. Skončil brzy.

Dialog: Modrý kruh znamená bariéru - vztek v sobě dusí. V sobě ho má i několik dní.

Ondřej

Start: Těší se na tvoření, protože sedí celé dny u počítače (kvůli škole).

Tvorba: S obrázkem si docela vyhrál, začal od levého rohu červenými stromy, človíček (on) uprostřed, okolo něj záhvěvy (že se naštvává). Okolo červené mraky a tráva. Velmi lehké tahy.

Dialog: Flegmatik, dělalo mu problémy si něco představit, vztek má pro něj modrou barvu, červená příroda by ho rozčílila (ale opravdový vztek by byl červený).

Alžběta

Start: Také dorazila pozdě.

Tvorba: Začala od středu, hodně červené. Má tam šipku (ven).

Dialog: Nejdříve dusí a poté vybuchne, ovlivněná nedávnou situací, která jí naštvála.

Magdaléna

Start: Očekává hlavně odpočinek. Doufá, že jí bude tvorba bavit. Zároveň je zvědavá na artefiletiku.

Tvorba: Také začala od středu, černými trojúhelníky, které se spojují ve středu. A také červené. V klidu vymalovala červené i černé útvary a skončila jako poslední. Dala si záležet.

Dialog: Je flegmatik, ale vztek si spojila se situací, když jí nedávno doktorka předepsala špatnou medikaci.

Vztekem si připadá někdy zcela zahalená.

2.4. Zhodnocení

Celková ladění: První hodina byla rozpačitá, ale v dobré náladě, hodně smíchu a příjemná atmosféra. Všichni byli plní očekávání.

Interakce skupiny: Vzhledem k tomu, že se skupina navzájem ještě moc neznala, tak se každý vyjádřil jen ke svému obrázku a k ostatním výtvorům se nevyjadřovali. Obrázky byly pestré a bylo vidět, že se dokázali vžít a prožít celou hodinu až do konce.

První rozehrívací a seznamovací hra: Vybarvení kartiček proběhlo bez problému, při představování a typování vlastníků vizitek byly velké rozpaky, musela jsem skupinu motivovat a popostrkávat k diskusi. Jinak v pořádku.

Trhání novin: Toto cvičení bylo velmi efektivní. Skupina se lépe vžila do tématu.

Proběhlo vcelku bez emocí, bez výrazných rozdílů v reakcích. Projevily se hlavní dva typy :

a) zmuchlali (Alžběta, Stanislava)

b) roztrhali (Magdaléna, Petr, Kateřina - malé kousíčky, Martina - úhledné obdélníky)

Tvoření a následná diskuse: Tvorba byla spontánní bez velkého přemýšlení. Vypadala to, že každý přesně ví, co chce namalovat. Při vyjadřování každého ke svému výtvoru se vyjadřovali přirozeně. Mluvili bez problémů. Málo se vyjadřovali k ostatním pracem, ale je možné, že to byla má chyba. Měla jsem lépe specifikovat, co po nich chci. Při této první hodině jsem chtěla postupovat opatrně a citlivě a nikoho nevydésit. Při mé výzvě, zda souhlasí, nebo jestli se chtějí vyjádřit k ostatním, nikdo nereagoval.

2.5. Plán na příští hodinu vzteku (hodina č. 4)

Tato hodina byla velmi klidná právě proto, že byla první a účelem bylo nastolit příjemnou, intimní atmosféru a také seznámit ostatní s tím, jak budeme pracovat. Další setkání na téma vztek bude mnohem méně přirozené. Prostředí bude hodně osvětlené, sedět budeme u stolu na židlích. Mezi jednotlivými úkoly bude rychlejší přechod, což některé účastníky možná rozladí. Některým to naopak může vyhovovat.

3. hodina č. 2 (mezilidské vztahy)

Datum a místo: 2.12. 2008 pokoj v budově koleje Kajetánka

Cíl: Zaměřit se na nejdříve na náš vnitřní svět ve cvičení barevná imaginace, při kterém si účastníci odpočinou. Poté budou rozvíjet svůj svět na společný papír a tím budovat neverbální komunikaci. Uvědomí si, jak je jim nepříjemné, když jim někdo naruší prostor, nebo hranice. A jak budou ostatní vnímat jejich prostor v okolí toho svého.

Cílová skupina: školně zralé děti, dospívající a dospělí

Pomůcky: čtvrtky, velká sada, velký arch papíru (A1), izolepa, papírky se jmény, prázdné papírky

Prostředí: úplné ticho (bez hudby), změna místnosti (můj pokoj - malý, stísněnější, ale příjemnější prostor), hodně rozsvíceno, vůně (vonná tyčinka)

Účastníci: Martina, Alžběta, Kateřina, Ondřej, Petr, Stanislava, Magdaléna

Cvičení:

Start

1) Zvíře: Rozdám papírky se jmény, každý si někoho vylosuje a po startu namaluje vylosovaného, jaké zvíře mu připomíná a proč. Namalovaný se může vyjádřit.

2) Imaginace: Předem povím skupině o tom, co budeme dělat. Poté, co skončí imaginace, si všichni vezmou čtvrtku, barvy a budou potichu tvořit. Vsedě zavřou oči a poslouchají mě. Soustředí se na můj hlas. A na své barevné představy.

Je letní odpoledne, slunce příjemně hřeje. Sedíte pod modrým nebem na okraji velké zelené louky. Dívejte se do zelené trávy před vámi. V dálce zahlédnete jasně červenou skvrnu. Blížíte se k ní, je to vlčí mák. Červená barva se pomalu zvětšuje, jako byste se do ní ponořili. Červeň postupně tmavne a mění se do fialové. Fialová se rozlévá před Vámi jako vodní hladina. Pozvolna přibývá modré barvy. Modrá hladina tmavne do švestkové modři, jako by se stmívalo. Kdesi hluboko v modré se objevil světlý bod. Postupně se zvětšuje, vystupuje na hladinu a mění se ve žlutý květ. Noříte se do žluté barvy. Na jejím kraji se objevují malé plochy zelené barvy. Přibývá jich a mění se v malé žluté květy pampelišky. Díváte se na velkou zelenou louku plnou pampelišek, nad ní je jasné modré nebe. Postupně se budete vracet zpátky. Budu pomalu počítat do 10 do 1, až budete chtít, tak otevřete oči...

Tvorba:

1. fáze: Všichni v klidu tvoří. Zobrazují dojmy z imaginace.

2. fáze: Je možné skupinu rozdělit (5 a 5), pokud je méně lidí, tak rozhodně nerozdělovat!! Všichni teď mají společné území A1, dají si své výtvořky na kraj archu (aby část přečnívala) tam, kde se jim to líbí a je příjemné. Přilepíme izolepou.

Dále pokračují společně vybarvovat i společné území A1, tak aby pomalovali celou plochu bez bílých míst. Při tvoření si nesmí povídat. Mohou dát najevo, nelibost mručením, radost smíchem apod.

Reflexe: Co jsi zažil při toulání barvami? A co při společné tvorbě, kdy ses setkával s ostatními na papíře (ukázat na obrázku). Který způsob Ti více vyhovoval? Maluješ raději sám/a, nebo společně?

3.1. Tvorba a start

Martina

Start: Přišla rovnou z nové práce, kde byla podruhé. Cítí se unavená, nespokojená a rozladěná. Je ale více otevřená než minule (lepší nálada). Je našťvaná, protože neví, co bude dělat (práce jí nebaví, na druhé straně se bez ní neuziví). Radost jí udělalo alespoň počasí.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Začala žlutými květy, okolo modrou a zelenou vodovkou. Malovala vcelku rychle, jemně a také byla brzy hotovo. Poté se snažila ve chvíli volna do obrázku dokreslit voskovkou. Skončila jako první.

2. fáze (společná): Docela rychle zaujala prostor. Seděla mezi Magdalenou a Ondřejem. Snažila se na Ondřeje nějakým způsobem napojit. Malovala až doprostřed.

Dialog: V relaxaci chvílemi usínala (únava z práce). Společnou práci si užívá, protože se může s nimi potkávat a prolínat. Ale v životě to tak nemá. Nechtěla mít volnou bílou plochu a tvořila s úmyslem zasahovat k druhým. V životě se drží zpátky (mrzí ji, že to tak je pouze při tvorbě). Snažila se naznačit Ondřejovi beze slov, že chce, aby narušil její prostor.

Závěr: Nechtělo se jí přijít, jelikož minule nebyla úplně v pohodě. Ale je ráda, že přišla. Odchází odpočinutá.

Alžběta

Start: Je hladová a má radost, že se jí podařil udělat dotazník ke své bakalářské práci. Během práce měla výbornou náladu. Smála se hodně s Kateřinou.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): 1 velký žlutý květ a okolo menší kvítky, červený mák v rohu a poté okolo fialová.

2. fáze (společná): Ze začátku dělala vodovkami, ale nevydržela u nich a vrátila se ke křídám. Velmi rychle se začala prosazovat v prostoru a hodně se napojovala na ostatní. Poněkud odřízla Ondřeje a nepojila se na Petrovy hvězdy (suverénně). Doprostřed vytvořila bílou barvou kouli.

Dialog: Krásný letní den na louce, užívala si to. Kreslila křídami. Neměla pocit, že by Ondřejovi vadilo, že mu zasahuje do prostoru, ale nechala mu tam prázdný kousek na dokreslení. Petrovy hvězdy chtěla zapojit do svého obrázku, a ne ho vytlačit. Na obrázku jí chyběla bílá barva, a tak doprostřed papíru dodělala bílou kouli.

Závěr: Neměla náladu přijít a poté ani malovat. Ale imaginace jí uvolnila a bavilo jí i to malování. Užila si to.

Kateřina

Start: Má radost, že nešly s Alžbětou na latinu. Působí vesele.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Zleva hodně tmavě modré, poté přecházela až do fialova. Napravo jeden vlčí mák červený. Prolíná se fialová s červenou. Později dodělala ještě několik květů vlčího máku. Tvoří vodovkami.

2. fáze (společná): Pokračuje pomalu. Snaží se napojit na Petra, ale nechávají si oba stále prostor (mezery). Postupem času se bez problémů napojují.

Dialog: Imaginace byla přechod motivů, přelínání barev. Po dlouhé době pracovala s vodovkami. Společný papír (arch) jí rozčlílil, protože na něj nešlo malovat vodovkami. „Štvala“ jí ta práce na papír, ale spolupráce s ostatními byla v pohodě. Chtěla propojit společnou práci a snažila se vyhnout ostrým přechodům. Představovala si, že to bude vypadat jako jedna práce více lidí - v životě to tak trochu má. Je spokojená, když na jedné věci spolupracuje více lidí. Má ráda tu různorodost.

Závěr: Odchází s příjemnými pocity (až na práci s archem papíru), ale byla nervozní z toho zvířete - nemá to ráda, když vidí někoho podruhé a musí říkat, co si o něm myslí.

Ondřej

Start: „Můj den nebyl až tak zajímavý.“

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Začal velkým žlutým květem uprostřed a okolo domaloval modrou hladinu. Poté pomaloučku už do hotové plochy dodělával pečlivě vlnkami odstíny modré (ale vypadá to bez efektu, hraje si s barvou).

2. fáze (společná): Tvoří hodně kolem sebe a moc se nezajímá o ostatní. Později ano, ale už se mu zúžil prostor. Hodně spolupracoval s Martinou. S Alžbětou moc ne (ta to celé provedla sama). Ke konci ještě jako poslední dodělával červenou plošku k Martině.

Dialog: Imaginace nejvíce se mu líbil žlutý květ na modré hladině. Měl tendenci zabrat si největší plochu (ale vodovkami mu to šlo hrozně pomalu). „Štvalo“ ho, že se nemůže rychle rozšiřovat, ale okolí se vyvíjí směrem, kterým by se vyvíjel i on, proto mu to vůbec nevadilo.

Závěr: Bavily ho vodovky, protože má rád jasné barvy. Líbilo se mu kolektivní práce a odchází s příjemným pocitem.

Petr

Start: Potěšilo ho, že se ráno dobře vyspal a odpočinul, i když nešel na přednášku. Nudný den. Nálada nevypadá nic moc.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Jako jediný tvoří pastelkou. Začal zelenou loukou, postupně dodělával barvy (červená, modrá, dokončeno žlutou). Barvy tvoří něco jako pomyslný kopec, okolo udělal černou s červenými hvězdičkami.

2. fáze (společná): Vymezil si nejdříve prostor okolo sebe žlutými hvězdičkami, poté začal vodovkami ten prostor vymalovávat. Pracuje „na svém“, oťukávají se s Kateřinou. Alžběta mu vybarvila prostor s hvězdami sama. On nechává iniciativu na druhých (alespoň to tak vypadá).

Dialog: Představoval si to jako pruh nějakého snění, barevnou cestu. Tma má představovat právě to snění. Tvořilo se mu lépe při společné práci. Je hodně tolerantní a zásahy do svého prostoru mu nevadily.

Závěr: Těšil se, že si odpočine a očekávání se naplnilo. Líbilo se mu, že práce byla veselá.

Stanislava

Start: Přišla později a je unavená, protože přijela z práce (cesta Prahou). Pracuje jako fakturantka.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Vodovkami namalovala zelenou louku a modré nebe. Působí jako velmi optimistický obrázek.

2. fáze (společná): Nechávala kolem své malby místo (mezeru) bez barvy. Neprojovala se úplně se všemi. Kateřina tyto mezírky domalovala křídou.

Dialog: Červená skvrna jí tam vůbec neseseděla, chtěla ji škrtnout, ale nakonec zůstala u „jemňoučké“. Nejdříve nechtěla nikomu nabourat prostor, ale pak už v pohodě napojovala, dělala mezery, protože měla strach, že zasáhne do barev (do toho, co už bylo namalované).

Závěr: Převažuje dobrý pocit. Cítila se ze dne uspěchaná, tak si odpočinula. Jediné, co jí na začátku zarazilo, bylo malování zvířete. Vyhovuje jí, že nemusí malovat nic konkrétního. Naopak má ráda abstrakci.

Magdaléna

Start: Přišla pozdě. Cítí se ospalá, v noci je aktivní a ve dne to dohání spánkem. Udělala si radost, že si vyzvedla ručně dělaný polštářek k Vánocům (dárek). Ukázala nám ho, nechala ho kolovat (skupinu to ze začátku trochu rozehřálo).

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Tvoří vodovkami. Začala červeným mákem. Poté dodělala i poupátka. Malovala pomalu a realisticky. Dobarvovala zelenou a modrou křídou. Skončila jako poslední. Je hodně pečlivá a dává si záležet na výsledku.

2. fáze (společná): Propojila se s Martinou. Nakonec i se Stáňou. Udělala skoro až doprostřed velké žluté slunce, co září na všechny strany.

Dialog: „Nejdřív jsem chtěla dělat na svém písečku a čekat jak se to vyvine a poté se napojit.“

Závěr: Naladila se při barevné imaginaci, kde prožila příjemný letní den.

3.2. Zhodnocení

Celková ladění: Skupina vypadala unaveně, ale klidně. První hra je „rozehřála“ a poté panovala velmi veselá a uvolněná atmosféra.

Interakce skupiny: Vztahy mezi členy nejsou důvěrné ani problematické. Společná tvorba jim očividně dělala radost. Nikdo neměl problém ani se zásahem do svého teritoria. Tato hodina byla opravdu veselá a přátelská. Všichni působili motivovaně a otevřeně.

Cvičení:

1) Zvíře: Tuto hru provázely malé rozpaky. Skupina se patrně obávala konkrétní stylizace nějakého člověka. Ale ihned jakmile začali kreslit, tak se atmosféra zklidnila a zbytek práce byl příjemný.

Tvoření a následná diskuse:

1. fáze (samostatná): Individuální práce byla spontánní a všichni malovali bez potíží. Poprvé jsem dala k dispozici vodovky, což evidentně získalo úspěch.

2. fáze (společná): I přes horší prostorové podmínky tvoření vypadalo uvolněně a přátelsky. Nejvýraznější byla Alžběta svou aktivitou, ostatní malovali u sebe a pomalu se napojovali. Zatímco Alžběta začala zasahovat do prostoru ostatním celkem rychle.

Skupina vypadá spokojeně, odpočinitě. Vzhledem k cílené příjemné atmosféře je to dobrý výsledek. Vodovky byly přijaty velmi pozitivně jako taková malá vzpomínka na dětství.

3.3. Plán na příští hodinu Mezilidských vztahů (hodina č. 5)

Příště budeme ve studovně na zemi a s hudbou. Prostředí by mělo být příjemnější než tuto hodinu, ale bude také méně abstraktní téma. Což může být pro někoho méně příjemné a někomu to bude vyhovovat více. Téma i tvorba si budou velmi podobné, rozdíl bude jen v přechodu z abstraktního myšlení a vnímání ke konkrétnějšímu.

4. hodina č. 3 (ženské/mužské role)

Datum a místo: 9.12. 2008 ve studovně v budově kolejí Kajetánka

Cíl: Uvědomit si *ženské a mužské role* v moderní době. To jak tuto role zastáváme my sami, a jak bychom ji chtěli mít v budoucnu.

Cílová skupina: dospívající a dospělí

Pomůcky: Velká sada, čtvrtky, plánek pro vyplňování vlastností

Prostředí: Ze začátku zhasnuto (pouze při cvičení s modelínou), svítit budou pouze dvě svíčky, sezení u stolu na židlích, hudba (pouze při práci s modelínou), poté rozsvítím, ale stále méně světla, ticho a klid

Účastníci: Kateřina, Stanislava, Ondřej, Alžběta

Cvičení:

Start

1) Modelína: Každý si vezme kousek modelíny (pokud si dva chtějí vzít stejnou barvu, tak se musejí domluvit), zavřeme oči a hrajeme si s modelínou v ruce. Přemýšlíme o svém dnu.

Všechny špatné myšlenky i emoce se snažíme dát do modelíny, tvarujeme. Když máme pocit, že jsme spokojeni a skončili jsme s hraním, tak ji odložíme do misky.

2) Diskuse: Pobavíme se o ženských a mužských rolích. Pro zjednodušení máme společný plánek, kam budeme psát pod ženu její typické role a vlastnosti. Pod muže to samé. Účastníci mají možnost napsat mezi ně společné role a vlastnosti.

Tvorba: Každý namaluje, jak vnímá svou roli ve společnosti, v rodině. Zda se cítí dostatečně ženou/mužem.

Reflexe: Jaké jsou typické vlastnosti pro ženu a jaké pro muže? Co mají společného? Jaké role zastávají ve společnosti? Ztotožňujete se plně s takovou ženskou rolí, kterou jsme zde namalovali/ztvárnili? Jaké jsou Vaše zkušenosti?

4.1. Tvorba a start

Kateřina

Start: Dobře se vyspala. Zněla čerstvě a v dobré náladě

Diskuse:

„Důležitá je manuální zručnost“. Myslí si, že je v dnešní době v rolích velký zmatek.

Tvorba: Neměla ze začátku problém začít s kreslením. Pracovala s tužkou a hodně gumovala. Vytvořila dva propletence, které působí jako dvě ruce spojené v sevření dlaní. Použila ještě červenou na druhou ruku.

Dialog: Propletené ruce mají symbolizovat spolupráci. Nechtělo se jí o tom moc mluvit. Neví, jak by to mělo být, a jak by to chtěla mít. Myslí si, že to je o něčem jiném - o tom, jestli se mají dva rádi.

Stanislava

Start: Bude mít 14 dní dovolenou. Vnímá to velmi pozitivně a sama tak působí.

Diskuse: Má realistickou zkušenost narozdíl od celé skupiny (žije s mužem a je těhotná). Souhlasí s chaosem, zmatkem.

Tvorba: Trvalo dlouho, než začala malovat. Přemýšlela a vypadalo to, že neví jak začít. Používala křídly. Namalovala oranžové srdce uprostřed a hnědé pruhy vycházející ze srdce. Opět se objevuje motiv sluníčka a mraku.

Dialog: Nevěděla, jak na to. Srdce je střed vztahu, mělo by se to sejít právě v tom středu. Nemyslí si, že je dobré rozdělovat přesně role. Vyznává spolupráce. Zatím to tak má. Někdy slunce, někdy mraky.

Ondřej

Start: Bylo mu přes den špatně. Cítí se unavený, ale už je mu dobře.

Diskuse: Jako jediný muž působí realisticky. Vstupuje do rozhovorů s velmi užitečnými i vtipnými poznámkami. Svůj názor zakončil takto: „Část rolí chtějí lidé brát tradičně a část rovnocenně, podle toho jak se jim to hodí.“

Tvorba: Také mu chvíli trvalo, než začal tvořit. Vybral si pro práci pastelky. Nakreslil svou postavu a kolem činnosti (symboly). Vedle sebe poté dodělal ženskou postavu. Tu poté přemaloval září, kterou vytvořil kolem své postavy. Obrázek je velmi veselý a barevný.

Dialog:

Raději maluje konkrétně, tak to tak i pojal. Nejdříve chtěl nakreslit i ženskou roli, ale byl by to zmatek, tak namaloval pouze svojí roli. Role vložil do symbolů - šroubovák, vysavač, luk,

sekyra apod. A spektrum barev je spektrum různých věcí. Téma ho rozhodně zajímalo a podnítilo k přemýšlení.

Alžběta

Start: Prožívá divný den. Sama si ho nazvala „den blbec“. Nic se jí nedaří. Psychicky také „nic moc“.

Diskuse: Velmi aktivní. Uznává rovnocennost muže a ženy, stejně tak otce a matky. Projevuje své názory bez ostychu, ale dokáže naslouchat pozorně i druhým.

Tvorba: Opět si vybrala pro práci křídly. Zelené kolo uprostřed, do toho udělala fialovou a oranžovou další kolo. Poté nevěděla jak dál, přemýšlela. Doplnila ještě takový hnědý „klikyhák“.

Dialog: Přála by si, aby bylo vidět, kdo je žena a muž, ale aby spolu spolupracovali. Pro Alžbětu bylo těžké znázornit takovou abstraktní věc. Bolí jí hlava, i když si odpočinula. Téma bylo pro ní zajímavé.

4.2. Zhodnocení

Celková ladění: Účastníci vešli do temné místnosti ozářené pouze jen svíčkou. Atmosféra tady byla uvolněná, i když nálada nebyla ideální.

První rozehrívací cvičení (s modelínou): Toto cvičení mělo zcela relaxační charakter. Probíhalo bez řeči, tedy i v klidu a tichosti.

Interakce skupiny (při diskusi): V počátku bylo těžké uvolnit přirozenou diskusi. Důvodem mohly být rozpaky, ale také špatné pochopení toho, co jsem vlastně požadovala. Musela jsem tedy první příklad dát sama, matku a otce. Stále si ale neuměli sami poradit a bylo třeba je „popostrkovat“. Až v průběhu jsme se všichni uvolnili a nebyl problém mluvit ani o současných problémech rolí ve společnosti.

Nakonec se zapojili všichni účastníci. I když nejaktivnější byla Alžběta a Kateřina. Komunikace probíhala bez problémů a skupina se dokázala i dohodnout na zapsání rolí do plánu. Všichni jsme se shodli, že napíšeme pod čáru CHAOS. Což má symbolizovat dnešní zmatek v ženských a mužských rolích.

Tvoření a následná diskuse:

Tvorba rozhodně nezačínala příliš spontánně, ale spíše rozpačitě a přemýšlivě. I přes docela konkrétní téma ho všechny ženy pojaly abstraktně a pouze jediný muž maloval konkrétně v symbolech. Evidentně bylo tvoření náročné pro všechny účastníky, protože pracovali přerušovaně a nejistě.

Přiznali, že to bylo velmi náročné znázornit dojmy na papír. Skupina má vždy problém se rozhovořit, po čase se ale diskuse rozvede.

4.3. Plán na příští hodinu ženských a mužských rolí (hodina č. 6):

Tyto dvě hodiny se liší nejen v odlišném prostředí, ale také náročností. Hlavně kvůli tomu, aby účastníci nemluvili o těch samých věcech dokola. Jelikož v první hodině téma už rozpracovali, rozhodla jsem se příště připravit intimnější a osobnější atmosféru, ale také hlubší a náročnější poslední úkol, kterému budou předcházet cvičení, která by měla pomoci účastníkům lépe se vžít do tématu, přirozeně se rozhovořit a popřemýšlet.

5. hodina č. 4 (vztek)

Datum a místo: 16.12. 2008 ve studovně v budově koleje Kajetánka

Cíl: Popřemýšlet nad vztekem a jeho součástí v našem životě. Jak ho zvládáme a jak ho vnímáme.

Cílová skupina: dospívající a dospělí

Pomůcky: Malá sada, čtvrtky

Prostředí: studovna, rozsvíceno, u stolu na židlích, hudba (rychlá a tvrdší - System of a down)

Účastníci: Martina, Ondřej, Kateřina, Alžběta, Petr, Magdaléna

Cvičení: Tato hodina je bez cvičení, které by skupinu uvedlo do pocitu vzteku. Jako takové malé cvičení by se mohl zdát začátek tvorby (spontánní kresba), ale není tomu tak, jelikož obě fáze na sebe navazují a bude mezi nimi rychlý přechod

Tvorba: Každý si vezme pastelku, která se jim zdá být vhodná ke vzteku (barva). Řeknu jim, ať si jen tak kreslí po papíře, spontánně, nějaké tvary, jako když se nudí při hodině. Poté ať si představí vztek, naštvání a dále spontánně kreslí. Nejdéle po dvou minutách to ukončím. Dále mají za úkol namalovat do již vzniklého obrázku sebe a svůj svět - abstraktně, symbolicky, tak jak vnímají vztek ve svém životě.

Reflexe: Jak se jim tvořilo narozdíl od minulého cvičení? Jaké pocity měli při vyjadřování vzteku na papír? Vadí Vám vztek na Vašem obrázku, předělali byste ho? Nebo úplně odstranili? Jak lidé zvládají vztek?

5.1. Tvorba a start

Ondřej

Start: Cítí se fajn. Náladu má příjemnou.

Tvorba: Vztek si promítl do fialové (v první hodině to byla modrá). Namaloval fialové vlaky a do pravého rohu člověka v pohodové situace (jak sedí na pláži). Postavě domaloval ovladač na vlaky do ruky.

Dialog: Při spontánním kresbě vzpomínal na nudné hodiny a namaloval vagónky. Při vzpomínce na vztek nechal do sebe vagónky narazit. Když je našťvaný, tak se vtáhne do sebe. Snaží se být v klidu. Ale stejně ho to někdy ovládne (proto ovladač na vagony v ruce). Ze vzteku se dostává klidem, představami a pohodou. Fyzicky nepotřebuje vztek manifestovat.

Závěr: Zamyslel se a překvapilo ho, že vztek jen tak nepřechází, ale probouzí v něm destrukční nálady.

Martina

Start: Je unavená. Řeší, co bude s jejím životem (skončila po týdnu v práci).

Tvorba: Používala šedivou pastelku. Její obrázek je velmi podobný tomu prvnímu. Roztrhla ho v půlce, poté použila i červenou pastelku na jednu půlku - tu také roztrhla. Skončila první.

Dialog: Neumí se vztekem zacházet. Po vzteku buď přijde deprese, nebo „bouchne“ (proto ten obrázek roztrhla, rozdělila). Na svém obrázku jí něco i překvapilo (své „odříznutí“). V jedné chvíli si nevěděla rady s interpretací. Zeptala jsem se skupiny, ale nic je nenapadlo.

Závěr: Nemá toto téma zpracované a z hodiny nemá dobrý pocit. Hudba jí vadila.

Alžběta

Start: Cítí se spokojeně a v pohodě.

Tvorba: Opět použila křídu - černou. Vytvořila černé a žluté spirály. Z nich vychází oranžové šipky. Obrázek doladila zelenou.

Dialog: Nedařilo se jí dostat do pocitu vzteku, jen si tak malovala. Sama neví, co má obrázek představovat. Ve srovnání s první hodinou je to pro ní velký rozdíl. Nedokázala se vžít do tématu. Ale z obrázku je poznat, že má skrytý význam. Kateřina jí řekla svůj názor a Alžbětu překvapilo, že to může tak působit, když si jen tak malovala.

Závěr: Přejechy mezi fázemi jí přišly rychlé. Než se vzpamatovala z jednoho úkolu, už tu byl druhý. Hudba jí rušila, ale nevadila. „Nerozhněvala mě“. Tvoření jí nešlo, protože se cítila klidná. První hodinu byla našťvaná a dnes ne a myslí si, že je to tím (náladou).

Kateřina

Start: Má se hezky a dnes se cítí vesele.

Tvorba: Použila oranžovou křídu - tu rozmazala. Dodělala ještě černé tvary, které vypadají jako květiny. Tvoří déle než ostatní.

Dialog: Nepodařilo se jí, jak se sama vyjádřila, „abstraktně našťvat“. Snaží se, aby se nenechala vztekem ovládnout, proto rozmazala červenou v pozadí. Černé květiny mají být pozitivní. Představují ji samotnou.

Závěr: Hudba se jí hodně líbila (vnímala ji spíše příjemně, což je možný důvod jejího nevcítění se). Sama by volila hudbu neutrální. Do tématu se moc nevžila. Přejechy mezi fázemi jí připadaly rychlé.

Stanislava

Start: Výborně naladěná již druhý den.

Tvorba: Tmavé modré a okolo zelený pruh. Doplněné opět sluncem

Dialog: Měla stejný problém se vžitím do pocitu vzteku. Chtěla ohraničit vztek a poté zjistila, že namalovala bumerang. Má to tak i v životě, vztek se jí vrací. Měla problém si i vybavit situaci, kdy se vzteká. Přiznává, že to je nejspíš jejím dobrým naladěním.

Závěr: Při první hodině se jí pracovalo lépe. Odchází klidná.

Petr

Start: Vypadá velmi flegmaticky. Sám říká, že měl nudný den. Má hodně školy.

Tvorba: Pracoval s červenou pastelkou. Okolo centrálního motivu namaloval tmavě modrou zář, která pohlcuje symbol vzteku.

Dialog: Také stejný problém jako děvčata před ním. Myslí si, že minule díky navození atmosféry se dokázal vcítit. Něco namaloval a poté teprve přemýšlel, co to vlastně je. Tentokrát to bylo jinak. Pokud vztek přeteče, tak se mu chce kopat do věcí.

Závěr: Na začátku se cítil unaveně a nechtělo se mu přemýšlet. Těší se domu, že si odpočine. Možná proto mu vyhovovalo, že hodina byla svižnější a plynula.

Magdaléna

Start: Řeší diplomovou práci a je hodně unavená. Ale je dobře naladěná (vnímá hodinu jako relax)

Tvorba: Tvořila s růžovou křídou. Hodně využívala ostré tvary. Obrázek dodělávala pastelkami (zelená a modrá). Tvořila déle než ostatní.

Dialog: Vztek namalovala jako balónek. Rychle se nafoukne a je toho plno. Vztek jí ale neovládá. Pouze chvilková záležitost, která splaskne. Kolem je pořád to pozitivní (na obrázku představuje zelená barva). Jediná Magdaléna měla problém s tou první hodinou, ale tentokrát ne (představila si frontu na lístky, když chvátá). Úplně se rozvášnila při vyprávění této situace. Všechny nás rozesmála.

Závěr: Hudba se jí ke vzteku hodila. Moc nevěděla co říct, když jsem se ptala s jakým

pocitem odchází domu. Má myšlenky u diplomové práce

5.2. Zhodnocení

Celková ladění: Skupina je napůl unavená a napůl v příjemné náladě. Celkově působí až laxně (napětí a únava dohromady).

Interakce skupiny (při diskusi): Bylo velmi zvláštní, že i když skupinu téma moc nezaujalo a nedotýkalo se jich, tak se vyjadřovali hojně a bez potíží. Až na Martinu, která vědomě ví, že má se vztekem problém (také se držela dost zpátky). Na mé otázky odpovídali otevřeně a upřímně.

Tvoření a následná diskuse:

1. fáze: Při spontánním kreslení se nestalo nic zajímavého. Ani při přechodu na pocit vzteku. Někteří přidali tlak na pastelku, ale nevyjadřovali se výrazně emotivně. Přejít mezi fázemi byl opravdu rychlejší, což mohlo vytvořit problém v pochopení další fáze a vžití se do pocitů vzteku. Můj individuální názor však je, že to s tím nemělo nic společného a jednalo se spíše o celkovou atmosféru. Nanejvýš by bylo dobré spontánní kreslení prodloužit a obohatit o výčet situací a pomalé navozování vzteku vyprávěním a popisem tohoto pocitu. Zhasnout, použít svíčky apod.

2. fáze: Přejít do tvorby byl pro všechny náročný. Hleděli na papír a netušili jak začít. Nevěděla jsem, zda chápou zadání správně. Po vysvětlení se ale situace nezlepšila. Nejpravděpodobněji šlo o nedostatečné vcítění se do tématu a vůbec celkové ladění účastníků. Vzhledem k první hodině vzteku odvozuji, že neovlivnilo tvorbu prostředí ani cvičení, ale pouze jejich nálada a také poslední zkušenost se vztekem.

5.3. Srovnání hodin č. 1 a č. 4

Hodina č. 1 byla intimnější (svíčky, sezení na zemi) při relaxační hudbě s předcházejícím cvičením na ventilování vzteku (trhání novin). Hodina splnila má očekávání. I přes počáteční rozpaky celé skupiny se všichni dokázali vžít do vzteku, ale diskuse byla rozhodně méně dynamická než druhá. Byla to však první hodina a skupina se téměř vůbec neznala. Prostředí tedy určitě působilo velmi pozitivně, stejně tak neutrální hudba a cvičení.

Druhou hodinu jsem vědomě připravila neútně, stroze. Přičemž jsem zvolila velmi živou hudbu, která by mohla pomoci s navozením pocitu. Stejně naděje jsem vkládala do spontánní

kresby, která se neukázala moc efektivní. Nejdůležitějším aspektem celého tvoření se ale stala nálada účastníků a jejich zkušenosti z předchozích chvil dne.

Nelze jistě určit vliv prostředí na tvorbu skupiny. I když předpokládám, že kdyby první hodina byla méně intimní, výsledek by nebyl takový, nebo by byl podobný jako v druhém sezení. Jelikož všichni až na Ondřeje, Magdalénu a Martinu nebyly schopni se naladit na tvoření a nechat se unášet myšlenkami, tak lze předpokládat nevědomé působení okolních podmínek společně s náladou. Pokud by byly podmínky osobnější a pro ně více vyhovující, tak by se jim tvořilo lépe. Záleží na výsledcích dalších hodin. Zde je výsledek nedostačující.

Závěrem lze pouze potvrdit, že rychlý přechod mezi jednotlivými úkoly působil příjemně pouze na unaveného Petra. Při rychlých pokynech byl schopen se soustředit. Ale na některé ostatní účastníky to nemělo dobrý vliv. **Vzhledem k cílům artefiletiky je tedy výhodnější propracovat cvičení i tvorbu do hloubky** a dát účastníkům dostatek času, i když nám osobně se zdá, že úkol či pokyn je jednoduchý a snadno zvládnutelný i pochopitelný.

6. Hodina č. 5 (mezilidské vztahy)

Datum a místo: 6.1. 2009, ve studovně v budově koleje Kajetánka

Cíl: Pomocí imaginace *moje tajná komůrka* nejdříve přemýšlet nad vlastním tajným místem, kde toužíme být a kde se cítíme v bezpečí. A hlavním cílem bude spolupráce skupiny, kdy mají za úkol na jeden arch dohromady spojit své komůrky a tím i své světy. Vyjít ze svého bezpečného místa a otevřít ho ostatním.

Cílová skupina: školně zralé děti, dospívající a dospělí

Pomůcky: Velká sada, čtvrtky, izolepa, arch A1

Prostředí: tichá příjemná hudba, sezení na zemi a dece, svíčky

Účastníci: Ondřej, Magdalena

Cvičení:

Start

Každý si sedne či lehne tak, jak je mu to příjemné, zavře oči.:

Stojíte na svém oblíbeném místě. Vzduch příjemně voní. Víte, že za chvíli musíte odejít do svého pokojíku, komůrky, která je někde poblíž. Vstanete a jdete směrem k němu. Už se k němu blížíte. Těšíte se, protože se tam cítíte bezpečně. Je to jedna místnost, která je jen Vaše, a do které vedou pouze jedny dveře. Představte si, jak vypadá, jaké má dveře, okna, barvu. Můžete vstoupit dovnitř. Pomalu si dokreslujte detaily ve fantazii, podlahu, okna, stůl, stěny, tvar místnosti. Je to jen Vaše místo a v něm může být úplně vše, co si dokážete představit (nechám delší chvíli). Sedněte si nebo lehněte tam, kde se Vám nejvíce líbí. Pomalu dýchejte, jste zcela v bezpečí a nikdo Vás nemůže vyrušit. Nechte všechny myšlenky odplout. Relaxujte, usmívejte se, plačte - dělejte vše, co cítíte.

Teď budu počítat od deseti do nuly a vy pomalu otevřete oči.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Účastníci namalují své dojmy, které měli ze stavby pokojíku a následného rozjímání v něm.

2. fáze (společná): Poté nalepíme čtvrtky na arch papíru (A1), a pokračujeme ve stavbě podle toho jak se skupina cítí uvnitř. Bez mluvení (podobné jako cvičení z hodiny č. 2).

Reflexe: Jak jste se cítili ve svém pokojíčku? Jak vypadal? Byl podobný nějakému jinému místu, které jste kdy viděli? Jaké bylo rozšiřovat svůj pokojík dál na arch a setkávat se tak s ostatními?

6.1. Tvorba a start

Ondřej

Start: Má se fajn, i když má rýmu.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Jeho pokoj nakreslil přes celou čtvrtku oranžovou barvou. Pojal pokoj velmi reálně a konkrétně. Začal stěnou s okny (tvoří podstatnou část pokoje). Dodělával nábytek, posilovnu a nakonec i květiny.

2. fáze (společná): Namaloval květinu v květináči a začal přesahovat do archu zimní krajinou. Bílou se snaží proniknout až k Magdaléně, které se to ale nejspíš moc nelíbí (i když se směje) Snaží se zareagovat, protože ona maluje v letním tonu. Udělal jí sluníčko a také stopy ve sněhu směrem k ní.

Dialog:

1. fáze (samostatná): Představil si pokoj dost málo, byl celkem prázdný. Je to jeho pokoj, akorát větší a s jinými věcmi. Za okny je zimní krajina.

2. fáze (společná): Tvořilo se mu dobře. Cítí se i po propojení pokojíků bezpečně. Kdokoli může přijít na návštěvu.

Závěr: Tvoření se mu líbilo. Při imaginaci se v myšlenkách ocitl na chalupě, kde bylo léto. Pak se přenesl do svého pokoje, kde bylo naopak zimní období.

Magdaléna

Start: Je odpočínutá a cítí se dobře po Vánocích. Také už odevzdala diplomovou práci.

Tvorba:

1. fáze (samostatná): Z levého rohu vodovkami namalovala červeně skvrnu. Okolí vybarvila žlutě.

2. fáze (společná): Magdaléna pojmula obrázek letně. Namaloval květiny pestrých barev, nechala si na nich záležet.

Dialog:

1. fáze (samostatná): Představila si, jak leží v posteli. Už nikam nechodila, zůstala tam - pod peřinou, proto si další věci nepředstavovala, vše už tam má. Žluté stěny jako u sebe doma (je to pro ni pozitivní).

2. fáze (společná): Cítila se klidně a nikam nechvátala. Nevnímala průnik Ondřeje jako ohrožení. Klidně se o svůj prostor podělila.

Závěr: Užila si to jako relax. Nechácala souvislost mezi tvorbou a tématem.

6.2. Zhodnocení

Celková ladění: Vzhledem k malému počtu účastníku byla atmosféra klidná, veselá, ale z mého pohledu napjatá.

Interakce skupiny (při diskusi): Komunikace byla zcela normální, veselá, i když zbržděná. Vypadalo to, jakoby nevěděli o čem přesně mluvit. O jejich vlastním obrázku jsme si popovídali hezky, ale po společné tvorbě byla diskuse pomalá a nepřírozená. Podle mého názoru jsem špatně vysvětlila obsah úkolu a také by bylo vhodné zařadit nějaké ukončení celé hodiny, což by mohlo pomoci, aby si spojil fiktivní svět *mé tajné komůrky* s reálným vnímáním. Nepodařilo se mi, aby skupina pochopila souvislost mezi tvořením a tématem. Jelikož vedoucí a jeho schopnosti jsou neodmyslitelnou součástí správně fungujících artefiletických hodin, pak nemohu soudit, zda jednotlivce ovlivnilo prostředí či podmínky. Pouze v případě, kdy se za jednu z podmínek vnímá i působení vedoucí osobnosti (jeho chování, vedení, komunikace a dovednosti řídit tvorbu i dialog).

Tvoření a následná diskuse:

1. fáze (samostatná): Oba dva začali malovat ihned po imaginaci a instrukcích, co mají dělat. Působili, že si imaginaci užili. Magdaléna si odpočinula a vrátila se myšlenkami ke spánku a Ondřeje to motivovalo k aktivnímu přemýšlení a tvorbě. Pojal tvorbu velmi kreativně. Čímž je myšleno více obsah než forma.

2. fáze (společná): Magdaléna se o Ondřeje moc nezajímala. On byl aktivnější. Nebránila mu ve spojení obrázků, ale působila rozhodně pasivně. Na Ondřejovu výzvu mu namalovala na rybník bruslící děti. Zatímco Magdaléna pracovala více jen u své části a soustředila se na

sebe. Oba se pak nemohli dohodnout, co namalují do prázdného místa, které vzniklo. Zůstalo nevyplněné. Celkově jejich společná práce byla uvolněná, protože každý evidentně dělal to, co chtěl a co mu vyhovovalo. Spojení bylo náročné, protože Magdalena zvolila letní motiv a Ondřej zimní. I přes to se však povedlo spojit tyto dva odlišené světy. On byl komunikativní a ona optimisticky klidná. Spolupráce byla nekonfliktní.

6.3. Srovnání hodin č. 2 a č. 5

Rozdíl těchto dvou setkání je jasně patrný, i když náplň byla velmi podobná a prostředí se výrazně nelišilo. Při první hodině (č. 2) jsme byli u mě v pokoji, což byla příjemnější varianta než ve studovně. Výraznou roli hrál určitě i počet účastníků. Jelikož téma byly mezilidské vztahy a také jak vnímáme sebe a ostatní nás. A proto bylo ve dvou těžké využít možnosti tohoto úkolu a tvoření. Pokoušela jsem se o navázání na téma a o motivaci ke komunikaci, ale i tak byla interakce minimální. V tuto chvíli byly potřebné zkušenosti a větší praxe v oboru.

Zatímco hodina č. 2 splnila mé cíle a troufám si i říci cíle skupiny, tak hodina č. 5 byla jako výkřik do prázdna. Hlavní důvody byly dva : **a)** pouze dva účastníci **b)** má nezkušenost. Možná určitý vliv mělo i značně konkrétní téma. V předcházejícím tvoření se skupina mohla vyjadřovat výtvarně i verbálně velmi abstraktně, ale u tohoto setkání jsem ohraničila téma na jejich tajnou komůrku. Myšlenky i pocity tedy měly dostat konkrétnější podobu. Což se nepovažuje za obecně špatný přístup, ale některým účastníkům to může být velmi nepříjemné a nepřírozené.

Počet účastníků mohl hrát opravdu důležitou roli a přehlušil tak ostatní vlivy (jako hudba, místnost, nálada). Pouze ve dvou byly ve středu pozornosti a aktivita byla důležitá. Nedalo se spolehnout na ostatní. Dokonce ani na přístup „jsem součástí skupiny“ a „nějak se to udělá“. V tomto ohledu svou aktivitu a dominanci (touhu po kontaktu) projevil Ondřej, zatímco Magdaléna pasivně a submisivně přijímala jeho snahy.

Rozdíl byl znát i v obrázku, který nepůsobí dojmem celistvosti, zatímco společná práce z hodiny č. 2 působí kompaktně.

7. Hodina č. 6 (ženské/mužské role)

Datum a místo: 27.1. 2009, pokoj v budově koleje Kajetánka

Cíl: Uvědomit si charakteristické rysy ženských a mužských vlastností. Pomocí imaginace (fiktivního světa) pochopit vliv mužských i ženských aspektů v reálném životě.

Cílová skupina: dospívající a dospělí

Pomůcky: Velká sada, čtvrtky, lístky s vlastnostmi, papír a tužky

Prostředí: klidné, svíčky, deky, jemná hudba

Účastníci: Petr, Kateřina, Ondřej, Stanislava

Cvičení:

Start

1) Pantomima: Rozdělím skupinu do dvojic pomocí hry. Použila jsem hru, kdy všichni mají zavřené oči a poslepu hledají ruku někoho jiného. Na lístečcích mám napsané vlastnosti, které jsou buď to typicky ženské, nebo mužské (např. citlivost, labilita, agresivita, síla apod.).

Každá dvojice se pokusí vybranou vlastnost pantomimicky ztvárnit tak, aby ji druhá dvojice dokázala poznat. Uhádnuté vlastnosti na lístečcích přiřadíme do tří sloupců - mužský, ženský a oboje.

2) Obhajoba ženy/muže: Dvojice dostanou přidělenou buď ženu nebo muže. Musí napsat obhajovací řeč, kterou dokáží, že zrovna jejich pohlaví je to nejlepší.

3) Imaginace: *Vnímejte každý nádech a výdech. Pomalu dýchejte, kyslík Vám proudí do těla. Srdce Vám tlučte. Uvolněte ruce i končetiny. Cítíte se uvolnění, klidní. Vnímejte stále svůj dech. Vnímejte své pocity, představte si cokoli nebo i kohokoli, kdo ve vás vzbuzuje něhu. Ten pocit se zdá být zcela skutečný. Prochází Vám celým tělem až ke konečkům prstů. Něha a její růžová barva Vás úplně obklopují. Náhle se cítíte velmi zranitelní, jako čerstvě vylíhnutý motýl. Vaše tělo je zcela nahé a zranitelné, vnímejte své pocity. Cítíte náhlý přísun síly a energie, jste sebevědomí a máte pocit, že dokážete vše. Vaše odvaha boří hranice. Náhle se objevuje pocit naštvání. Zvětšuje se a vy pocítíte velkou potřebu dostat to se sebe ven. Pohltí Vás agresivita. Zkuste ten pocit ovládnout. Postavit se mu! Pomalu odeznívá. Cítíte klid. Všimnete si, že kousek od Vás pláče Vám blízký člověk. Víte, že potřebuje pomoci. Beze slov mu dokažte, že vše bude dobré a že je s Vámi v bezpečí. S vámi se mu nic nestane. Polévá Vás*

pocit lítosti. Rozlučte se s tím člověkem, bude v pořádku. Kolem Vás je světlo a klid. Vnímejte svůj dech a své pocity. Vracíte se pomalu do reality. Budu počítat od desíti do nuly. Otevřete pomalu oči.

Tvorba: Úkolem je namalovat to, co účastníci prožili v imaginaci. Které pocity byly nejsilnější, a které naopak byly problematické si představit nebo prožít.

Reflexe: Bylo pro Vás těžké představit si některé pocity? Jak moc to bylo obtížné? Který pocit Vám byl nepříjemnější?

7.1. Tvorba a start

Ondřej

Start: Má se skvěle, ale druhý den má zkoušku.

Tvorba: Hlavním motivem je růžová a modrá barva. Jeho tahy štětcem jsou velmi opatrné a vypadá nejistě. Přemýšlí a neví chvílemi jak dál.

Dialog: Tvořilo se mu nejhůře a „nejzvláštněji“ ze všech setkání. V imaginaci dominovala temná barva. Na obrázek zachytil člověka, kterého utěšil. To byl pro něj nejsilnější zážitek. Bylo to pro něj moc abstraktní a špatně se mu to představovalo. Ostatní pocity se mu špatně vybavovaly.

Závěr: Když se měl cítit zranitelně, tak si představil sám sebe nahého uprostřed Václavského náměstí. Poté začal přerůstat i baráky. Při promítnutí agresivity je začal ničit.

Stanislava:

Start: Cítí se unaveně. Nálada je normální.

Tvorba: Často u obrázku přemýšlí. Vypadá to, že neví co malovat. Pracuje se křídou.

Dialog: Měla úplně černo před očima a myšlenky jí ulétly pryč. Byla odtržená, proto pro ni tvoření bylo náročné. Nevěděla co malovat. Imaginace pro ni byla chvílemi až depresivní.

Závěr: Tvorba pro ni byla velmi náročná, jelikož se dozvěděla negativní zprávu a je tím ovlivněna. V noci i špatně spí. Nejprve chtěla obrázek udělat celý černý, ale začala se tomu bránit a nakonec ho vytvořila barevný.

Petr:

Start: Nemá se moc dobře. Pořád se učí.

Tvorba: Používá hlavně zelenou a modrou. Vypadá, že má jasnou představu. V jeden moment se pozastavil a přemýšlel. Po nějaké době nejspíš dospěl k závěru, že je obrázek hotový.

Dialog: Zobrazil také utěšení osoby. Představil si ji konkrétně. Pojal ji abstraktně. Na ostatní pocity si nevzpomněl.

Závěr: Byl velmi unavený, proto použil abstrakci pro vyjádření pocitů. Snažil se to tím zjednodušit.

Kateřina:

Start: Opět je velmi veselá. Druhý den má také zkoušku.

Tvorba: Začala pracovat velmi rychle. Vybrala si pro tvorbu pastelku. Kreslí spontánně a jistě.

Dialog: Také zachytila utěšení blízké osoby. Ostatní pocity pro ni byly také výrazné, ale tento jí utkvěl v paměti, protože po něm už nenásledovat jiný pocit.

Závěr: Při představení zranitelnosti si sama sebe promítla do kuřátka. Vnímala imaginaci jako emotivní „nářez“. Rozhodilo jí to.

7.2. Zhodnocení

Celková ladění: Během prvních dvou cvičení panovala uvolněná a veselá nálada. Byly znát jisté rozpaky u Stanislavy a Petra při pantomimě. Ale jinak jsem nevypozorovala žádné jiné negativní emoce, či zdrženlivé reakce.

Cvičení:

1) Pantomima: Toto cvičení došlo u jedné z dvojic k nepochopení (Stanislava a Petr). Nejspíš jim nebylo moc příjemné. Ale cíl považuji za splněný, protože se podařilo přehrát většinu vlastností a zároveň se skupina shodla na jejich přiřazení k danému pohlaví.

2) Obhajoba ženy/muže: Skupina nejdříve nevěděla, jak daný úkol uchopit. Po bližším přiblížení a příkladech, které jsem jim názorně ukázala např. na vařečce, hřeben, nůž, koření apod., se však dokázali rozhovět a rozepsat.

Kateřina a Ondřej byli rozhodně otevřenější a tvořivější. Při své obhajobě vypadali přesvědčeně. Pojali úkol jako hru a ženu zastupovali ze všech úhlů. Zatímco Stanislava a Petr byli strozí a mnohem střídmější. Muže obhájili ze stránky hravé, flegmatické a optimistické.

Ondřej přiznal, že mu jejich řeč nepřišla moc přesvědčivá a napadl několik jejich argumentů. Což byl podstatný podnět k diskusi.

Interakce skupiny (při diskusi): Na této hodině hodnotím interakci velmi pozitivně. Až na Petra byli všichni komunikativní a otevření k diskusi. První část před imaginací byla opravdu uvolněná.

Tvoření a následná diskuse: Jak se projevilo při diskusi, tak imaginace byla pro účastníky velmi náročná. Doufala jsem, že to bude velká příležitost k otevření hlubších postojů, názorů a pocitů. Mým úmyslem bylo podnítit zájem o pochopení vlivu ženských a mužských vlastností v našem životě. Bohužel se mé očekávání nevyplnilo. Zcela si uvědomuji své pochybení v nedostatečném vysvětlení záměru této imaginace. Skupina zřetelně nechápala symbolické jednání a pocity v imaginaci, které měly napovědět s jakými emocemi a chováním mají problémy. Má nezkušenost byla nejvíce vidět právě u tohoto cvičení, neboť bylo pocitově nejnáročnější.

7.3. Srovnání hodin č. 3 a č. 6

Hodina č. 3 byla pojata stroze prostředím a také cvičeními. Tvorbě předcházela pouze diskuse o rolích v dnešní společnosti. Skupina se rozhovořila o svých názorech a postojích. Zakreslování na plánek bylo rozpačité. Ale všichni jsme se nakonec shodli na stejném závěru - chaos v rolích v dnešní společnosti.

Tato hodina měla být více intimní a celý proces měl být hlubší. Tomu bylo přizpůsobené i prostředí, které mělo podpořit jednotlivce v práci i diskusi. První část hodiny se vydařila, ale druhá byla náročnější. Přispěla k tomu má nezkušenost, ale samozřejmě i nálada jednotlivců. Před imaginací bylo dobré zmínit s čím se potkají a jaký smysl celé cvičení bude mít. Vhodné by bylo po imaginaci i tvorbě zařadit nějaké jednoduché či relaxační cvičení, které by pomohlo propojit fikční svět s reálným.

V obou hodinách se prostředí zcela lišilo. Poprvé jsme seděli u stolu při světle. Podruhé jsme měli intimní atmosféru u mě na pokoji. Seděli jsme na dekách, či na posteli a svítily svíčky. Vzhledem k výsledkům z obou hodin lze usoudit, že prostředí ani podmínky skupinu neovlivnily. Nejdůležitějším aspektem byla opět nálada každého účastníka a také schopnosti vedoucího. Opět se potvrdilo, jak je důležité podstoupit výcvikové kurzy pro vedoucí pracovníky pracující v artefiletické oblasti.

8. Hodina č. 7 (zakončení)

Datum a místo: pokoj v budově koleje Kajetánka

Cíl: Zaměříme se na zakončení celého cyklu. Prohlédneme si všechny obrázky a uděláme konečnou reflexi za celým projektem. Nejdůležitějším cílem je uvědomit si, co skupině tvoření přineslo.

Pomůcky: Obrázky za všech hodin, izolepa, čaj

Prostředí: bez hudby, sezení na postelích a dekách, k občerstvení je připraven čaj

Účastníci: Petr, Ondřej, Alžběta, Kateřina, Stanislava

Cvičení:

Start

Všechny obrázky nalepím na stěny. Řadím je k sobě podle tématu i hodin (připraveno ještě předtím než přijdou účastníci do pokoje). Kolem nás bude taková malá galerie, dalo by se říci galerie vzpomínek. Zeptám se celé skupiny, jestli by dokázali rozdělit obrázky podle tématu, a které jim připadají podobné. Také jestli poznají své obrázky a co si o nich pamatují.

Vybavují si nějaké pocity?

Na posledních 10min rozdám všem dotazníky o tom, jak se jim tvořilo, a jestli si myslí, že je prostředí a podmínky ovlivňovaly.

Rozloučení: Rozloučím se se skupinou, poděkuji jim a každý se též rozloučí s ostatními.

Reflexe: Jak vnímáte skupinu? Který okamžik během všech setkání považujete za nejdůležitější? Obohatila Vás cvičení tvorba a cvičení?

8.1. Diskuse

8.1.1. Nad galerií obrázků

VZTEK

Rozdíl mezi oběma hodinami účastníci vnímali. Vzpomněli si docela podrobně na pocity i tvorbu. Jen Petr si nemohl vybavit nic. Kateřina jasně popsala úkol a myslí si, že obrázky se liší právě proto, že bylo rozdílné zadání stejného tématu (příloha č. 2).

MEZILIDSKÉ VZTAHY

První hodina č. 2 byla pro skupinu příjemná. Společný obrázek vnímali jako společnou práci. Ostatní se vyjádřili i ke společnému obrazu Magdaleny a Ondřeje. Nepřipadá jim propojený a celistvý. Nejen kvůli různým ročním obdobím. Alžběta to vyjádřila nejpřesněji: „Vlezli si navzájem do svého prostoru, ale obrázek nepropojili.“

ŽENSKÉ/MUŽSKÉ ROLE

Hodina č. 3 připadala všem zúčastněným nejzajímavější. Vyjádřili se o ní bez zábran. U druhé hodiny se nechtělo skupině do řeči. Ondřej si prý neuvědomil souvislost ženských/mužských vlastností s pocity v imaginaci.

Při uvažování nad podobností v obrázcích jsme našli podobné aspekty. Např. Kateřiny výtvary (příloha č. 3).

8.1.2. Reflexe

Ondřej

Některá témata ho donutila zapřemýšlet. Hlavně si uvědomil, že je schopen vzteku, který však hodně kontroluje.

Stanislava

Vždy si odpočinula. Jen poslední hodina jí rozhodila. Často se jí nechtělo do tvorby, ale poté si malování velmi užila. Všechny její obrázky mají společný aspekt - slunce (příloha č. 4).

Alžběta

Cítí, že jí hodiny hodně přinesly, ale neumí pojmenovat co přesně. Má ráda přemýšlení nad věcmi.

Kateřina

„Byla to pro mě vždycky příjemná relaxace, taková duševní očista.“

Petr

Nedokáže říct, zda mu to něco přineslo.

8.2. Zhodnocení

Celková ladění: Nálada byla velmi uvolněná a příjemná.

Interakce skupiny Účastníci se zdáli být nad věcí při vzpomínání na předchozí hodiny. Byli mnohem upřímnější a otevřenější než kdykoli předtím. Reagovali na své názory navzájem.

Diskuse: Komunikace byla zcela bezproblémová. Úvahy nad podobností a souvislostí obrázků byly velmi zajímavé. Pocit Alžběty ze společného obrázku Ondřeje a Magdalény se jasně shoduje s průběhem jejich tvorby v dané hodině. Přemýšleli jsme nad podobnými motivy. Nejvíce se vyjadřovala Alžběta.

Vyhodnocení dotazníků (příloha č. 5)

Dotazník byl zaměřen na osobní názor každého jednotlivce, zda má pocit, že ho prostředí ovlivnilo. Odpovědi se výrazně nelišily a lze říci, že se skupina shodla.

Tvorba byla vnímána příjemně. Podle odpovědí lze usuzovat, že skupině nevadilo ticho, ale ani hudba. V případě, že nebyla příliš výrazná. Klidná a příjemná hudba dokreslovala atmosféru a účastníci si později ani nevybavili, co hrálo. Zatímco výrazná vadila větší části skupiny. Líbila se pouze těm, kteří jí znali a poslouchali i ve svém volném čase. Údernější styl jsem zvolila na hodinu č. 4 s hlavním tématem *vzteky*. Cílem bylo povzbudit emoce a pocity vzteku. Cíl se ale nepotvrdil.

Překvapením bylo zjištění, že skupině vyhovovalo sezení u stolu více nežli na zemi. Velkou roli zde jistě hrála nepohodlnost. Místnosti, ve kterých jsme se scházeli, by žádný účastník neměnil. Skupina pozitivně zhodnotila funkci svíček a také změnu místnosti. Rovněž počáteční hra se ukázala být velmi důležitou. Stejně tak i rozehřívací cvičení (trhání novin apod.).

U otázky, zda si myslí, že je prostředí ovlivnilo, se jednoznačně celá skupina shodla na stejné odpovědi - ano. Avšak vliv není tak velký, aby zásadně zasahoval do výsledného efektu. Nejdůležitějším aspektem, který se projevoval během tvorby i dialogu, je podle skupiny nálada a také prožitý den jako celek.

Závěr šetření

Během celého projektu docházelo k vývoji nejen vztahů mezi účastníky, ale rovněž mého pohledu na artefietiku. Získala jsem důležité zkušenosti, které jsem předtím považovala za samozřejmé a jasné.

Jak vyplynulo již v zhodnocení, jeden z nejdůležitějších činitelů ovlivňující celý průběh hodin je *osobnost vedoucího skupiny*. Bez zkušeností není možné zcela splnit cíle artefietiky. Hodina č. 6 byla pro účastníky náročná, a i když jsem se snažila využít všech svých zkušeností, tak teprve nyní vidím nedostatky. Před imaginací jsem měla vysvětlit podrobně a srozumitelně, co účastníky potká a co si mohou uvědomit.

Následujícím významným činitelem určujícím celý proces je *nálada jednotlivců*. Dobře viditelné je to ve srovnání z hodin vzteku (č. 1 a č. 4), kde se liší nejen pocity účastníků, ale i výsledná tvorba. Prostředí mohlo průběh ovlivnit, ale nálada byla určující. Prostředí jen napomáhá výsledku a stává se pouhým dokreslením – takovým „střípkem v mozaice“.

Dalším důkazem vlivu prostředí je společný obrázek Ondřeje a Magdalény (hodina č. 5). I když oba tvrdili, že jim propojování nedělalo problémy a zasahovali do svých prostorů, tak ve skutečnosti se nedokázali shodnout ani napojit. Jejich obrázky byli velmi rozdílné. Čehož si všimla i Alžběta. Zvláštní je, že ve větší skupině při společné tvorbě nenastaly žádné mezery, či nevědomé neshody. Mohlo to být prací pouze ve dvojici a také konkrétností úkolu. Prostředí nebylo tak osobní. Nepomohla ovšem ani příjemná hudba a svíčky. Opět to dokazuje tvrzení (o odstavci výše), že prostředí neovlivňuje nijak výrazně ani tvorbu, ani dialog, i když dotváří spolu s ostatními činiteli výsledný efekt jako takový a napomáhá při osobnějším tématech.

Na závěr bych ještě zmínila, že setkání neprobíhala pravidelně po sobě. Mezi některými hodinami byly delší proluky. Mohl to být důvod, proč se skupina nejevila spjatě. Mezi členy nevznikly žádné vztahy. I toto mohlo mít jistý vliv na celkový výsledek. Interakce a komunikace by jistě probíhaly mnohem přirozeněji.

Závěr

Cílem bakalářské práce bylo uchopit artefiletiku v praxi a zkoumat, zda jsou podmínky i prostředí tolik důležité a určující pro celkový dojem i tvorbu.

V teoretické části jsme se dozvěděli, že pedagog praktikující artefiletiku by měl podstoupit výcvikový kurz. V projektu jsem se opravdu přesvědčila, že vzdělávání a praxe pedagogů či vedoucích v artefiletice je nezbytností. Nejen znalost teorie, ale hlavně praxe je velmi potřebná pro práci v této oblasti. Nelze pouze vést skupinu, malovat si a odchýlit se od tématu. Je pak možné, že skupina pochopí téma jen povrchně. Poté se nelze bavit o artefiletice, neboť jeden z nejdůležitějších aspektů, který artefiletiku tvoří, je odborná připravenost.

Dalším určujícím faktorem je celkové psychické ladění každého účastníka. Proto je třeba dbát na první rozehřívací fázi. Uvědomit si, že každý jednotlivec přichází s odlišnou zkušeností, je velmi podstatné. Proto je opravdu žádoucí připravit vždy nějaké rozehřívací a adaptační cvičení, které bude plynule navazovat na téma.

Prostředí neovlivňuje výsledný efekt nijak významně. Spoluvytváří atmosféru a napomáhá k lepší adaptaci skupiny nejen na téma, ale také na konkrétní místo setkání. Můžeme ho využít jako pomůcku při práci s významnějšími aspekty ovlivňujícími průběh hodin: celkovým psychickým laděním a osobností vedoucího skupiny. Avšak tyto dva vlivy jsou podmnožinou celkových podmínek. Lze tedy potvrdit hypotézu. Vzhledem k daným podmínkám se výtvořily lišily a to hlavně proto, že nálada a mé schopnosti z praxe nebyly dostačující. Ostatní součásti prostředí (svíčky, sezení, světlo, hudba) jsou pouze doplňujícími prvky.

Prostřednictvím projektu jsem odhalila trhliny ve svém postoji k vedení výtvarných setkání. Tuto úlohu je potřeba vzít zodpovědně a tudíž se i náležitě vzdělávat. Považuji za nutné uvědomit si, jaké vlivy jsou určující, a které pouze dokreslují atmosféru. Toto rozdělení je velmi užitečné hlavně pro pedagogy a vedoucí, kteří jsou ve fázi poznávání artefiletiky. Pro vedoucí např. volnočasových aktivit, je tato diferenciací tím potřebnější. Neboť pedagog by měl mít vysokoškolské vzdělání i více praxe s výtvarnou výchovou.

Seznam literatury

ADAMEC J. ŠAMŠULA, P. *Průvodce výtvarným uměním I.*, Praha, Práce, 2000. ISBN 80-86287-22-8

CIKÁNOVÁ, K., et al. *Výtvarná výchova a její teorie : v českých zemích ve světových kontextech.* Praha : Pedagogická fakulta UK, 1998. ISBN 80-86039-70-6

CULBERT, S. A. *The Interpersonal Process of Self-Disclosure: It takes Two to See One : Explorations in Applied Behavioral Science.* 1. New Yourk : Renaissance Editions, 1967

FULKOVÁ, M. Žádná výtvarka není ostrov sám pro sebe. *Výtvarná výchova.* 2000, roč. 40, č. 1. ISSN 1210-3691

HAZUKOVÁ, H. *Příprava učitele na rozhodování ve výtvarné výchově I.* Praha : Pedagogická fakulta UK, 1994.

HAZUKOVÁ, H. *Příprava učitele na rozhodování ve výtvarné výchově II.* Praha : Pedagogická fakulta UK, 1995.

HNÍK, O. *Hravá interpretace v hodinách čtení a literární výchovy.* Praha : H et H, 2007. ISBN 978-80-7319-067-5

LIEBMANN, M. *Skupinová arteterapie : nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci.* Praha : Portál, s.r.o., 2005. ISBN 80-7178-896-3

LÜSCHER, M. *Barvy lásky.* Praha : Pragma, 1997. ISBN 80-7205-421-X

RUBINOVÁ A., J. *Přístupy v arteterapii : teorie a technika.* Praha : TRITON, 2008. ISBN 978-80-7387-0935

SLAVÍK, J. *Artephiletik : Eine junge Auffassung von Kunsterziehung in der Tschechischen Republik.* BDK – Bund Deutscher Kunsterzieher, 39, 2003, 2. ISSN 0005-2981

SLAVÍK J. *Od výrazu k dialogu ve výchově : Artefiletika.* Praha: Pedagogická fakulta UK, 1997. ISBN 80-7184-437-3

SLAVÍK, J. *Umění zážitku, zážitek umění 1.díl : Teorie a praxe artefiletiky*. Praha : Pedagogická fakulta UK, 2001. ISBN 80-7290-066-8

SLAVÍK, J., WAWROSZ, P. *Umění zážitku, zážitek umění 2.díl : Teorie a praxe artefiletiky*. Praha : Pedagogická fakulta UK, 2004. ISBN 80-7290-130-3

SLAVÍK J., SLAVÍKOVÁ V., ELIÁŠOVÁ S., *Dívej se, tvoř a povídej!: artefiletika pro předškoláky a mladší školáky*, Portál 2007. ISBN 978-80-7367-322-2

SLAVÍKOVÁ V., SLAVÍK J., HAZUKOVÁ H., *Výtvarné čarování: artefiletika pro předškoláky a mladší školáky*, Praha : Pedagogická fakulta UK, 2000. ISBN 80-7290-016-1

STIBUREK, M. *Arteterapie, artefiletika : podoby, obsah, hranice, role, cíle*. In *Současná arteterapie v České republice a v zahraničí*. Praha: Pedagogická fakulta UK ve spolupráci s Českou artefiletickou asociací, 2000. ISBN 80-7290-004-8

ŠOBÁŇ, M. Zmuchlat papír je jen začátek. *Literární noviny*. 1.1.2006, roč. 17, č. 38. Dostupné z WWW: <<http://www.artefiletika.cz/modules/news/article.php?storyid=9>>

VANČÁT, J. *Tvořivost a obraznost ve školním vzdělávacím programu*. Praha : O.s. Eduart, 2008. Dostupné z WWW: <<http://casopis.eduart.cz/kategorie.asp?idk=59>>

VALENTA, J. *Metody a techniky dramatické výchovy*. Praha : Strom, 1997. 55 s. ISBN 80-901954-1-5

Webové stránky:

www.artefiletika.cz

www.arteterapie.cz

<http://casopis.eduart.cz>

<http://psychologie.doktorka.cz/arteterapie-zabava-sebepoznavani/>

Seznam příloh

Příloha č. 1: Vizitka (tabulka)

Příloha č. 2: Kateřiny výtvary z hodin vzteku (obrázky)

Příloha č. 3: Kateřiny výtvary z hodin ženských/mužských rolí (obrázky)

Příloha č. 4: Stanislavy výtvary z hodin vzteku (obrázky)

Příloha č. 5: Zhodnocení artefiletických hodin (dotazník)

Příloha č. 1

Vizitka

Pseudonym:

Město:

Oblíbená barva:

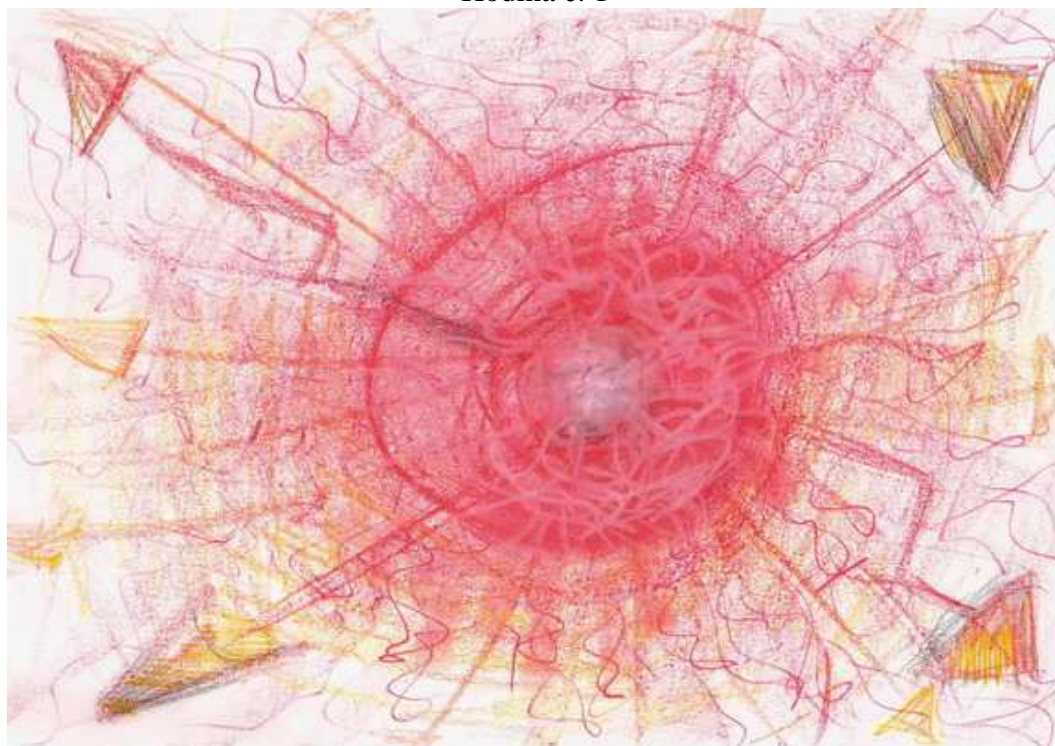
Oblíbená kniha:

Povaha(introvert, extrovert):

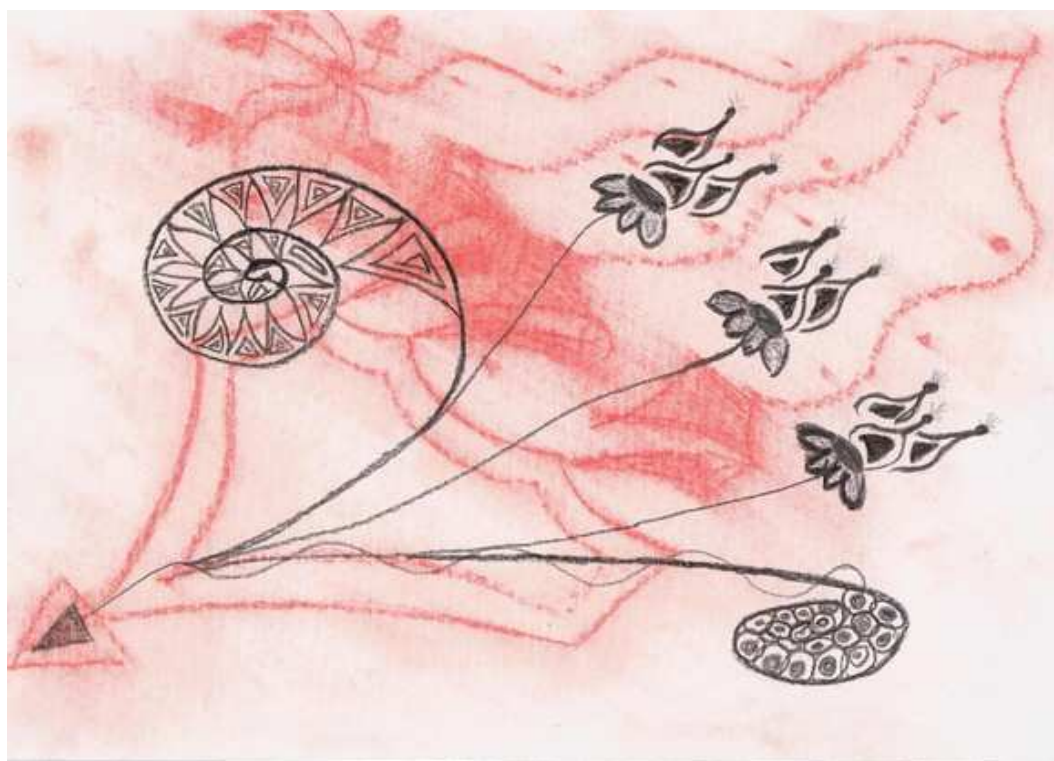
Vztah k Vánocům:

Příloha č. 2:

Hodina č. 1

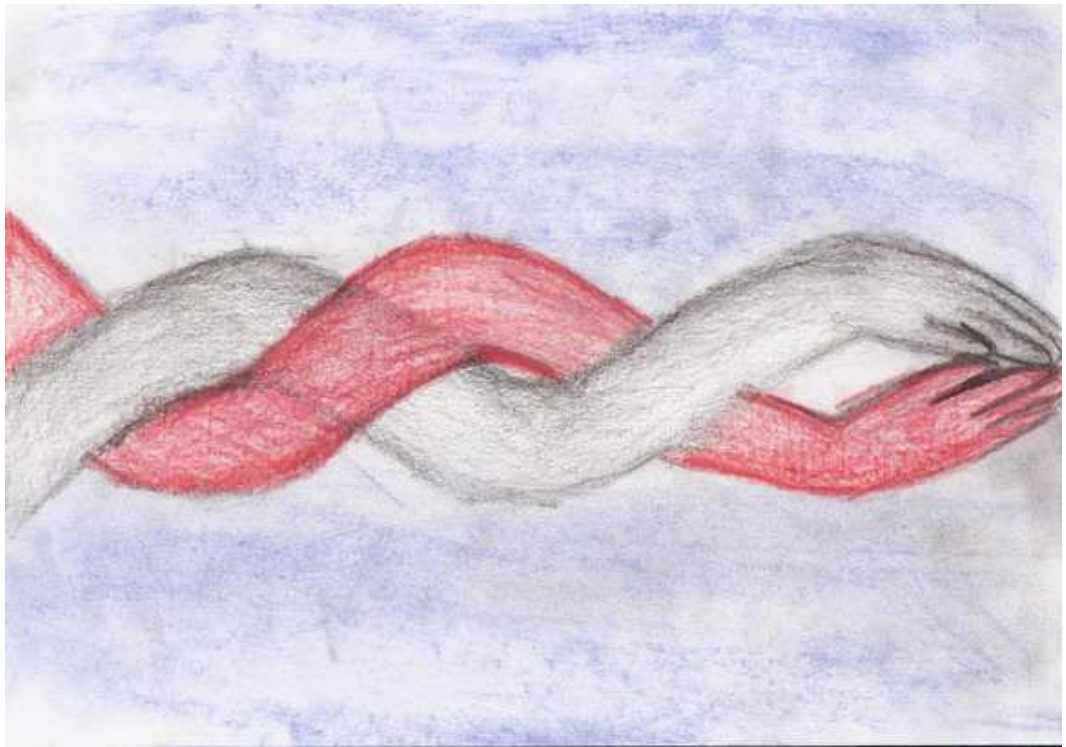


Hodina č. 4



Příloha č. 3

Hodina č. 3



Hodina č. 6



Příloha č. 4

Hodina č. 1



Hodina č. 4



Příloha č. 5

Dotazník

Zhodnocení artefietických hodin a tvoření

Pohlaví: muž - žena

Věk:

1) Vždy pro mě byla tvorba příjemná

- a) ano vždy
- b) spíše ano
- c) jak kdy
- d) spíše ne

2) Při tvoření mi vyhovovalo ticho.

- a) ano
- b) ne
- c) někdy

3) Nejlépe se mi malovalo při nějaké hudbě.

- a) ano
- b) ne
- c) jak u které
- d) jiné:

4) Prostředí (místnost), ve které jsme pracovali mi vyhovovalo a cítila jsem se tam dobře.

- a) ano
- b) ne
- c) někdy

5) Změnu místnosti jsem vnímal/a pozitivně.

- a) ano
- b) ne
- c) bylo mi to jedno

6) Lépe se mi pracovalo na zemi na dece.

- a) ano
- b) ne
- d) někdy
- c) je mi to jedno

7) Lépe se mi pracovalo na židlích u stolu.

- a) ano
- b) ne
- d) někdy
- c) je mi to jedno

8) Prostředí, ve kterém jsme se scházeli se mi nelíbilo a změnil/a bych ho.

- a)ano
- b)ne
- c)jak kdy
- d)je mi to jedno

9) Svíčky jsem vnímal/a pozitivně.

- a)ano
- b)ne
- c)je mi to jedno

10) Nálada hodně ovlivňovala moji tvorbu a chuť pracovat.

- a)ano
- b)ne
- c)někdy(napište prosím kdy):

11) Dělal mi problémy mluvit o svém výtvoru.

- a)ano
- b)ne
- c)někdy(napište prosím kdy):

12) Vyhovovalo mi, když se na začátku hrála nějaká hra.

- a)ano
- b)ne
- c)někdy

13) Při tvorbě mi pomáhaly rozehřívací cvičení(trhání novin, imaginace).

- a)ano
- b)ne
- c)někdy

14) Bylo mi nepříjemné mluvit o svých pocitech a dojmech.

- a)ano
- b)ne
- c)někdy(napište prosím kdy):

15) Myslíte si, že Vás okolní prostředí (místo, počasí, sezení, hudba..) ovlivňovalo ve tvorbě?

.....
.....