

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Pedagogická fakulta

Katedra psychologie



BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Terapeutické možnosti RPG her

Praha 2009

Vedoucí práce: doc. PhDr. Vladimír Chrz, PhD.

Autor práce: Petra Písecká

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů.

Souhlasím s užíváním textu dle zákona č. 121/2000 Sb. ve smyslu zpřístupnění odborné veřejnosti.

V Praze dne 3. dubna

Petra Písecká

Děkuji doc. Vladimíru Chrzovi za vedení práce a podporu při jejím psaní,  
Ing. Lence Flášarové za přístup do České společnosti pro duševní zdraví a důvěru,  
a paní „Tereze“, paní „Heleně“ a paní „Kláře“ za účast ve výzkumu a podněty  
k dalšímu zamyšlení.

## Resumé

Cílem předkládané bakalářské práce je seznámit čtenáře s problematikou her na hrdiny, tzv. RPG, v kontextu psychoterapie a navrhnout tzv. předvýzkum, v němž by se prokázal vztah RPG a psychoterapie.

Cílem předvýzkumu je umožnit klientům psychoterapeutické skupiny vyzkoušet si kroky, které nejsou schopni učinit ve skutečném životě.

Práce je členěna do tří částí, které na sebe navzájem navazují. V první části je vymezeno teoretické pole, na němž by měl stavět dále navrhovaný předvýzkum, který byl částečně aplikován v praxi.

První část práce vymezuje jak pojem RPG, tak pojem psychoterapie a další pojmy, které s oběma oblastmi souvisí. Tato část práce je založena na několika teoriích, které určují rámec a formu pro vysvětlení vztahu mezi RPG a psychoterapií.

Druhá část práce je věnována návrhu tzv. předvýzkumu, který by mohl být realizován jako druh psychoterapie. Navrhovaný předvýzkum se z velké části opírá o osobní zkušenost s hraním RPG autorky práce, vztah mezi RPG a psychoterapií je však také podložen teoretickými východisky.

Poslední část práce popisuje, jak byl předvýzkum realizován v praxi. Vzhledem k důvodům, které jsou v poslední části práce uvedeny, se nepodařilo předvýzkum plně realizovat. Výzkum byl pouze započat a poslední část práce tak popisuje pouze procesy, které probíhaly v prvních fázích navrhovaného předvýzkumu.

Vzhledem k omezenému množství nasbíraných informací z výzkumu, nebyly učiněny žádné závěry ohledně procesu psychoterapie v rámci hraní RPG. Nasbírané poznatky se však staly podněty pro další práci autorky a podněty pro pozdější realizaci výzkumu.

## Summary

The aim of the presented bachelor thesis is to introduce the reader to role-playing games (or RPG) in the context of psychotherapy and to propose so-called pre-research that would prove the relationship of RPG and psychotherapy.

The goal of the pre-research is to enable clients of a psychotherapeutic group to try to take steps they are unable to adopt in the real life.

This paper is divided into three interconnected parts. First part defines the theoretical field on which the later proposed pre-research, which was partially put into practice, should be based.

The first part defines both the concepts of RPG and psychotherapy along with other concepts related to these areas. This part of the bachelor thesis is based on several theories that make up the framework and the form for explaining the relationship between RPG and psychotherapy.

The second part is dedicated to the proposal of the so-called pre-research that could possibly be carried out as a specific kind of psychotherapy. The proposed pre-research largely relies on an individual experience of the paper's author with RPG, but the relationship of RPG and psychotherapy is supported by theoretical basis as well.

The last part describes how the pre-research itself was carried out in practice. Due to reasons described in the paper's last part, the pre-research could not have been fully accomplished. The pre-research has been merely initiated and the last part thus describes only processes that took place in the first phases of the proposed pre-research.

As a result of the low amount of gathered information, no conclusions regarding the process of psychotherapy within the frame of playing RPG could have been made. The accumulated knowledge has nevertheless become a stimulation for author's further work and for the realisation of a later research.

## Obsah

1.	Úvod.....	8
2.	Teoretické vymezení problému.....	9
2.1.	Pojmosloví .....	9
	Pojem hra .....	9
	Pojem RPG.....	10
	Pojem psychoterapie .....	11
	Skupinová psychoterapie .....	12
	Technika ve skupinové psychoterapii .....	13
	Potenciální prostor .....	14
	Přechodové objekty.....	14
	Integrace modu psychické ekvivalence a pretend modu.....	15
	Modus psychické ekvivalence .....	16
	Pretend modus.....	16
2.2.	Mentální schéma příběhu .....	17
2.3.	Žánr hry.....	18
2.4.	Typ hry.....	20
	Nepřímý kontakt hráčů: .....	20
	Přímý kontakt hráčů:.....	21
2.5.	Mechanismy hry.....	22
	Participace.....	22
	Spolupráce.....	22
	Prvek náhody .....	23
	Zkušenostní body .....	24
	Pravidla .....	24
	Uzlové body .....	25
2.6.	Popis herní situace .....	26
2.7.	Účastníci hry .....	28
	Pán jeskyně .....	28
2.8.	Hráči.....	29
3.	Návrh předvýzkumu.....	30
3.1.	Členění procesu psychoterapie .....	30
	Techniky v přípravné fázi .....	31
	Techniky v úvodní fázi .....	31
	Techniky v přechodové fázi.....	31
	Techniky v pracovní fázi .....	32
	Techniky v závěrečné fázi .....	32
3.2.	Členění procesu psychoterapie v rámci hraní RPG .....	32
	Přípravná fáze .....	33
	Tvorba skupiny .....	34
	Individuální pohovory.....	35
	Stanovení uzlových bodů ( a typu skupiny):.....	36
	Poznání se s klientů navzájem .....	37
	Práce ve skupině .....	38

Fáze skupiny: .....	38
Tvorba postav.....	39
Tvorba světa.....	40
Vlastní hraní příběhu.....	42
4. Hypotézy .....	43
5. Aplikace v praxi.....	44
5.1. Hledání prostoru.....	44
Psychiatrická léčebna Bohnice .....	45
Noclehárna Betlém Cheb .....	45
Úvahy o podání inzerátu .....	46
Česká společnost pro duševní zdraví .....	46
5.2. Česká společnost pro duševní zdraví .....	46
Paní Tereza (44 let).....	48
Paní Helena (63 let) .....	49
Setkání paní Terezy a paní Heleny .....	49
Paní Klára (51 let).....	50
Setkání paní Terezy a paní Kláry.....	51
Shrnutí.....	52
6. Závěr .....	54
7. Použitá literatura .....	55
Přílohy.....	56

# 1. Úvod

Předkládaná bakalářská práce je zaměřena na oblast tzv. RPG, neboli hry na hrdiny, které by se měly stát obecným rámcem pro proces psychoterapie.

Na začátku práce je vymezený teoretický rámec práce – jak oblast RPG, tak i oblast psychoterapie. Celou prací prostupují prvky RPG i psychoterapie. Cílem práce je porozumět dané problematice, čehož bude dosaženo porozuměním vztahu mezi oběma oblastmi.

RPG jsou zaměřeny na hru ve fiktivním světě, který tvoří v první řadě příběh tzv. Pána jeskyně a v druhé řadě aktivní účast jednotlivých hráčů. V rámci fiktivního světa by si měli hráči, kteří do skupiny vstupují jako klienti terapeutické skupiny, vytvořit bezpečný prostor pro proces psychoterapie.

Další část práce je věnována návrhu předvýzkumu v dané problematice, kdy je osvětlen navrhovaný koncept pro proces psychoterapie v rámci hraní RPG. Tento návrh osvětluje proces psychoterapie od samého začátku tvorby skupiny, časový harmonogram, i hypotézy a cíle, kterých by mělo být v rámci hraní RPG dosaženo.

Poslední část práce je zaměřena na praktickou aplikaci navrhovaného předvýzkumu. Tato část práce je spíše informativní než analytická. Přestože jsou vysloveny určité poznatky, které byly učiněny na základě několika málo setkání, z těchto setkání nejsou uvedeny žádné závěry, neboť se proces psychoterapie v rámci hraní RPG nepodařilo plně zrealizovat. Důvody, proč se nepodařilo výzkum aplikovat do praxe a proč je předkládán jen předvýzkum, jsou také uvedeny v poslední části práce.

Doufám, že důvody, proč se nepodařilo výzkum zrealizovat, budou časem překonány, a v dalších letech se tento cíl podaří naplnit.



## 2. Teoretické vymezení problému

Na začátku této bakalářské práce vymezím nejprve základní pojmy, které by měly stanovit rámec celé tematiky. Některé pojmy budou blíže vysvětleny teprve v dalších částech práce. Domnívám se, že to není prvotnímu porozumění dané problematiky na škodu. Při vymezení problematiky, která leží na základech dvou různých témat, se nelze určité míře tautologie vyhnout.

### 2.1. Pojmosloví

#### Pojem hra

Pro vymezení pojmu hra budu vycházet z poznatků, které shrnuje Roger Caillois ve své knize Hry a lidé – Maska a závrať. (Caillois, 1998). Caillois definuje hru jako:

- a) **činnost svobodnou**, ke které nemůže být hráč nucen, neboť by ztratila povahu přitažlivé a radostné zábavy,
- b) **činnost vydělenou z každodenního života**, která má předem vymezený a přesně vydělený čas i prostor,
- c) **činnost nejistou**, jejíž průběh ani výsledek není dopředu nikdy znám, a pro dosažení musí hráč vyvinout určité úsilí,
- d) **činnost neproduktivní**, která nevytváří žádné hodnoty, žádný majetek, žádné nové prvky a která s výjimkou cirkulace majetku uvnitř hráčského kruhu vyúsťuje v situaci identickou jako na počátku hry,
- e) **činnost podřízenou pravidlům**, která popírá zákony běžně zavedené a řídí se novými zákony, které platí jen pro danou hru
- f) **činnost fiktivní**, která předstírá odlišnou realitu od reality skutečně žité

## Pojem RPG

RPG (role playing game = hra hraní rolí; hra na hrdiny) patří do skupiny her mimetických, přesněji do skupiny her, kterou nazývá Roger Caillois „Mimikry“. (Caillois, 1998). Hry typu mimikry spočívají v tom, že se člověk sám stane iluzorní postavou a chová se jako ona. Předstírá, že věří, že je někdo jiný a přesvědčuje o tom i druhé, neboť svou vlastní osobnost schovává pod maskou, kterou předstírá ostatním. Caillois uvádí, že mimikry se začínají projevovat poprvé v dětství, kdy si děti hrají např. na maminku a tatínka, na piráty, na vojáky, ale později mimikry vstupují i do života dospělého člověka.

RPG je zaměřena na hru ve fantazijním světě, které předchází tvorba fantazijních postav, které vystupují v určitém příběhu, a za které hrají jednotliví hráči. Jedná se o hráči vytvořený svět, v němž má každá postava svůj charakter, který si každý hráč sám zvolí. Hráči plní úkoly, které jsou jim zadávány tzv. "PJ - Pánem jeskyně", který celou hru svým způsobem řídí.

Během hry hráči sdělují, co právě dělají, kde se nachází, co mají v úmyslu, o čem přemýšlí atd. Hra je zaměřena nejen na akce typu boj, vítězství, splnění mise, stanovení úkolu apod., nýbrž se snaží svým způsobem kopírovat skutečný život, tudíž jsou hrdinové schopni např. se zamilovat, slavit, opít se, uklízet, hádat se, pomáhat si atp. Vytvořený svět je stavěný samotnými hráči, tudíž je založen na jejich znalosti skutečného světa, který si přenášejí a modifikují v rámci potřeb RPG hry.

Vrátíme – li se ke Cailloisovu vymezení pojmu hra, RPG se vyznačují všemi uvedenými charakteristikami hry, kromě jedné. Caillois uvádí (Caillois, 1998), že v hrách typu mimikry neplatí, že jsou pevně dána autoritativní pravidla hry. Vzhledem k tomu, že Caillois uvádí jako příklad hry typu mimikry např. divadelní představení, domnívám se, že absence autoritativních pravidel se vztahuje také k tomuto příkladu. Co se týče pravidel v RPG, domnívám se, že jsou vymezena poměrně přesně. Existuje zde sice jistý prostor pro vůli hráčů, příp. také pro vytváření nových pravidel, ale pokud je nějaké pravidlo stanoveno, pak se ho také hráči drží. Charakteristikou, kterou považuji za odlišnou od Cailloisova vymezení hry, mám na mysli tu, že se jedná o činnost neproduktivní. Domnívám se totiž, že RPG mají velký potenciál pro tvorbu

nových prvků a nových hodnot. Vzhledem k tomu, že RPG se neustále vyvíjí – ať už odkrývá příběh Pán jeskyně, nebo si jej komponují sami hráči – vnášejí v každou chvíli hry do příběhu nové prvky a výsledný stav příběhu je naplněním mnoha úkolů, které směřují ke zřejmé změně příběhu než na počátku hry.

#### *Produktivita hry v kontextu psychoterapie:*

Domnívám se, že na tomto místě je již vhodné uvést jednu z definic psychoterapie (přestože pojem psychoterapie bude záhy vymezen), aby bylo možno lépe zakotvit předchozí domněnku o produktivitě terapeutického hraní RPG.

Ladislav Timulák v knize *Základy vedení psychoterapeutického rozvoru* uvádí, že „*Psychoterapie je léčebné působení psychologickými prostředky, které přináší změny v psychopatologických symptomech prožívání, chování, osobnosti i způsobu fungování v životě, přičemž může mít podpůrnou, léčící či rozvíjející funkci.*“ (Timulák, 2006, str. 14) Vzhledem k faktu, že cílem psychoterapie je změna stavu klienta, nelze v tomto případě hovořit o neproduktivní činnosti.

### **Pojem psychoterapie**

Vymezit pojem psychoterapie je možné z různých hledisek, a je možné najít poměrně velké množství definic pojmu psychoterapie<sup>1</sup>. Pro další účely této práce jsem si vybrala definici z knihy *Krizová intervence* Daniely Vodáčkové a kolektivu autorů (Vodáčková a kol., 2007, str. 61-62):

*„Psychoterapie je odborná metoda, vhodná v určitém životním období klienta, v němž se zvýšila jeho vnímavost k otázkám kvality vlastního života natolik, že se odhodlal hledat cestu vnitřní změny.*

*Psychoterapie přináší možnost reflektované změny v klientově prožívání a chování prostřednictvím systematické práce s trsem problémů či se strukturou klientovy osobnosti pomocí psychoterapeutického vztahového rámce a dalších specifických*

---

<sup>1</sup> Další definice z Psychologického slovníku: *Léčení duševních chorob a hraničních stavů psychologickými prostředky, tj. slovem, gestem, mimikou, mlčením, případně úpravou prostředí. Je jedním z účinných způsobů psychické pomoci.* (Hartl, Hartlová, 2004, str. 488)

*nástrojů umožňujících dosáhnout vyšší stupeň náhledu a učinit zkušenost se zralejšími formami chování a prožívání.*

*Psychoterapie se odehrává v rovině systematické změn určitých parametrů klientovy osobnosti.“*

Terapeut by se dle mého názoru neměl snažit vést klienta k cíli, který považuje sám za pro klienta nejvhodnější řešení, ale měl by respektovat rozhodnutí klienta – ať je jakékoli, příp. jej doprovázet v příběhu konstruktivně směřovanými otázkami, aby si byl jistý, že i klient si je jistý v tom, kam v příběhu směřuje.

Vzhledem k tomu, že klient vyhledává psychoterapeutickou pomoc v okamžiku, kdy si neví rady, lze usuzovat, že mohou v příběhu nastat okamžiky, kdy si nebude vědět rady ani při řešení krizových okamžiků v rámci psychoterapie. V těchto chvílích by měl terapeut klientovi nastínit určité možnosti řešení, a dále jej doprovázet po linii, kterou si klient sám vybere. V případě, že klient časem zjistí, že řešení, které si vybral není řešením pro něj nejlepším, a uvědomí-li si tuto skutečnost, může dostat možnost vrátit se do uzlového bodu, ze kterého začal situaci řešit a rozhodnout se jinak. Je však důležité, aby klient chápal důsledky svého rozhodnutí v plné míře, a byl si vědom toho, že ve hře lze zkusit „jenom jako“ různé možnosti, nicméně ve skutečném životě se kroky zpět dělají mnohem hůře. Návrat v příběhu by tak měl sloužit spíše pro ilustraci možností, které by klient mohl využít ve skutečném životě a mohl zakusit důsledky svého jednání.

### **Skupinová psychoterapie**

Stanislav Kratochvíl uvádí, že „*Skupinová psychoterapie je postup, který využívá k léčebným účelům skupinovou dynamiku, tj. vztahy a interakce jak mezi členy a terapeutem, tak mezi členy navzájem.*“ (Kratochvíl, 1995, str. 14)

Domnívám se, že pro účely psychoterapie v rámci hraní RPG je model skupinové psychoterapie neúčinnější, a to ze dvou důvodů:

- a) model hraní RPG je založen na **skupinové dynamice a skupinové práci**, jak bude podrobněji popsáno dále; model skupinové psychoterapie totiž kopíruje

model hraní RPG, respektive je založen na stejných strukturách – vedoucí skupiny se snaží dovést členy skupiny k určitému cíli

- b) v další části navrhovaný koncept předvýzkumu je stavěný také na práci ve skupině, neboť by členové skupiny měli mít možnost vyzkoušet si rozhodnutí, která nejsou v reálném životě schopni učinit sami; domnívám se, že existuje jisté procento rozhodnutí, která nejsou zakotvena v sociální síti vztahů kolem jedince (nicméně tato skutečnost bude zohledněna při výběru uzlových bodů příběhu při individuálním rozhovoru – bude podrobněji osvětleno dále), avšak valná část krizí, které by měli mít možnost členové skupiny překonat, je **v sociálních vztazích** zakotvena, a tudíž ostatní členové skupiny v tomto případě působí jako dokreslení dané situace jako co nejpodobnější realitě.

### **Technika ve skupinové psychoterapii**

Pojem technika zde uvádím proto, že techniky jsou nedílnou součástí psychoterapie, jsou jejím nástrojem.

Technika je v podstatě všechno, co terapeut použije při práci se skupinou, ale i před vlastní skupinovou terapií, mimo ni, a i po ní. Pojem technika je užíván k „*označení terapeutovy přímé a jednoznačné žádosti adresované klientovi za účelem hlubšího zpracování situace, zintenzivnění emočního prožívání, nácviku chování, zprostředkování vhledu*“. (Corey, Corey, Callanan, Russell, 2006, str. 17)

Dle mého názoru lze jako techniku - kromě jednotlivých akcí, tvorby postavy, tvorby světa, atd. - považovat i hraní RPG samotné.

#### *RPG v kontextu psychoterapie:*

Při psychoterapeutickém působení v rámci RPG je důležité, aby si hráči (dále také klienti, členové skupiny) vytvořili bezpečný prostor pro akce, v nichž se budou jako postavy pohybovat a činit rozhodnutí.

Hráči si sami vytvoří svět, sami si vytvoří postavy a sami se budou rozhodovat, jak se v dané situaci zachovají a rozhodnou. Postava Pána jeskyně (dále také výzkumníka, vedoucího skupiny, terapeuta) jim bude dle možností hry a předem částečně vymezené zakázky stavět do hry „překážky“, s nimiž se hráči neumí vyrovnat v reálném životě,

a tudíž tak bude hráčům dána možnost vyzkoušet si rozhodnutí, které by chtěli učinit, ale z různých důvodů toho nejsou v reálném životě schopni, o čemž bude řeč ještě dále.

Pro vymezení pojmů, které budu dále užívat v kontextu psychoterapie jsem si vybrala pojmy z knihy Vladimíra Vavrdu *Otázky soudobé psychoanalýzy*. Budu užívat termíny *pretend modus* a *modus psychické ekvivalence*, *přechodové objekty* a *potenciální prostor*. Vavrda (Vavrda, 2005) užívá tyto termíny převážně u dětí v kojeneckém a batolecím věku, avšak uvádí i příklady z terapeutické praxe s dospělými jedinci, proto se domnívám, že tyto termíny nejsou určeny pouze pro období dětství, ale mohu je použít i při vymezení teoretického rámce při práci s dospělými klienty v terapii.

### **Potenciální prostor**

Potenciální prostor zachycuje podle D. Winnicotta (in Vavrda, 2005) oblast prožívání mezi realitou a fantazií. Vymezuje jej jako oblast hry, psychoterapie, tvořivosti, přechodových fenoménů a „kulturální“ zkušenosti a leží mezi vnitřní psychickou realitou a vnější (skutečnou) realitou. Jedná se o naladění – v prvotním kontaktu dítěte na matku – jednoho člověka na druhého, či druhé, a sdílení stejných mentálních obsahů, které jsou nehmotné.

#### *Potenciální prostor v kontextu RPG:*

Pro hraní RPG je velmi důležité, aby všichni účastníci skupiny byli naladěni na stejný obsah, který je pro ně však jen symbolický. Sdílejí společné mentální reprezentace, které si sami během hraní vytvářejí a kterých se dále drží. Potenciální prostor, který si hráči v průběhu hry plní novými obsahy, se drží na pomezí mezi realitou a fantazií.

### **Přechodové objekty**

Přechodové objekty úzce souvisí s Potenciálním prostorem. Winnicott říká (1998), že přechodové objekty jsou prvním ne-já vlastnictvím dítěte, které má na dítě konejšivý účinek. Vavrda dále upřesňuje, co jsou nebo mohou být přechodové objekty konkrétně.

Bývají to pro děti snadno dostupné předměty, snadno rozpoznatelné od jiných, které získávají specifickou důležitost za podmínky dobře fungujícího primárního objektu. (Primárním objektem je zde myšlena nejčastěji matka jako pečující osoba.) Vavrda uvádí, že přechodový objekt pak nenáleží ani vnější realitě, ani vnitřní psychické realitě, nýbrž stojí na jejich pomezí, neboť zastupuje matku a má tedy symbolický charakter, který náleží vnitřní psychické realitě, ale zároveň je nutnou podmínkou jeho fyzický charakter, čímž náleží do vnější reality.

Přechodové objekty v podstatě nahrazují nepřítomnost něčeho důležitého pro člověka, mají charakter zástupce – zvolený přítomný přístupný objekt nahrazuje nepřítomnost jiného důležitého nepřítomného a nepřístupného objektu.

#### *Přechodové objekty v kontextu RPG:*

V příběhu lze používat nakreslené mapy, předměty, hudbu, apod., aby došlo ke zviditelnění hraného příběhu. Domnívám se, že dané předměty lze nazývat přechodovými objekty, neboť zastupují symbolicky hranou realitu. Forma přechodových objektů v rámci hraní RPG může být různá. Může se jednat o mapy, které usnadňují hráčům orientaci v příběhu – vidí, kde se aktuálně nacházejí a kam směřují, příp. kam směřuje celý příběh. Hráči si také mohou zvolit zástupné objekty pro jednotlivé postavy, které v příběhu vystupují – za sebe a další účastníky příběhu. Celý příběh pak může vypadat téměř jako zvláštní forma Člověče, nezlob se. Dále budu použité předměty ve skupině nazývat přechodovými objekty, neboť symbolicky zastupují mentální reprezentaci, která náleží vnitřní psychické realitě, a zároveň mají fyzický charakter, tudíž náleží vnější realitě. Prostřednictvím těchto přechodových objektů, užitých během terapie RPG, mají hráči možnost sdílet názorně svůj potenciální prostor ve skupině.

#### **Integrace modu psychické ekvivalence a pretend modu**

Vavrda uvádí, že koncept modu psychické ekvivalence a pretend modu uvedli do psychoanalytické literatury Fonagy a Targetová (in Vavrda, 2005). Uvádějí, že zážitek reality má u malých dětí duální charakter.

### ***Modus psychické ekvivalence***

Podle Vavrdu (2005) jsou většinou děti schopny uvažovat přímo, v tzv. modu psychické ekvivalence, kde je vše vnímáno jako skutečnost, jako přímý otisk reality. Všechny ideje a pocity jsou vnímány jako přesně odrážející okolní svět. Když něco nějak vypadá, tak to tak také je.

### ***Pretend modus***

Vavrda (2005) zároveň říká, že děti jsou však schopné operovat i v tzv. pretend modu, kde nejsou reprezentace bezprostředně spojovány s realitou. Tyto operace lze pozorovat ve hře, kde je vše „jenom jako“ a děti až nadměrně lpí na oddělování skutečnosti a hry.

### ***Reflektivní modus psychické reality***

Vavrda (2005) uvádí, že kolem čtvrtého až pátého roku dochází k integraci *modu psychické ekvivalence* a *pretend modu* do tzv. *reflektivního modu psychické reality*, což umožňuje dítěti přemýšlet o své zkušenosti novým způsobem. Aby bylo možné dosáhnout integrace obou modů, je důležité, aby byly okamžité myšlenky dítěte reprezentovány v mysli (nejčastěji) dospělého člověka v rámci orientovaném na realitu. Dítě si potřebuje hrát tak, aby vědělo, že jde o hru.

Vavrda uvádí, že ještě než dojde k integraci do *reflektivního modu psychické reality*, může být tomuto procesu na obtíž, že dítě může v *pretend modu* zpracovávat traumata a vnášet je tak do hry. Vzhledem k faktu, že dítě může trauma (např. umrtí jednoho z rodičů) sdílet společně s dospělým, od nějž vyžaduje reprezentaci svých myšlenek v jeho mysli, může dojít k tomu, že dospělý neudrží zpracovávání traumatu v *pretend modu* a hra má tak dopad do reality. Pro dítě je jednodušší zpracovat trauma v *pretend modu*, který nemá vztah k realitě, a nemůže tak dítě ohrozit.

### ***Integrace modů v kontextu psychoterapie v rámci RPG:***

Pro účely této práce je pochopení významu integrace obou modů klíčové, a to především proto, že má velký význam nejen vůči hře, ale i vůči psychoterapii.



Na rozdíl od psychoterapie jako takové (zaměření psychoterapie zde výjimečně nehraje roli) dává psychoterapie v rámci RPG citelné hranice mezi skutečnou realitou a fikčním světem. V rámci psychoterapie si je klient (obvykle) vědom, že se jedná o bezpečný prostor, v němž může nechat prostor myšlenkám, které do reality mimo psychoterapii „nepatří“, nicméně změnou prostředí (světa, reality), v němž se psychoterapie odehrává, je vytyčena hranice potenciálního prostoru a vsazena přímo do *pretend modu*.

Vavrda uvádí, že při zpracování traumatu je u dětí překročení hranice *pretend modu* s důsledky do reality nežádoucí. Přestože nejsem psychoterapeut, a s psychoterapií mám jen „načtené zkušenosti“, domnívám se, že u dospělých jedinců, kteří již mají integrovaný *reflektivní modus psychické reality*, je překročení hranice *pretend modu* spíše žádoucí – obzvláště pro dále navrhovaný předvýzkum.

Koncept psychoterapie v rámci RPG je navržen tak, aby si klienti v bezpečném prostoru mohli vyzkoušet kroky, které nejsou v běžném životě schopni učinit. Domnívám se, že kdyby si členové skupiny některé kroky vyzkoušeli a tato akce neměla následky ve skutečném světě, tudíž by nedošlo v jisté míře ke kolapsu *pretend modu*, jednalo by se čistě o hru, a ne o psychoterapii.

## 2.2. Mentální schéma příběhu

Vladimír Chrz uvádí mentální schéma příběhu J.M. Mandlera (Chrz, 2007), které bych ráda užila pro ilustraci toho, jak probíhá příběh v rámci hraní RPG, i v rámci psychoterapie v rámci hraní RPG:

- a) **situace**, kterou nastavuje Pán jeskyně na počátku skupinového setkávání
- b) **postavy**, které si v rámci RPG vytvářejí hráči
- c) **počáteční událost**, kterou Pán Jeskyně začíná příběh RPG
- d) **cíl**, kterého se snaží skupina dosáhnout
- e) **pokusy dosáhnout cíle**, které spočívají v jednotlivých akcích hráčů
- f) **výsledek (úspěch nebo selhání)**, jako výsledek akcí hráčů

Tímto mentálním schématem příběhu se inspirované i dále předkládaný předvýzkum.

## 2.3. Žánr hry

V rámci uchopení tématu RPG se domnívám, že nestačí pouze již uvedené vymezení RPG jako hry, ale je důležité uchopit téma RPG jako žánru. V této části práce uvedu předběžné vymezení žánru Vladimíra Chrze, které uvádí v knize Možnosti narativního přístupu v psychologickém výzkumu. Jednotlivé body vymezení doplním ještě vymezením v kontextu RPG (dále „RPG:“) a v kontextu psychoterapie (dále „Psychoterapie:“)

Chrz vymezuje charakteristiky žánru takto (Chrz, 2007):

- a) **Obecnost** znamená, že žánr je vždy něco obecného a komplexního, co je naplňováno specifickým obsahem a poukazuje jedinečně k obecnějšímu.
  - RPG: žánr RPG je obecně vzato spojen s literárním žánrem fantasy literatury, kdy činnost fiktivních postav hráčů plní stanovené cíle Pána jeskyně
  - Psychoterapie: RPG tvoří obecný rámec bezpečného prostoru, který je v průběhu hry naplňován individuálními obsahy v rámci psychoterapeutického procesu
- b) **Generativnost** znamená, že každý žánr odkazuje k tomu, jak mu má být rozuměno; představuje kód, sestávající z pravidel jak pro konstrukci, tak pro porozumění.
  - RPG: hraní RPG je víceméně podmíněno alespoň částečnou znalostí prostředí světa, v němž se příběh odehrává, a proto jsou hráčům implicitně známa pravidla a kódy, jak situacím, které vytváří Pán jeskyně, porozumět
  - Psychoterapie: členové skupiny jsou seznámeni s fungováním světa i s cíli psychoterapie, a tudíž tuší, jak mají předkládaným situacím rozumět
- c) **Integroující funkce** znamená, že žánr dává zkušenosti určitou souvislost, směřování a celkový tvar; integruje zápletku, postavy a další prvky do určitého vzorce.

- RPG: vzorec RPG spočívá v hráčům známém prostředí, pravidlech fungování světa, postav, které mají specifické dovednosti a zápletkách, s nimiž svým způsobem hráči počítají
  - Psychoterapie: členové skupiny jsou si vědomi toho, proč do skupiny vstoupili, kam záměry Pána jeskyně směřují, čeho by mělo být (v ideálním případě) během psychoterapie dosaženo
- d) **Sdílenost** znamená, že zkušenost je sdílená v rámci společenství.
- RPG: v rámci herní skupiny je sdílení zkušenosti založené na sdílených mentálních reprezentacích aktivit, které se ve skupině v rámci příběhu odehrávají
  - Psychoterapie: všichni členové sdílejí nejen příběh, v němž se psychoterapie odehrává, ale také záměry Pána jeskyně, proč pravděpodobně některé zápletky do příběhu staví
- e) **Vzorec dávání významu** znamená, že prostřednictvím narativní konstrukce (která je nástrojem žánru) jsou jednání a prožívání vřazeny do určitého typu srozumitelné souvislosti.
- RPG: všichni hráči ví, o co se v příběhu bude jednat a rozumí prvkům, které v příběhu vystupují, chápou jejich funkci
  - Psychoterapie: nejen že členové skupiny ví, o jaký se bude přibližně jednat příběh, ví také, z jakého důvodu jsou ve skupině, a proč Pán jeskyně jednotlivé prvky do příběhu staví
- f) **Horizont očekávání** znamená, že během příběhu lze na podkladě daného typu žánru alespoň částečně předpovídat, co by mělo následovat, kam by se měl příběh ubírat.
- RPG: v RPG je předpoklad, že příběh směřuje k nějakému dobrodružství, ke splnění úkolu, příp. plnění dílčích úkolů, které ke splnění „hlavního“ úkolu směřují
  - Psychoterapie: hráči ví, že vstoupili do skupiny, aby zkusili změnit něco ve svém životě, a že psychoterapie k tomuto cíli směřuje a že využívá plnění dílčích úkolů jako nástroje pro dosažení změny

g) **Režim pravděpodobnosti (přesvědčivosti)** znamená, že žánr je specifickým způsobem, kterým typ výpovědi přesvědčuje o své podobnosti se životem.

- RPG: RPG je jednou z her nejvíce podobných skutečnému životu, neboť kopíruje principy života, na jejichž znalosti je hra v podstatě založena, přestože se ve hře mohou objevovat (a nečíska objevují) principy, které mají se skutečným životem málo společného – nicméně tyto principy jsou hráči „tolerovány“ či přímo vítány jako zpestření všedních principů
- Psychoterapie: Psychoterapie v rámci hraní RPG by měla do jisté míry kopírovat skutečný život, ale hráči by měli mít stále na paměti, že se jedná o hru ve fiktivním světě

h) **Intencionalita** znamená, že každý žánr má svou určitou specifickou podobu zaměřenosti, jednání je založeno na specifických úmyslech.

- RPG: v RPG je úmyslem dosáhnout vytčeného cíle, zažít dobrodružství, splnit úkol; hra je zaměřena na akce členů skupiny, které vedou k naplnění stanovené mise
- Psychoterapie: záměr jednání během psychoterapie v rámci RPG příběhu je zřejmý (je oboustranně vyjasněn při vstupu členů do skupiny) – změna kvality života

## 2.4. Typ hry

RPG je možné hrát ve dvou (zatím známých a již poměrně rozšířených) modifikacích – buďto ve skupince hráčů v přímém fyzickém kontaktu, nebo v kontaktu nepřímém na počítači.

### **Nepřímý kontakt hráčů:**

Novějším způsobem hraní RPG je virtuální podoba hry přes počítač, nejčastěji přes internet, kdy se hráči napojí do tzv. místnosti, v níž probíhá hra, ze svého počítače a fiktivní realita je sdílena prostřednictvím virtuální počítačové hry, kdy dalšími účastníky nejsou počítačem řízené figury, ale další hráči. Různé varianty této podoby

RPG jsou možné - např. podoba Pána jeskyně jako živé osoby, nebo naopak realita řízená naprogramovaným příběhem; možnost vstupu do hry kdykoli během příběhu, nebo naopak pevně ohraničená trvalá skupina hráčů; atd. Možnosti hraní RPG přes počítač v nepřímém kontaktu jsou v dnešní době již téměř neomezené, a proto zde tuto možnost pouze zmiňuji, ale nebudu se jí dále zabývat, neboť pro účely této práce není tento typ hry významný.

### **Přímý kontakt hráčů:**

Starší variantou hraní RPG je hra v přímém kontaktu hráčů i Pána jeskyně. Jedná se o skupinku hráčů, kteří se (většinou) dopředu znají a rozhodnou se pravidelně scházet se v předem určeném čase na předem určeném místě (kterým bývá obvykle domov jednoho z hráčů). Hráči se předem domluví, – většinou na základě herních zkušeností – kdo bude Pánem Jeskyně. Mluvím-li v dále v této práci o skupině, hraní RPG apod., mám na mysli tuto formu hraní RPG, neboť od tohoto principu hraní se odvíjí všechny další úvahy o terapeutickém potenciálu RPG.

V přímém kontaktu existuje ještě další varianta hry, tzv. LARP, kdy se hráči sejdou a provozují hraní RPG, nicméně nesdílejí realitu jako společně mentálně reprezentovanou fikci, ale jako fiktivní skutečnost v pravém slova smyslu, neboť na chvíli (většinou na několik dní) přijímají identitu postavy se vším všudy. Hráči se schází na ohraničeném místě, které od té chvíle představuje prostor fiktivní reality (např. v lese) a nesdílejí mentální reprezentaci jednání postavy, ale přímo tak jednají – oblečení, vyzbrojení a ozdobení jako „skutečné“<sup>2</sup> postavy. Tímto fenoménem v rámci RPG se v této práci také zabývat nebudu, - neboť také nenaplnuje účely této práce – přestože se jedná o téma velmi zajímavé a možnosti tohoto přístupu k hraní RPG by jistě bylo možné užít i v psychoterapii.

### *Typ hry v kontextu psychoterapie:*

Pro účely psychoterapie je, domnívám se, nejvhodnějším uspořádáním skupiny přímý kontakt účastníků navzájem i s Pánem jeskyně. Pán jeskyně je v případě psychoterapie terapeutem, který vede skupinu podle principů RPG hry, a snaží se hráče

---

<sup>2</sup> Nejedná se o postavy skutečné, ale pouze vnímané jako skutečné.

dovést k cílům, které nejsou jen cíle příběhu, ale jsou především cíli jednotlivých hráčů (i celé skupiny) v rámci psychoterapeutického působení.

## **2.5. Mechanismy hry**

V následující části práce se pokusím shrnout některé (dle mého názoru) snad nejdůležitější mechanismy hry, které prostupují celým procesem hraní. Inspirací pro tuto část práce byla diplomová práce Kateřiny Pekárkové *Mediace významu ve hrách na hrdiny*.

### **Participace**

Důležitým předpokladem hry je, že se budou hráči na příběhu sami aktivně podílet. (Pekárková, 2008) Příběh sice rozehrává a dále vede Pán jeskyně, ale hráči vnášejí do hry vlastní potenciál pro řešení akcí a pro překonávání překážek. Příběh, a tudíž celá herní situace, je založena na spoluúčasti jednotlivých členů skupiny.

#### *Participace v kontextu psychoterapie:*

Domnívám se, že jedním z nejpodstatnějších rysů psychoterapie je vlastní spoluúčast na řešení problému. Domnívám se, že (s výjimkou několika málo případů) nelze v terapii klienta k ničemu nutit, k ničemu jej přimět, aniž by se sám nepodílel na daném rozhodnutí. V rámci psychoterapie je participace nutnou podmínkou k provedení jakéhokoli kroku.

### **Spolupráce**

Spolupráce hraje v RPG také důležitou roli. Pán jeskyně zadává úkoly celé skupině, přičemž se každý člen skupiny podílí na řešení zadaného úkolu těmi prostředky, kterými disponuje. Každý hráč má jiné dispozice k řešení úkolů (např. někdo je mág a užívá kouzla, někdo je válečník a užívá fyzickou sílu, atd.), a proto je nutné, aby hráči spolupracovali a každý užil těch dovedností, kterými disponuje, a které jsou v daném případě dosažitelné a nejúčinnější. Pán jeskyně zadává většinou úkoly k řešení na

základě znalostí hráčů a znalostí jejich dispozic. (Nezřídka je ovšem i on překvapen originálním řešením úkolu ze strany skupiny.)

#### *Spolupráce v kontextu psychoterapie:*

Spolupráce je nejen důležitým prvkem každé hry, v níž každý hráč zastává určitou roli ve skupině, a tudíž může být cíle dosaženo jen spoluprací všech členů dohromady, ale důležitým prvkem také v psychoterapii, kdy hraje podstatnou roli dynamika skupiny. Jak bude uvedeno níže skupina se vyvíjí, a v určitém okamžiku pro ni hraje spolupráce podstatný význam v terapii a v posunu jednotlivých hráčů (klientů) ke svému cíli. Terapeut zadává úkoly jak pro celou skupinu, která se přibližně stejným podílem sil každého hráče podílí na řešení, tak pro jednotlivce, kdy je jeden z členů skupiny hlavním řešitelem a ostatní jej provází a podporují.

#### **Prvek náhody**

Celá hra je víceméně řízena prvkem náhody v podobě hodu kostkou. Pro hraní se používají dva typy kostky – šestistěnná a desetistěnná. Desetistěnná kostka se užívá pro rozhodnutí, zda se plánovaná akce vůbec zdaří či nikoli, šestistěnná kostka je užívána pro akce formou boje, na kolik je síla úderu podařená. PJ ztvárňuje ve hře protivníka hráčům a porovnává svůj hod kostkou s hody hráčů. Podle hodnot na kostkách vržených se rozhoduje, zda se akce podaří, zda úder protivníka zasáhne apod. Není dopředu dáno např. 1-5 bodů na kostce = akce se nepodařila a 5 – 10 bodů = akce se podařila, vždy záleží na hodu PJ, který zde působí jako kontrolní faktor úspěšnosti akce.

#### *Prvek náhody v kontextu psychoterapie:*

Zaměříme-li se na terapeutické využití RPG her, měla by být užívána převážně kostka deseti-stěnná, neboť je důležité v terapeutické hře převážně činit rozhodnutí v určitých situacích. Domnívám se, že je důležitý právě prvek náhody v podobě hodu kostkou, neboť se tak vylučuje plánování reakce nejen klienta, ale i objektu, který je stavěn ve hře jako překážka. V rámci vymezených pravidel je klientovi odebrána možnost v průběhu hry reagovat např. „Ale tohle by on(a) neudělal(a)...“ apod.

### **Zkušenostní body**

Za každou akci, kterou hráči vykonají, jsou hráčům Pánem jeskyně prisuzovány tzv. zkušenostní body, které v určitém okamžiku hry Pán jeskyně hráčům přidělí – čím více akcí (a čím více zdařených akcí), tím více zkušenostních bodů je hráči prisouzeno. V tomto okamžiku vystupuje hra ze svého příběhu zpět do skutečné reality a hráči upravují své postavy podle přidělených zkušenostních bodů – mohou např. zvýšit některou ze svých dovedností, koupit si nové nástroje apod. Zkušenostní body odkrývají hráčům nové možnosti ve hře. Postavy hráčů se vyvíjí na základě zkušeností podobně jako osobnost člověka ve skutečném světě.

#### *Zkušenostní body v kontextu psychoterapie:*

Zkušenostní body mají v rámci psychoterapeutického působení v rámci hraní RPG dvojí funkci. Za prvé vnášejí do hry punc reality, v níž se člověk na základě zkušeností stává zralejším a schopnějším akcí, které dříve vykonat nemohl, a za druhé mají motivační charakter k vykonávání dalších akcí.

### **Pravidla**

O pravidlech hry byla řeč již na začátku této práce, nicméně považuji za důležité zmínit se o nich ještě znovu v této části práce, aby bylo patrné, že pravidla nejenže ve hře existují, ale že je považuji za jeden z principů samotné hry. Pravidla jsou vymezena v RPG poměrně přesně – je stanoveno, kdo co a za jakých podmínek smí vykonat a hod kostkou určí, zda se akce podařila či nikoli. Asi nejpodstatnějším (a patrně ve skupině málokdy vyslovovaným pravidlem) je pravidlo, že každý hraje za určitou postavu s určitými schopnostmi a dovednostmi, a že postavy směřují k dosažení určitého cíle.

#### *Pravidla v kontextu psychoterapie:*

Znají – li členové skupiny pravidla, kterými se bude dále hra řídit, usnadňuje jim to také orientaci v procesech ve skupině – ať už se jedná o procesy odehrávající se ve hře, nebo mimo hru ve skupině mezi jednotlivými členy a členy a terapeutem. Znalost pravidel hry usnadňuje také vytvoření bezpečného prostoru pro psychoterapii.



### **Uzlové body**

Pán jeskyně by měl mít poměrně jasnou představu o scénáři hry, o tom, kam by hra měla směřovat, čeho by mělo být v průběhu hry dosaženo. Je proto třeba, aby bylo sestaveno základní schéma příběhu – scénář, který Pán jeskyně členům skupiny po kouskách nabízí. Toto schéma v sobě zahrnuje nejen rámcově nastíněnou cestu, jakou by se příběh mohl ubírat, ale také prvky, které mohou členové skupiny využívat – a to i takové, které zpočátku do příběhu nepatří. Např. rozhodnou-li se hráči, že jejich herním světem bude soudobá realita, mohou jim být postupem času nabídnuty elementy, které ve skutečné realitě nejsou možné (např. kouzla, nadpřirozené bytosti,...). V každém okamžiku hry by však měl mít Pán jeskyně ujasněno, proč daná akce nastala, a kam by měla směřovat.

Vzhledem k aktivní účasti hráčů v příběhu, nemůže Pán jeskyně předvídat všechny kroky a změny, které v příběhu nastávají. Vývoj příběhu závisí na aktivitě hráčů, na jejich rozhodnutí, na náhodě v podobě hodů kostkou. Uzlové body jsou styčnými okamžiky hry, kterých by měla skupina dříve či později dosáhnout. Často směřuje Pán jeskyně skupinu k určitému uzlovému bodu, ale naskytnou se další akce a další hráčské situace, které dosažení uzlového bodu oddalují. Pán jeskyně by měl však mít na paměti, kam příběh směřoval původně a nenechat se strhnout skupinou a v příběhu se ztratit.

#### *Uzlové body v kontextu psychoterapie:*

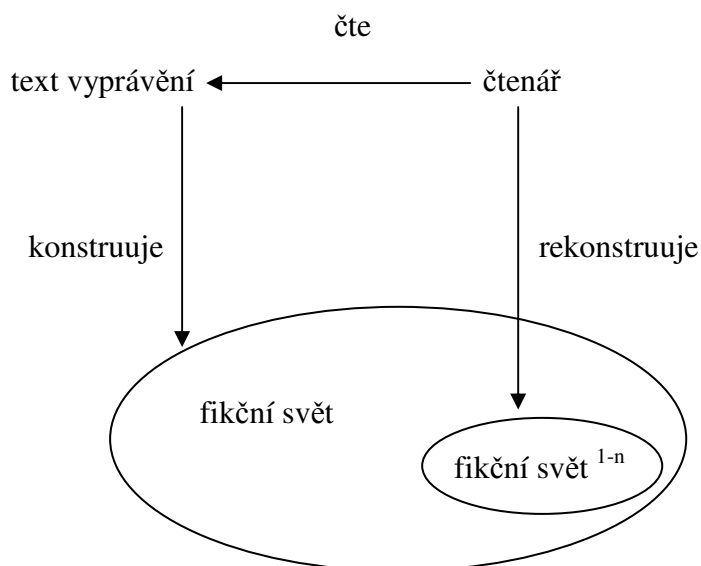
Aby terapie byla pro klienty co nejúčinnější a aby došlo k naplnění cílů, každý příběh by měl mít určité záchytné body, kterých se terapeut drží. Jedná se o krizové momenty ve skutečném životě klientů, o nichž se terapeut dozvěděl při individuálním pohovoru, jak bude uvedeno dále. Uzlové body jsou startovní čarou pro začátek řešení krizového momentu v rámci hraní RPG. Uzlové body nejen že pomáhají Pánu Jeskyně udržet smysluplný příběh, na který měl možnost se částečně připravit, ale hlavně dávají pevný rámec klientům v průběhu terapie, obzvláště v případech, kdy nebudou vědět, jak v příběhu pokračovat dál.

Do scénáře patří též možný konstantní začátek každého sezení, např. relaxací, uvolněním a může tak být rituálem pro přechod do herní reality. (viz příloha č. 3)

## 2.6. Popis herní situace

Herní situace v RPG znamená situaci, v níž se hra odehrává – každá akce, kterou hráči vykonávají (většinou na popud Pána jeskyně) je zakotvena ve skupině hráčů. Pro přiblížení popisu herní situace využiji rozvedení jedné části modelu komplexní komunikace v rámci literární transdukce Lubomíra Doležela, který rozvádí Tomáš Kubíček v knize *Vypravěč – Kategorie narativní analýzy*.

Kubíček rozvádí jednu část Doleželova modelu<sup>3</sup> následovně (Kubíček, 2007, str. 179):

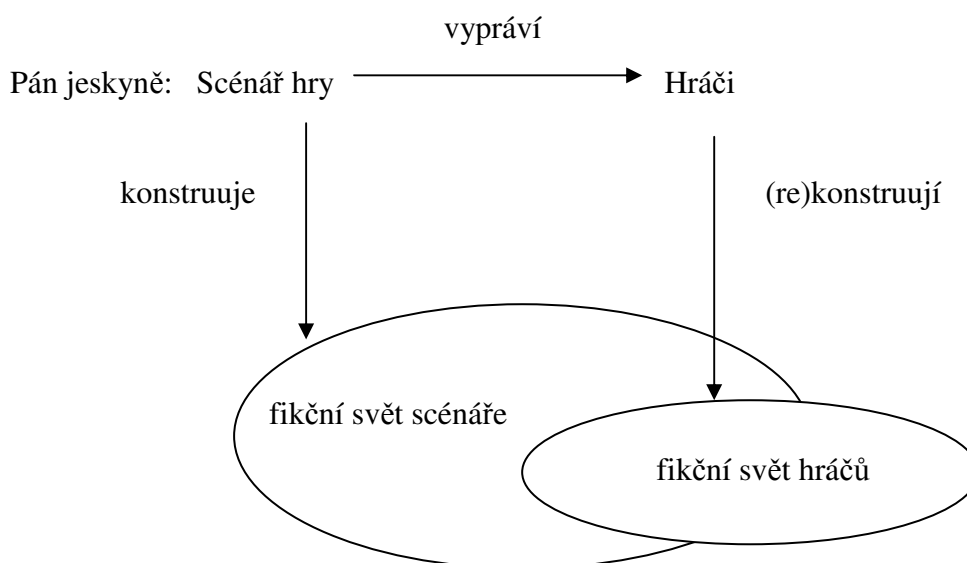


Kubíček uvádí, že v literárním díle je fikční svět rekonstruovaný čtenářem podmnožinou fikčního světa autora textu. Přestože fikční svět konstruovaný čtenářem nepokrývá celou rozlohu fikčního světa textu, stává se fikční svět fikčním světem teprve v okamžiku čtenářovy rekonstrukce.

Ráda bych tento model využila při popisu herní situace v rámci RPG:

---

<sup>3</sup> Celý Doleželův model je uveden v: KUBÍČEK, T.: *Vypravěč. Kategorie narativní analýzy*. Host. Brno 2007. ISBN 978-80-7294-215-2, str. 179



Pán jeskyně vytvoří příběh, který předává hráčům. Má vytvořen scénář hry, s uzlovými body, které jsou pro příběh rozhodující (a o kterých bude řeč dále), a tento scénář začíná vyprávět hráčům. Hráči se nejprve seznamují s příběhem a poté vždy se situací, do níž se hráče snaží Pán jeskyně vnést. Pán jeskyně má hrubou představu o vývoji následujícího dění v příběhu, neboť do něj hráči aktivně zasahují a konstruuji tak děj společně s Pánem jeskyně, zatímco zároveň rekonstruuji představy Pána jeskyně nastavené ve scénáři. Na podkladě fikčního světa scénáře, tak vytvářejí fikční svět hráčů, který sice vychází ze scénáře, ale může se stát, že se dostane mimo scénář Pána jeskyně. Přestože příběh „vykolejil“ ze scénáře Pána jeskyně, patří do fikčního světa hráčů a do děje vůbec.

#### *Herní situace v kontextu psychoterapie:*

Terapeut coby Pán jeskyně nastavuje příběh pro členy skupiny tak, aby co nejvíce odpovídal jejich potřebám a aby zohlednil prvky v životě klientů, kterými se bude skupina zabývat. Terapeut nechává prostor pro svobodné rozhodování klientů, pro jejich možnosti volby. Může sice v příběhu předestřít možné cesty k vyřešení problémů, ale v konečném důsledku závisí pouze na členech skupiny, jaké bude jejich konečné rozhodnutí, a jakým způsobem rekonstruuji představy terapeuta o akčním světě.

## 2.7. Účastníci hry

Každá hra potřebuje někoho, kdo by se jí zúčastnil. V případě RPG se jedná pouze o Pána jeskyně jako vedoucího skupiny a o několik hráčů jako skupinu, kterou Pán jeskyně vede. Lze konstatovat, že v RPG existují kromě rolí hráčů ve skupině a vedoucího skupiny ještě role rozhodčího, kterou ovšem zastává Pán jeskyně, role protivníků hráčů, kterou zastává také Pán jeskyně, a role diváků, kterou zastávají jak Pán jeskyně, tak také samotní hráči.

### Pán jeskyně

Pán jeskyně má ve hře nezastupitelnou úlohu. Celý děj a směřování příběhu závisí v podstatě na něm – sice se do hry aktivně zapojují i hráči, ale nejprve musí dostat prvotní podnět od Pána jeskyně. Pán jeskyně má předem částečně načrtnutý příběh, scénář hry, a cíl, kam chce hráče v příběhu posunout. Hráči se aktivně podílí na tvorbě příběhu svými akcemi, ale Pán jeskyně stále udržuje směřování děje ke stanoveným cílům.

Kromě role **scénáristy** příběhu Pán jeskyně nestanovuje jen směřování příběhu, ale také působí jako „protiprvěk“ ve vztahu k hráčům. Učiní-li hráč jakoukoli aktivitu, vždy v každé akci figuruje Pán jeskyně coby kontrolní prvek. Lze stanovit dvě oblasti, v nichž je Pán jeskyně kontrolním prvkem:

- a) jako **posuzovatel**, zda se akce hráče podařila, a s jakým výsledkem
- b) jako **protivník**, vykonávající protiakce vůči hráčům

Pán jeskyně tvoří druhou stranu příběhu, v níž zastává nespočetné množství rolí, resp. počet rolí odpovídá počtu protivníků, které postaví hráčům do cesty, plus jedna role hodnotitele akcí hráčů.

V případě, že se plánovaná akce hráči nezdaří, protnou se role Pána jeskyně coby scénáristy a coby kontrolního prvku, a stanovuje, co se stane s hráčem dále. Tyto akce se neustále opakují během hry, a je na nich v podstatě založen vztah mezi Pánem jeskyně a hráči.

Kromě těchto rolí je Pán jeskyně, jak již bylo řečeno, i divákem, který sleduje akce hráčů a nechává se jimi často do jisté míry překvapit.

*Pán jeskyně v kontextu psychoterapie:*

Pán jeskyně je v případě vedení skupiny psychoterapeut, který vede skupinu hráčů, coby skupinu klientů, kteří přicházejí do terapeutické komunity. Pomocí příběhu, který terapeut nastavuje přesně podle potřeb hráčů i celé skupiny se snaží skupinu dovést k určitému cíli, který by měl ve svém důsledku působit jako změna kvality života jednotlivých hráčů.

## **2.8. Hráči**

I hráči mají v příběhu nezastupitelnou roli. Pro ně je koncipován příběh Pánem jeskyně a oni jej tvoří spolu s ním. Hráči však v příběhu nevystupují sami za sebe, ale za postavu, kterou si vytvoří. Tvorbou postavy celá hra začíná, neboť si hráči určují, za jakou postavu budou hrát (např. elf, trpaslík,...), jaký bude mít charakter, jaké schopnosti, jaké dovednosti, atd.

Všechny akce, které bude hráč za postavu vykonávat vycházejí právě z těchto určených charakteristik. Tvorba postavy má určitá pravidla a specifika, o nichž bude řeč dále.

Domnívám se, že kdyby nebyly vytvořeny fiktivní postavy, které v příběhu vystupují, ale hráči by hráli sami za sebe, mohla by být vytvořena (nemedializovaná) podoba reality show, které jsou známy z televizních obrazovek, a kde Pánem jeskyně je tým scénáristů dané televize, a hráči vystupují (dle svých možností) sami za sebe a za to, co skutečně jsou a následně se se stejnou identitou vrací do běžného života.

*Hráči v kontextu psychoterapie:*

V psychoterapii se hráči stávají klienti psychoterapie, kteří do skupiny přichází s určitou situací, kterou nejsou schopni sami v běžném životě překlenout běžnými prostředky, které jsou mimo rámec psychoterapie, kterou vyhledali. Stávají se členy terapeutické skupiny, která je seznámena s principy RPG a s principy psychoterapeutického procesu v rámci RPG. O sestavení skupiny a výběru hráčů bude řeč v další části této práce.

### **3. Návrh předvýzkumu**

Zatím byly vymezeny teoretické části výzkumu, z nichž by měl vycházet výzkum v praxi. Jak bude blíže osvětleno v poslední části této práce, výzkum samotný se bohužel nepodařilo plně zrealizovat. Důvody, proč se nepodařilo sestavit skupinu, s níž by byl výzkum proveden, jsou uvedeny také v poslední části práce. Přestože se nepodařilo výzkumné cíle naplnit s klienty, a tudíž nedošlo k ověření stanovených hypotéz, záměrů a cílů výzkumného projektu, doufám, že se to podaří v dalších letech. Z tohoto důvodu je další část práce věnována předvýzkumu, který popisuje návrh, cíle a průběh terapeutického působení v rámci hraní RPG.

Koncept předvýzkumu je zaměřen na možnost klientů vyzkoušet si v bezpečném prostoru hry kroky, které nejsou schopni učinit v reálném životě. Prostor hry by měl zpřístupnit klientům možnosti, které se jim dosud zdály nereálné.

#### **3.1. Členění procesu psychoterapie**

Jako úvod do předvýzkumu bych ráda uvedla koncept celého procesu psychoterapeutického působení. Než budu dále rozvádět navrhovaný koncept, chtěla bych zmínit rozdělení fází psychoterapie, k čemuž použiji rozdělení technik podle fází psychoterapie autorů Geralda Coreyho, Marianne Schneider Corey, Patricka Callanana a J. Michaela Russella, které uvádějí v knize *Techniky a přístupy ve skupinové psychoterapii*. (Corey, Corey, Callanan, Russell, 2006)

Autoři Corey, Corey, Callanan a Russell rozdělují fáze psychoterapie na fázi přípravnou, úvodní, přechodovou, pracovní a závěrečnou, resp. takto dělí používané techniky v procesu psychoterapie, které víceméně korelují s dělením fází skupiny Stanislava Kratochvíla, jak bude popsáno dále. Kratochvílovo dělení fází skupiny je popisem vývoje dynamiky ve skupině, kdežto autoři Corey, Corey, Callanan a Russell popisují komplexní proces fází psychoterapie. V následujícím textu se pokusím stručně

shrnout popis fází uvedených autorů. Kratochvílovo dělení vývoje skupiny uvedu v textu později, až se budu zabývat konkrétně tvorbou skupiny. Obě dělení jsem již využila v jiné své seminární práci, z níž jsem podstatnou část následujícího textu využila, a jen drobně upravila.

### ***Techniky v přípravné fázi***

V přípravné fázi je důležité si vůbec zajistit členy, kteří budou do skupiny přijati a instituci, která bude skupinovou terapii zaštit'ovat. Teprve potom je možné přijímat členy do skupiny.

Na začátku je důležité formulovat cíle skupiny, časový rámec a formu, jakou bude terapie probíhat.

### ***Techniky v úvodní fázi***

V úvodní fázi, kdy se členové skupiny téměř vůbec neznají, je dobré užít na začátku techniky, které seznámí členy skupiny se sebou navzájem. Může se jednat o vlastní představení či utvoření dvojic a představení druhého člena. Důležitými technikami pro začátek důvěry ve skupině je dobré zaměřit se na události nejen uvnitř skupiny, ale i vně. Mluvit o tom, co se děje ve skupině, ale i tom, proč se jednotliví členové rozhodli do skupiny vstoupit. Zaměřit se na obavy, proč nechtějí členové skupiny o sobě mluvit, jaké vlivy pociťují ze strany ostatních členů skupiny. Je důležité také dbát na techniky při zahájení sezení a při jeho ukončování.

### ***Techniky v přechodové fázi***

Vymezení přechodové fáze je typické tím, že se začíná rozhýbávat dynamika skupiny, začínají vznikat první konflikty a je důležité soustředit se na jednotlivé členy a na problémy, které vyplývají z jejich působení ve skupině a na konflikty mezi nimi. Je dobré zaměřit se na zkoumání odporu a obav např. technikami, které umožní členům skupiny otevřít se skupině a překonat svůj ostych a zároveň dát smysl tomu, proč je důležité o svých vnitřních, ale i o vnějších, konfliktech mluvit.

### ***Techniky v pracovní fázi***

Pracovní fáze se vyznačuje tím, že skupina začíná své problémy řešit, začíná systematicky pracovat. V této fázi se začínají objevovat nová témata pro skupinu, témata, která mají většinou silný emocionální náboj. Je důležité se zaměřit právě na práci s emocemi, které jsou stěžejním rámcem témat. Techniky, které lze v takových případech užít, se různí podle typu konfliktu, který členové mají. Zde začíná hrát důležitou roli téma snů. Do této fáze se nemusí dostat všechny skupiny.

### ***Techniky v závěrečné fázi***

Techniky v závěrečné fázi jsou zaměřeny především na ukončení sezení, ale hlavně na ukončení práce celé skupiny, resp. terapie. Efektivnost skupiny se posuzuje podle toho, do jaké míry a co jsou si členové schopni z terapie odnést. Na konci každého sezení by mělo být shrnutí všeho, co se na sezení dělo, příp. s plánem, jak poznatky ze sezení využít v praxi, např. sestavením plánu, jak postupovat v krizových situacích. Při ukončení skupiny jako takové je dobré členy včas upozornit na fakt blížícího se konce a prodiskutovat s nimi pocity, které z toho pro ně plynou. Při posledním sezení skupiny je dobré zdůraznit klíčové okamžiky ve skupině, specifikovat výsledky a plány a nacvičit nové role, s nimiž členové skupiny ze skupiny odchází. Není také od věci nechat skupinu zhodnotit práci terapeuta, např. formou anonymních dotazníků.

## **3.2. Členění procesu psychoterapie v rámci hraní RPG**

V dalším textu budu částečně vycházet z předchozího dělení fází vývoje skupinové psychoterapie, ale pro vymezení fází, jimiž se budu zabývat, použiji vlastní dělení, které je specifitěji bližší terapii pomocí hraní RPG. Víceméně se budu držet informací, které jsem uvedla (a načerpala) v předchozím textu, ale jednotlivé fáze od sebe oddělím v jiných místech.



Pro snadnější orientaci v předvýzkumu uvádím osnovu psychoterapie v rámci hraní RPG, která bude dále podrobněji popsána:

- a) Přípravná fáze
- b) Tvorba skupiny
  - a. individuální pohovory
    - rozhovor
    - čára života
  - b. stanovení uzlových bodů (a typu skupiny)
    - skupina úplně nesourodá
    - skupina zaměřená na stejné téma
    - skupina s nakombinovanými motivy
  - c. poznání se klientů navzájem
- c) Práce ve skupině
  - a. tvorba postav
  - b. tvorba světa
  - c. vlastní hraní příběhu

### **Přípravná fáze**

Přípravná fáze je v podstatě fází týkající se pouze terapeuta, neboť zde ve hře zatím nejsou žádní hráči. Přípravná fáze je čas, kdy má terapeut, budoucí Pán jeskyně, již stanovenou představu o terapii (příp. o výzkumu), a svou představu formuluje do určitého návrhu, který předkládá instituci, jejíž zaštitění by si pro svou práci přál.

Kroky terapeuta či výzkumníka by měly směřovat následujícím způsobem:

1. zajištění organizace (pokud nemá již spolupráci navázanou)
2. zajištění finančních prostředků (granty, dotace,...)
3. zajištění účasti klientů (alespoň předběžným slibem)

## **Tvorba skupiny**

V okamžiku, kdy má terapeut zajištěnou půdu pro svou práci, není možné ještě zahájit vlastní práci ve skupině, neboť i příprava skupiny by měla být řízena určitými pravidly a výběr klientů by měl být uskutečněn na základě předem stanovených kritérií.

Může se stát, že Pán Jeskyně v RPG předem určí kriteria pro výběr hráčů – např. stupeň herních dovedností a zkušeností, typ hry, žánr, prostředí. Nejčastějším prostředím, v němž je hra realizována, je žánr fantasy. Musí být ovšem počítáno s neznalostí a neochotou dospělých lidí hrát např. za postavu skřeta, elfa, jednookého zlobra a neochotou užívání magického myšlení a magie vůbec.

Aby bylo možné zahájit vlastní práci ve skupině a v ní mohlo být dosaženo optimální úrovně sebepoznání klientů, je důležité, aby měl terapeut představu o lidech, s nimiž bude pracovat a aby i oni měli představu o tom, s kým budou ve skupině řešit své osobní záležitosti.

### *Přijímání členů do skupiny:*

Přijímání členů by mělo probíhat při osobním kontaktu, kdy budou sdělena očekávání terapeuta i potencionálního budoucího člena. Výběr členů do skupiny by se měl řídit určitými pravidly, např. osobnostními charakteristikami jednotlivých členů tak, aby bylo možno dosáhnout stanovených cílů terapie. Kromě individuálního rozhovoru s potenciálními členy by mělo proběhnout úvodní sezení se všemi členy dohromady, aby se vytyčily konkrétní cíle skupiny a klienti získali konkrétní představu o tom, co bude terapie obnášet.

V přípravné fázi lze užít techniky jako např. sepsání smlouvy o tom, co by chtěl klient terapií dosáhnout, nebo doporučit psaní deníku nebo se zaměřit na specifická témata pomocí sepsání životopisu či vytvořením „čáry života“.

Fáze Tvorby skupiny by měla mít 3 subfáze:

- a) *individuální pohovory*
- b) *stanovení uzlových bodů (a typu skupiny)*
- c) *poznání se klientů navzájem*

### ***Individuální pohovory***

Prvním momentem by mělo být seznámení se terapeuta s klienty, poznání jejich představ, proč se rozhodli zajímat se o skupinu, co je do skupiny přivádí, a. jaké jsou krizové momenty v jejich životě, které pro ně znamenaly zlom, přes který se ještě nepřenesli a tudíž vyhledali skupinou práci (terapii).

Zde by měly být užity techniky *rozhovoru* a „*čára života*“.

Variety a fáze **rozhovoru** popisuje Mojmir Svoboda v knize *Psychologická diagnostika dospělých*. Variety rozhovoru dělí dle míry standardnosti na standardizovaný rozhovor, částečně standardizovaný rozhovor a volný rozhovor (Svoboda, 1999). Domnívám se, že v rámci zjišťování údajů o budoucích členech herní skupiny (ne pro rozhovor diagnostický) je vhodný buď částečně standardizovaný rozhovor, nebo rozhovor volný.

Částečně standardizovaný rozhovor má pevně stanoven záměr a cíl, ale má předem stanovené oblasti, kterých by se měl dotknout, přičemž nezáleží na pořadí otázek.

Volný rozhovor směřuje ke konkrétnímu cíli, cesta k jeho dosažení však není předem stanovená. Domnívám se, že v úvodním rozhovoru s klienty by se měly prohovorit následující oblasti: Rodinné zázemí klienta (alespoň zhruba), motivy klienta pro příchod do skupiny, příp. krize, která vedla klienta k zájmu o službu o jeho psychické zdraví.

Ke stanovení krizových zlomů v životě klienta může být nápomocná často užívaná technika „**Čára života**“, která pomůže nejen PJ poznat klienta, ale i ujasnění krizových momentů pro klienta samotného, a tím i jasnější zformulování zakázky.

„Čára života“ je technika, kdy je klientovi zadána instrukce, aby před sebe nakreslil čáru, s tím, že vlevo je začátek jeho života a čára směřuje doleva, směrem k budoucnosti. Vladimír Chrz zadává techniku takto (Chr, 2007, str. 31):

*„Před vámi je čára se šipkou, která zobrazuje váš život od narození až do současnosti. Nyní na této čáře vyznačte několik bodů, které označují důležité události ve vašem životě. Popište, o jaké události se jedná.“*

Na čáře má klient za úkol vyznačit zlomy v jeho životě, které považuje za důležité. Tato technika pomáhá oběma stranám – jak Pánu Jeskyně, tak budoucímu hráči, stanovit uzlové, které budou v příběhu klíčové.

### ***Stanovení uzlových bodů ( a typu skupiny):***

Jak již bylo výše zmíněno, jedním z cílů terapeutického působení v rámci hraní RPG je prožít si krizových situací ze života v bezpečném prostoru herní skupiny, pod jinou identitou, s jinými prvky dané situace, ale se stejnými principy v rámci krizového momentu. Proto je důležité pro Pána Jeskyně při tvoření příběhu, aby znal hráče a jejich motivy pro vstup do skupiny. Na základě poznatků o hráčích, stanoví Pán Jeskyně uzlové body, ke kterým bude příběh směřovat. Záleží zde na výzkumníkovi, zda se rozhodne vytvořit skupinu, která bude:

a) **skupina úplně nesourodá**, a uzlové body příběhu se budou odvíjet postupně podle příběhů jednotlivých hráčů, tudíž každá herní situace bude výhodná spíše pro jednoho hráče – jehož se uzlový bod týká, a další hráči budou pouze podpůrným působením a profit ze situace bude záviset pouze na jejich jednání a na tom, co si z dané situace pro sebe nakonec odnesou „jakoby mimochodem“

nebo

b) **skupina zaměřená na stejné téma**, a tudíž uzlové body příběhu budou společné všem, takže všichni hráči budou najednou řešit stejné téma, stejný problém, budou si moct vyměňovat zkušenosti, a z každé herní situace si odnesou to, co bylo záměrem, aby si klienti odnesli, (pokud se však Pánu Jeskyně podaří všechny klienty navést stejným směrem)

nebo

c) **skupina s nakombinovanými motivy**, ve které mají jednotliví hráči své rozdílné motivy pro vstup do herní skupiny, a Pán Jeskyně je v příběhu nakombinuje tak, aby z každé herní situace měl prospěch každý člen skupiny, přestože každý jiným způsobem, neboť se v každé herní situaci objeví prvky ze všech osobních příběhů všech klientů, přičemž pro každou herní situaci může být (ale nemusí) dominující prvek krize jednoho člena skupiny.

Vzhledem k tomu, že s vedením terapeutické skupiny nemám žádné osobní zkušenosti, netroufám si odhadnout, která z variant je nejlepší, neboť tuším, že každá

varianta herní skupiny má svá pozitiva i negativa, ale v současné chvíli neumím odhadnout jejich váhu.

Domnívám se však, že poslední varianta utvoření skupiny je poměrně schůdným řešením, kdy každý může ze hry profitovat. Otázkou je, zda se podaří výzkumníkovi takovou herní skupinu sestavit, neboť v pobytových zařízeních (lépe přístupných než v zařízeních ambulantních) bývají klienti často ubytováni na základě určitého společného prvku, který je do zařízení přivedl, a naopak v ambulantních zařízeních bývají klienti sice „krásně“ různorodí, ale jejich dosažitelnost nemusí být pro výzkumníka „dosažitelná“.

### ***Poznání se s klientů navzájem***

Domnívám se že aby bylo možné vytvořit funkční herní skupinu, je důležité, aby se členové znali, aby byli schopni vytvořit si mezi sebou navzájem bezpečný prostor, potenciální prostor. Poznávání členů navzájem probíhá během vlastního procesu práce ve skupině. O formování skupiny bude řeč dále. Domnívám se však, že než začne vlastní proces hraní hry v rámci terapie, měli by se členové skupiny sejit, a představit se navzájem, aby věděli alespoň přibližně, kdo jsou. Toto představení by mělo proběhnout na prvním společném sezení všech do skupiny vybraných členů. Na tomto sezení by se také mělo stanovit, v jakém světě se bude hra odehrávat, kdy a kde bude příběh probíhat, zda se bude příběh odehrávat ve fantazijní realitě, nebo ve skutečné, současné, aktuální. Nutnou podmínkou je, že na typu příběhu se musí shodnout všichni hráči, neboť není možné příběh dělit. Jak se bude dále vyvíjet tvorba postav a světa, v němž bude příběh zakotven, záleží už na jednotlivých hráčích a na domluvě mezi nimi, kdy jsou možné kompromisy.

V dosavadním textu zatím udávám způsob, jak herní skupinu zformovat. Nicméně si jsem vědomá toho, že to tak nemusí v praxi skutečně fungovat – o čemž jsem se ostatně přesvědčila i na vlastní kůži, jak bude uvedeno dále v poslední části této práce.

## **Práce ve skupině**

V okamžiku, kdy je zformována skupina, která se bude dále společně ubírat předem stanoveným společným směrem, začíná vlastní proces terapie. Tento proces dělím opět na 3 subfáze.

- a) *tvorba postav*
- b) *tvorba světa*
- c) *vlastní hraní příběhu*

Na tomto místě uvádím Kratochvílovo dělení fází skupiny, neboť se týká dalšího textu, který z něj bude částečně vycházet při popisu dějů ve skupině. Tento text byl v nezměněné podobě uveden také v mé jiné již zmiňované seminární práci.

### ***Fáze skupiny:***

Každá skupina prochází podle Kratochvíla (Kratochvíl, 1995, str. 30-33) čtyřmi různými fázemi procesu poznávání se. Jedná se o fáze:

#### ***Orientace a závislost***

První fáze skupiny se vyznačuje tím, že se členové navzájem příliš neznají, zkoumají ostatní členy a obracejí se hlavně na terapeuta. Očekávají, že od něj budou vedeni, že je bude instruovat, jak se mají ve skupině chovat. S ostatními členy skupiny se porovnávají, hledají rozdíly či podobnosti mezi sebou navzájem a zkoumají, zda budou skupinou přijati či odmítnuti. V rámci těchto skutečností se komunikace zaměřuje spíše na obecná konverzační témata.

#### ***Konflikty a protest***

V další fázi vývoje skupiny začínají vznikat první konflikty – jak mezi členy navzájem, tak mezi členy skupiny a terapeutem. Začíná se vytvářet hierarchie rolí, role se začínají vymezovat na aktivnější a pasivnější, dominantnější a submisivnější. Objevuje se kritika mezi členy a negativní komentáře, včetně protestu proti terapeutovi. Mohou se vyskytovat také snahy o únik ze skupiny.

### *Vývoj koheze a kooperace*

Po předchozí bouřlivější fázi vývoje skupiny přichází fáze orientovaná na pocit sounáležitosti skupiny. Počet i závažnost konfliktů se snižuje, výrazněji stoupá příslušnost ke skupině, pocit skupinového „My“ a aktivita v rámci společné práce, neboť hlavním zájmem skupiny je vytvořit si pocit bezpečí ve skupině, pocit intimity, blízkosti a prostor pro vyjádření se. Témata ve skupině již nejsou konverzační, ale zaměřují se na konkrétní fakta okolo jednotlivých členů skupiny a na vyjadřování emocí.

### *Cílevědomá činnost*

V poslední fázi vývoje skupiny – kdy se ovšem v kratších periodách objevují projevy připomínající předchozí fáze vývoje – je skupina již poměrně stabilní a funguje na principu rad, kritiky, povzbuzení, poskytuje zpětnou vazbu a tím v tomto okamžiku lze dosahovat změny postojů u jednotlivých členů skupiny.

### *Tvorba postav*

Vlastní příběh bude zahájen tvorbou postav, za něž budou klienti hrát. Vyplněním dotazníku o postavě (viz příloha 1) za pomoci terapeuta, který podá doplňující informace (viz příloha 2). Je třeba počítat s tím, že klienti nebudou chtít tvořit postavy jim neznámé a smyšlené, ale že budou chtít hrát sami za sebe. V průběhu výzkumu se ukáže, zda vypisování dotazníků o postavě v případě, že budou chtít hrát sami za sebe je kontraproduktivní, či zda to upevňuje pocit klientovy jistoty, že se jedná skutečně o hru, přestože postava, za kterou hraje se jmenuje stejně jako on, narodila se ve stejný den, má stejnou rodinu, ...atd.

Po domluvě s hráči budou vyzváni, aby si na samotný začátek hry přinesli nějaký předmět, který bude jejich postavu znázorňovat, neboť bude použita arteterapeutická metoda tvorby vlastního světa, v němž svou postavu uvidí přímo, kde se nachází, co tam dělá atd. Předmět zastupující hráče samotného bude plnit funkci přechodového objektu. Předmět, který si hráči přinesou jako figurku, s níž budou hrát, představí

ostatním hráčům ve skupině jako postavu, za níž hrají. Funkce tohoto úkolu jsou následující:

- a) **přechodový objekt**, zastupující sama sebe
- b) **představení hráče** ostatním,
  - a. aby měli ostatní hráči představu o tom, s kým budou ve skupině příběh tvořit
  - b. aby měl terapeut představu o tom, na čem může příběh stavět
  - c. verbalizace vlastních schopností a dovedností

Subfáze Tvorba postav by měla korespondovat s Kratochvílovým dělením, s fází Orientace a závislost. Tvorba postav by měla seznámit klienty více se sebou navzájem, a klienti by si měli postupně zvykat na způsob vedení ze strany psychoterapeuta v budoucí roli Pána jeskyně.

### ***Tvorba světa***

Tvorba herního světa může probíhat v různých obdobách, nicméně nejdůležitějším prvkem zůstává klient. Svět si tvoří klienti sami, výzkumník by do tohoto procesu neměl zasahovat. Na prvním setkání s klienty by se měli všichni domluvit, v jakém typu světa se bude příběh odehrávat (fantasy, současnost, historie,...) Pokud z předchozích rozhovorů již vyplyne, o jaký typ místa, odkud se bude příběh odvíjet, by klienti měli zájem – město, vesnice, les,..., může klienty terapeut relaxací (viz příloha 3) uvést na počátek („Vidíte před sebou město“), nicméně podobu světa, ať se již jedná o město, vesnici, zemi,...by měl nechat na klientech.

Pro účely tohoto výzkumu bude použita projektivní metoda s prvky artefietiky a arteterapie. Klienti dostanou k dispozici dostatečné množství čtvrtek, papírů, nálepek, fixů, pastelů, nůžky atp., aby si mohli vytvořit svůj svět tak, „aby na něj viděli“, a byl tak pro ně proto lépe uchopitelný.



Při obvyklém hraní RPG není tato metoda běžná, neboť hráči společně sdílejí mentální reprezentace fiktivního světa jen ve svých představách. Rozdíl mezi hráči RPG a klienty terapie v rámci RPG hodnotím takto<sup>4</sup>:

a) **věkový rozdíl**, a tudíž dostupnost informací o RPG a o žánru fantasy vůbec:

- vzhledem k faktu, že žánr fantasy není příliš dlouho příliš známým žánrem a dospělými je hodnocen spíše jako fantazie, do níž utíkají spíše děti než dospělí, lze se setkat jednak s neochotou „hrát terapii“ v žánru fantasy (nebo ostatně v kterémkoli jiném žánru odlišném od skutečnosti) a jednak s nepochopením principů odlišnosti fiktivního světa

b) **motivy vstupu do skupiny**:

- motivy hráčů RPG jsou vstup do hry a hledání zábavy, která je založená na určitých principech, o nichž dopředu ví
- motivy klientů psychoterapie jsou hledání pomoci, které si sice vybrali dobrovolně, ale byli k této volbě paradoxně donuceni okolnostmi, které je do skupiny přivedli; a principy hry se dozvídají až na místě

c) **soustředěnost na hru**:

- hráči RPG přichází do skupiny proto, aby se soustředili na hru a úkoly, které mají plnit, a tudíž mohou plnou pozornost rozvinout ve fantazii
- klienti psychoterapie přicházejí do skupiny s primárním soustředěním na svůj problém, a až sekundárně se soustředí na postup jeho řešení

Domnívám se, že výše uvedené rozdíly jsou zároveň odůvodněním, proč jsem zařadila tvorbu světa jako hmatatelné pomůcky do návrhu procesu psychoterapie.

Fáze Tvorba světa nemá ohraničený konec, neboť se táhne celým procesem psychoterapie – klienti spoluvytváří příběh v určitém světě a jak se odkrývá příběh, tak se odkrývají i možnosti světa.

---

<sup>4</sup> Uvedené důvody jsou skutečně pouze mými domněnkami, které nemám nijak empiricky ověřeny, a názory na ně se mohou lišit.

### ***Vlastní hraní příběhu***

Principy vlastního hraní příběhu jsou shodné s výše popisovanými principy hraní RPG, čemuž byla věnována první část této práce. V procesu vlastního hraní příběhu se odehrává největší část psychoterapie. V předchozích fázích se klienti představují, formulují své zakázky a postupně odkrývají fakta, která je do skupiny přivedla. Ve fázi Vlastního hraní příběhu si mohou vyzkoušet možnosti, jak dané problémy řešit.

Poslední částí terapie či spíše výzkumu je ještě Analýza získaných dat.

Na tomto místě bych ještě ráda shrnula předchozí informace do schematického členění, včetně srovnání s autory Coreym, Corey, Callanem a Russellem a Kratochvílem a doplnila o časový harmonogram celého procesu:

	Přípravná fáze	Tvorba skupiny			Práce ve skupině			Analýza
		Individuál. pohovory	Uzlové body	Poznání se klientů navzájem	Tvorba postav	Tvorba světa	Vlastní hraní příběhu	
Klienti								
Klienti								
Klienti								
Klienti								
Klienti								
Terapeut								
Časový plán	3 – 6 měsíců	1 měsíc	4 - 6 týdnů	1 setkání	1 – 2 setkání	1 – 2 setkání a dále	10 setkání	3 měsíce
Srov. C., C., C., R.	Přípravná fáze			Úvodní fáze		Přechodová fáze	Pracovní fáze	Závěrečná fáze
Srov. Kratochvíl				Orientace a závislost		Konflikty a protest	VKČ	Č

## **4. Hypotézy**

1. Klienti si v prostředí hry vytvoří bezpečný prostor a budou si moci vyzkoušet kroky v řešení problému, které nejsou schopni učinit v reálném životě.
2. Klienti si budou vědomi, že se jedná v průběhu terapie o hru, v níž nemá nic konkrétní dopady do skutečnosti, ale že důsledky jejich jednání by ve skutečném životě měly reálné dopady
3. Klienti si pomocí vyzkoušených kroků ve hře budou schopni přenést zkušenost ze hry do skutečného života a tyto kroky učinit ve skutečnosti.
4. Díky nově nabytým zkušenostem se změní kvalita života klientů.

## 5. Aplikace v praxi

Na počátku mé práce mě vůbec nenapadlo, s jakými obtížemi se budu v praxi potýkat. Kromě dále osvětlených obtíží jsem sama v sobě narazila na překážky etické. Výzkum, který bych chtěla uskutečnit, je zaměřený na terapii, jedná se v podstatě o terapeutický proces, ale nejsem terapeut, dokonce ani psycholog. Jak mám provádět výzkum v rámci terapie, když k tomu nemám oprávnění? A obzvláště když jsem si stanovila podmínku, že výzkum bude probíhat s lidmi, kteří mají důvod do skupiny vstoupit, protože „mají nějaký problém“, neboť celý koncept výzkumu v rámci RPG byl stanoven tak, že členové skupiny mají mít možnost si ve fiktivním světě, jako fiktivní osoba, zkusit překlenout okamžiky, které nebyli schopni zvládnout ve světě reálném.

### 5.1. Hledání prostoru

Autoři Corey, Corey, Callanan a Russell uvádějí ve své knize *Techniky a přístupy ve skupinové psychoterapii* (Corey, Corey, Callanan, Russell, 2006, str. 57-58), že v přípravné fázi formování skupiny je důležité – a velmi náročné – nejprve si zajistit podporu nějaké organizace, v níž bude psychoterapie prováděna, v níž se uskuteční. Když jsem měla určitou představu o této bakalářské práci, i o výzkumu, který bych ráda uskutečnila, netušila jsem nejprve, jak důležitá tato informace ve skutečnosti je. Při hledání prostoru a organizace, která by mě přijala jako studentku 2. ročníku, jsem se začala potýkat s realitou, která zbořila mé ideály o vstupu do terapeutického společenství – a která vyústila v neúspěch, jak bude osvětleno dále.

Na počátku práce na výzkumu jsem se domnívala, že nejdůležitější je mít vizi. Domnívala jsem se, že budu-li mít představu o svém studentském výzkumu, nebude mi stát v cestě nic pro jeho realizaci. Mé domněnky byly mylné, jak se záhy ukázalo.

### **Psychiatrická léčebna Bohnice**

Nejprve jsem se snažila – resp. vedoucí mé práce Vladimír Chrz se snažil – dostat výzkum na půdu Psychiatrické léčebny Bohnice. Zde jsme se setkali s prvním neúspěchem v podobě naplněného programu pro klienty léčebny. Vize výzkumu v psychiatrické léčebně, v pobytovém zařízení, kde by se mohla utvořit stálá skupinka klientů byla velmi lákavá a zdála se původně velmi dostupná. Z rozhodnutí pracovníků o naplněnosti programu však z této vize sešlo.

### **Noclehárna Betlém Cheb**

Dalším zařízením, v němž jsem zkusila svůj výzkum nabídnout byla Noclehárna Betlém Cheb, kde mi vedoucí zařízení Mgr. Alena Samuelová vyšla ochotně vstříc, a dala mi souhlas pro práci s klienty. Začala jsem tedy informovat klienty o svém záměru – že bych s nimi chtěla utvořit skupinku, ve které bude probíhat výzkum pro mé studijní účely, že se jedná o herní skupinu a přiblížila jsem jim jednotlivě, co bude skupina obnášet. Svůj záměr jsem vysvětlila – každému zvlášť – čtyřem klientům, přičemž všichni čtyři souhlasili, že se skupiny zúčastní. Bohužel se nepodařilo zrealizovat ani jedno setkání, neboť se nikdy ve stanovený čas nesešli všichni najednou. Účely této práce mi nedovolují objasňovat charakteristiku osob bez přístřeší. Domnívám se, že jedním z jejich rysů je orientace na krátkodobé cíle (a užitek), což předkládaný výzkum nenabízí.

Po mé rezignaci na vytvoření skupiny klientů, jsem dostala od vedoucího zařízení jiný návrh – práci s pracovníky zařízení, jako jistou formu supervize pro pracovníky. Na poradě jsem seznámila pracovníky s návrhem výzkumu a všichni souhlasili, že se zúčastní. Po další úvaze jsem se rozhodla tuto skupinu však nevést. Důvodů bylo několik. 1. jednalo se o mé kolegy, které jsem nechtěla analyzovat ani z osobního ani z pracovního hlediska, 2. jednalo se o lidi, kteří jsou pracovníčně velmi vytížení a několikahodinového setkání každý týden by se nemohli pravidelně všichni zúčastňovat a 3. hledala jsem pro výzkum osoby, které budou mít jiný důvod pro vstup do skupiny než, že pracují v jistém zařízení.

### **Úvahy o podání inzerátu**

Po neúspěších při přímém oslovení zařízení, v nichž bych chtěla výzkum provádět, padly také návrhy o podání inzerátu, že hledám členy do herní skupiny pro studentský výzkum. Jsem přesvědčená, že by se zájemci našli, ale rozhodla jsem se inzerát nakonec nepodat, protože jsem nechtěla uvádět, že hledám lidi, „kteří mají nějaký problém“, protože nejsem ani psycholog, ani psychoterapeut, a nemůžu tudíž zaručit nejen výsledek „terapie“, ale ani její průběh.

### **Česká společnost pro duševní zdraví**

Po všech možných pokusech najít skupinu klientů, s nimiž by byla možná práce ve skupině zaměřené na hraní RPG her, jsem kontaktovala Petra Boba z Psychiatrické kliniky na Karlově náměstí, který mi sice sdělil, že psychiatrická klinika není pro můj záměr vhodná, ale doporučil mi Českou společnost pro duševní zdraví (ČSDZ). Zde jsem kontaktovala Ing. Lenku Flášarovou, která mi velmi ochotně vyšla vstříc, a naše spolupráce mohla začít.

## **5.2. Česká společnost pro duševní zdraví**

Autoři Corey, Corey, Callanan a Russell uvádějí ve své knize *Techniky a přístupy ve skupinové psychoterapii* (Corey, Corey, Callanan, Russell, 2006, str. 58), že je důležité mít stanovenou vizi terapeutické skupiny, přichází-li terapeut (či výzkumník) hledat oporu u nějaké organizace. Uvádějí otázky, nad kterými by se mělo zapřemýšlet při sepisování vize skupiny. Zde jsou uvedeny některé z nich:

- „Jakou máte kvalifikaci k vedení skupiny, jak můžete nejlépe prokázat své zkušenosti a praxi?“
- „Jaký druh skupiny zamýšlíte zorganizovat? Jakou strukturu by měla mít?“
- „Jaké jedinečné a specifické vlastnosti skupiny by podpořily dosahování cíle v daných podmínkách?“
- „Kde by se skupina konala? Jak dlouho by trvala?“

Na základě tohoto byl sepsán stručný popis mého záměru:

***Experimentální herní skupina - Terapeutické možnosti RPG her***

*Real Play Game - hry v reálném čase jsou poměrně novým fenoménem v dnešní době. Jedná se o hráči vytvořený svět, v němž má každá postava svůj charakter, který si každý hráč sám zvolí. Hráči plní úkoly, které jsou jim zadávány tzv. "PJ – Pánem jeskyně", který celou hru svým způsobem řídí.*

*V rámci vytvoření vlastního světa a vlastních postav je cílem terapeutického působení RPG her vytvoření bezpečného prostoru, pro každého hráče, kde si může vyzkoušet nové možnosti, nová řešení vlastních problémů.*

*Začátku působení skupiny předchází rozhovor s jednotlivými účastníky a příběh, který budou hráči prožívat ve vytvořeném světě, je tak přesně nastaven jejich potřebám.*

Tento text byl uveřejněn na internetových stránkách ČSDZ spolu s časovým údajem (středa 18-20 hod) a mým telefonním číslem. V případě zájmu o skupinu jsem vždy jako první údaj o skupině uvedla, že se jedná o studentský výzkum, a že jeho výsledky budou použity v bakalářské práci.

Dostala jsem vymezený prostor i čas, chyběli pouze klienti. Zpočátku jsem trávila každou středu od 18 hod v ČSDZ sama. Čekala jsem, že se ozvou klienti na inzerát, a pokud se neozvou, že sami rovnou dorazí na uvedenou adresu. Až po několika týdnech konečně zazvonil telefon a ozvala se má historicky první klientka, paní Tereza. Domluvily jsme si schůzku na další středu, abych jí seznámila s cíli svého výzkumu. Týden na to se ozvala paní Helena. Pozvala jsem ji na schůzku na další středu společně s paní Terezou, aby se navzájem poznaly, mají-li spolu pracovat ve skupině. O týden později s sebou paní Tereza přivedla ještě paní Kláru, ale paní Helena se již nedostavila. Pracovala jsem tedy pouze se třemi klientkami celkem, přičemž na sezeních byly max. 2 najednou. Z těchto důvodů se mi bohužel nepodařilo ověřit své hypotézy v praxi, a v podstatě ani nezačít vlastní výzkum v terénu. Absolvovala jsem pouze přípravnou fázi práce se skupinou, s úvodními rozhovory s klientkami a s prvotní tvorbou postavy pro hru.

V dalším textu popíšu krátce charakteristiky a motivy klientek pro vyhledání pomoci, s nimiž jsem pracovala – jména klientek jsou pro účely práce změněna. Vzhledem k faktu, že intervence, které jsem s klientkami měla, byly neodborného rázu, a měly sloužit k účelům studentského výzkumu, netroufám si vyslovit žádnou hypotézu o diagnóze klientek. Všechny intervence jsem se snažila držet v rámci výzkumu, přestože to bylo mnohdy velmi těžké.

### **Paní Tereza (44 let)**

Paní Tereza se zúčastnila všech setkání, která jsem s klienty, resp. s klientkami, v ČSDZ absolvovala, tři setkání se zúčastnila sama.

Na prvním setkání mě seznámila s motivy, které ji přiměly vyhledat skupinu. Paní Tereza byla čerstvě po rozvodu, přičemž její bývalý manžel si našel novou přítelkyni. V průběhu setkání vyšlo najevo, že motivem pro vyhledání pomoci jsou tři faktory, které s rozvodem paní Terezy souvisely. Prvním faktorem bylo, že paní Tereza nedokázala pochopit, proč ji manžel opustil, protože podle jejích slov nebyla manželova milénka ani mladá, ani hezká, ani hubená. Druhou věcí, která se stala v průběhu rozvodového řízení, bylo, že manžel paní Terezy měl stále klíče od jejich společného bytu, kam přišel a v bytě paní Terezu znásilnil. Poslední věcí, o které paní Tereza mluvila, bylo, že se před nedávnem (krátce po znásilnění) přistěhoval bývalý manžel společně se svou současnou přítelkyní do stejné lokality, v níž bydlí paní Tereza. Paní Tereza mluvila o tom, že měla již dříve pocit, že má její manžel zvláštní sexuální praktiky, a nyní má pocit, že ji manžel pronásleduje a ona se bojí pohybovat se v místě bydliště sama, protože má strach, že by ji mohl chtít znásilnit znovu.

Udržet setkání s paní Terezou v rovině studentského výzkumu bylo velmi náročné. Přestože paní Tereza věděla, že nejsem ani psycholog, ani psychoterapeut, měla jsem dojem, že tuto skutečnost ignoruje a v prostředí institucionalizované místnosti v ČSDZ nabývá dojmu odbornosti personálu, a tudíž spoléhá na mé profesionální kompetence. Měla jsem pocit, že rámec RPG vnímá jako cosi vedlejšího, nepodstatného, něco co chci recipročně já po ní za to, že jí věnuji svůj čas.



### **Paní Helena (63 let)**

Paní Helena se zúčastnila pouze jednoho setkání, z dalšího se telefonicky omluvila a pak nedorazila již vůbec.

Motivy paní Heleny pro navštívení skupiny v ČSDZ byly osamocení a touha naplnit volný čas ve společnosti jiných lidí. Paní Helena byla již několik let vdova a jediným příbuzným byl syn a snacha s vnučkou, kteří se jí ale příliš nevěnovali. Z pohledu paní Heleny ji navštěvovali méně, než by si přála, a navíc nevycházela dobře se snachou, a později přestala vycházet dobře i se synem, neboť ten hájil spíše zájmy své manželky.

V prvním kontaktu s paní Helenou se nejprve nezdálo, že by byl problém v porozumění mému záměru, a přiznám, že jsem se trochu ostýchala se zeptat, zda paní Helena rozumí tomu, co je RPG a jaké záměry výzkum sleduje. Vzhledem k tomu, že dalších setkání se paní Helena již nezúčastnila, už se to nejspíš nedozvím.

### **Setkání paní Terezy a paní Heleny**

Paní Helenu jsem pozvala na schůzku o půl hodiny dříve než byl plánovaný začátek skupiny společně s paní Terezou, abych vedla individuální pohovor. Když dorazila i paní Tereza, seznámila jsem obě klientky navzájem a než jsem stihla dát prostor obě ženám k tomu, aby se navzájem představily, začala mě paní Tereza informovat o průběhu událostí a změn během uplynulého týdne. Bylo poměrně těžké reagovat na slova paní Terezy, když byla přítomna i paní Helena, která neměla ponětí o životě paní Terezy a nestihla jsem informovat obě klientky o dalším průběhu, o principech skupinové terapie, o pravidlech skupiny atd.

V další části setkání jsem konečně poprosila obě ženy, aby se sobě navzájem představily a řekly, s čím do skupiny přicházejí. Zároveň jsem sdělila, že to, co si ve skupině řekneme, že by tu mělo také zůstat, že by neměly vynášet žádné informace ze skupiny ven. Musím říci, že mě příjemně překvapilo, že obě ženy souhlasily a hned o sobě mluvily velmi otevřeně. Paní Tereza dále mluvila o tom, že má dva syny a matku, kterou nestihá často navštěvovat, a diskuse se dále stočila spíše na vztah matka – dítě. Rozhovor jsem nechala spíše na klientkách navzájem, občas jsem pouze poukázala na rozdílné vnímání vztahu obou klientek – paní Terezy na straně dcery, a paní Heleny na straně matky.

Domnívám se, že během tohoto setkání jsem se dopustila dvou chyb, a sice že na rozhovor s paní Helenou jsem si vyčlenila jen půl hodiny dopředu těsně před setkáním s paní Terezou, takže jsem se nemohla na představení obou žen dobře připravit a zkusit pro začátek najít společné body příběhu pro obě; a že jsem pevně nevymezila čas pro seznámení se klientek a stalo se tak až po rozhovoru s paní Terezou.

### **Paní Klára (51 let)**

Paní Klára byla kamarádka paní Terezy, přišla s paní Terezou na jedno setkání, dalšího se účastnila už opět pouze paní Tereza.

Motiv paní Kláry pro vstup do skupiny nebyl na první pohled jasný, neboť dlouho mluvila za paní Kláru paní Tereza. Pokládala-li jsem doplňující otázky, směřovala jsem je k paní Kláře, ta však odpovídala jen občas, častěji jsem se dozvěděla odpověď od paní Terezy, která ovšem spíše komentovala život paní Kláry a vkládala vlastní hodnocení. Časem vyšlo najevo, že paní Klára žije již dvacet let v manželství s mužem, který je alkoholik a pod vlivem alkoholu často paní Kláru bije. Navíc – paní Tereza polemizovala, o tom, že právě proto – paní Klára nikam nechodí, ačkoli by měla chuť, ale nemá s kým.

Paní Klára neprojevovala žádné známky odporu, když za ní mluvila paní Tereza, chvílemi se mi zdálo, že se na paní Terezu dívá téměř obdivně, že za ní dokáže mluvit, že je poměrně dominantní v tomto směru.

Domnívám se, že bylo poměrně na škodu, že paní Klára přišla až později do skupiny. Byla-li by podle původního plánu přítomna i paní Helena, nebo nebyla-li by paní Klára kamarádka paní Terezy, příp. přistoupil-li by někdo další do skupiny během příštího setkání, proces seznamování a představování by nebral konce. Ovšem i to, že byla paní Klára kamarádkou paní Terezy nebylo úplně šťastné řešení, neboť se v žádném případě nelze spoléhat a odvolávat na to, že paní Klára ví o paní Tereze vše, co paní Tereza vnesla do skupiny, a to i přes to, že na tuto skutečnost paní Tereza často poukazovala.

## Setkání paní Terezy a paní Kláry

V další části setkání obě klientky vyplnily dotazník pro tvorbu postavy (viz Příloha 1). Přestože doufám, že mé instrukce byly srozumitelné, a zněly tak, že si mají obě ženy vymyslet postavu, za kterou budou následně hrát ve skupině RPG hru, obě klientky vyplnily dotazník podle skutečnosti. Obě vyplnily dokonce svá skutečná jména, k životnímu příběhu postav napsaly své životní příběhy, rodinný stav postav byl rodinný stav klientek atd.

Zadání klientkám znělo:

*„Před sebou máte dotazník, který bude obsahovat informace o vaší postavě, za kterou budete hrát. Záleží pouze na vás, jakou postavu si vytvoříte. Ke každé kolonce vám ještě osvětlím, co byste asi měly do kolonek psát. Tyto dotazníky jsou jak pro vás, tak pro mě. Jde o to, abyste si vy samy pro sebe postavu vytvořily a napsaly si údaje o ni na papír, ale také o to, abych i já znala vaše postavy, abych alespoň přibližně věděla, za koho budete hrát, a věděla jsem, jakým směrem mám přibližně vést příběh. Záleží jenom na vás, jakou postavu si vytvoříte, ale bylo by možná lepší, kdybychom se společně domluvily, v jakém světě máte chuť příběh vést. Jestli ve světě úplně vymyšleném, nebo ve světě, který se podobá světu, ve kterém žijeme teď.“*

Obě klientky se shodly na tom, že nemají téměř žádnou zkušenost s úplně vymyšlenými světy, a že by pro ně pravděpodobně byla orientace v takovém neznámém světě nesnadná. Tudíž byl domluven prostor aktuálního světa, – Praha v roce 2008 – do něhož bude zasazen rámec příběhu.

Dále zněly instrukce pro obě klientky, aby si vepsaly svou vymyšlenou postavu do dotazníku, a přitom byly instruovány otázkami, aby lépe porozuměly obsahu jednotlivých kolonek (viz Příloha č.2). Domnívám se, že instrukce byly zadány poměrně jasně – vždy bylo uváděno např. „Jak se postava jmenuje?“, nikoli „Jak se jmenujete vy?“, „Kde postava bydlí?“, ne „Kde bydlíte vy?“ apod. Domnívám se, že zde došlo ke smíšení pretend modu a modu psychické ekvivalence u obou klientek. Bohužel nedošlo k vlastní realizaci samotné hry, tudíž se mohu jen domnívat, jaké by toto mělo důsledky v průběhu samotného hraní.

V průběhu setkání jsem sice znovu zopakovala záměry setkání, a připomněla koncept RPG, přesto jsem měla opět pocit, že klientky vyplňují dotazníky jen pro mě,

protože to po nich chci, přestože jsem je upozornila, že dotazníky slouží nejen pro mě, ale především pro ně samotné. V této mé domněnce mě utvrdil závěr setkání, kdy jsem obě klientky požádala, zda bych si jejich dotazníky mohla do příštího setkání nechat, abych si je mohla okopírovat, abych věděla, jaké postavy budou v příběhu vystupovat, a že jim dotazníky za týden vrátím. Obě klientky na to reagovaly, že „to je v pohodě, že si je můžu klidně i nechat...“, což mě utvrdilo v tom, že nerozumí účelu, proč dotazníky vyplňovaly.

Na další dvě setkání dorazila už jen paní Tereza, informovala mě o dalších změnách v jejím životě a z posledního setkání odcházela s tím, že už asi nepřijde, že už mě nebude potřebovat.

### **Shrnutí**

Získané poznatky z intervencí s klientkami si netroufám nijak analyzovat, ale byly pro mě přínosem v následujících oblastech, v nichž jsem se poučila, že bych je v dalším výzkumu udělala jinak:

- a) včasné **zajištění prostoru** v zaštiťující organizaci
- b) dostatečný **čas pro individuální rozhovory** s klienty
- c) **pevně daný začátek** (datum) skupinového setkávání s klienty
- d) **uzavřenost skupiny** – nepřijímání nových členů po zahájení procesu terapie
- e) **důsledné osvětlení rámce RPG** a zjištění, zda klienti záměru rozumí stejně
- f) **důvěra ve vlastní kompetence**

Kdyby výzkum pokračoval dál, jistě bych narazila na množství dalších nedostatků v navrhovaném předvýzkumu, které bych udělala jinak. Proto hodnotím nabyté zkušenosti jako velmi přínosné, neboť mám tak prostor si uvědomit, že ne všechna stanovená teoretická východiska a hypotézy lze v praxi dokázat snadno. Možná dokonce skončil výzkum právě včas, než jsem stihla udělat chyby, které by byly fatální – nikoli pro ověřování teorie v praxi, ale pro dopad ověřování do života klientek.

Na tomto místě musím proto konstatovat, že vzhledem k oblasti zkoumání, kterou jsem si pro svou práci vybrala, jsem vlastně ráda, že se výzkum nepodařilo v praxi plně

realizovat. Ve všech intervencích jsem se snažila udržovat rovinu studentského výzkumu na poli psychoterapie, a vzhledem k faktu, že nejsem psychoterapeut, se domnívám, že tato rovina není vhodná pro ověření hypotéz v praxi.

Doufám však, že za několik let se mi podaří stát se psychoterapeutem, a budu moci výzkum ověřit v praxi s legitimní platností a relevantními výsledky.

## 6. Závěr

Předložená práce si kladla za cíl seznámit čtenáře s problematikou RPG v kontextu psychoterapie. Byla vymezena teoretická východiska pro navrhovaný předvýzkum, který byl zčásti aplikován do praxe.

Původním záměrem bakalářské práce bylo zrealizovat v praxi výzkum, který byl navržen. Jak se později ukázalo téma výzkumu nebylo vhodné pro studentský výzkum. Nejen že bylo obtížné sehnat skupinu klientů, ale především bylo obtížné sehnat skupinu klientů, kteří vstoupí do psychoterapeutické skupiny, která ve skutečnosti není psychoterapeutickou skupinou. V okamžiku, kdy se podařilo přes všechny obtíže sehnat organizaci, která zaštití výzkum, a klienty, kteří do skupiny vstoupí, bylo velmi těžké udržet klientky na pomezí studentského výzkumu a nepustit je za hranici výzkumu do psychoterapie. Vzhledem k těmto událostem bylo nutné přeformulovat cíle bakalářské práce.

Původním cílem bylo ověřit v praxi stanovené hypotézy. Na základě nemožnosti hypotézy ověřit, byl cíl práce přeformulován na seznámení s danou problematikou a na podrobný návrh tzv. předvýzkumu.

Závěry z výzkumu měly být původně potvrzení nebo vyvrácení hypotéz. Při aplikaci výzkumu v praxi se však objevily nové skutečnosti, kterých bylo zajímavé si všimnout, a posloužily tak jako nové skutečnosti pro nové závěry. Za prvé to byla nutnost záštity organizace, pevné stanovení cílů, a zajištění klientů. Za druhé uvědomění si vlastních kompetencí a stanovování cílů, které budou s kompetencemi korespondovat. A poslední oblastí je vlastní práce s klienty v procesu psychoterapie, kterou je užitečné si vyzkoušet, ale je nutné znát míru.

Na samý závěr práce je třeba znovu konstatovat, že se ukázalo jako vhodné, že se výzkum nepodařilo zrealizovat. Doufejme, že se to podaří v dalších letech, až bude možné v rámci kompetencí psychoterapeuta skutečně prokázat, nebo vyvrátit, vztah mezi psychoterapií a hraním RPG.

## 7. Použitá literatura

CAILLOIS, R.: Hry a lidé. Maska a závrať. Nakladatelství studia Ypsilon. Praha 1998. ISBN 80-9024-82-2-5

CHRZ, V.: Možnosti narativního přístupu v psychologickém výzkumu. Psychologický ústav AV ČR. Praha 2007. ISBN 80-86174-11-5

TIMULÁK, L.: Základy vedení psychoterapeutického rozhovoru. Integrativní rámec. Portál. Praha 2006. ISBN 80-7367-106-9

VAVRDA, V.: Otázky soudobé psychoanalýzy. Tradice a současnost. Nakladatelství Lidové noviny. Praha 2005. ISBN 80-7106-672-9

WINNICOTT, D.W.: *Lidská přirozenost*. Psychoanalytické nakladatelství. Praha 1998.

KUBÍČEK, T.: Vypravěč. Kategorie narativní analýzy. Host. Brno 2007. ISBN 978-80-7294-215-2

SVOBODA, M. Psychologická diagnostika dospělých. Praha : Portál, 1999. ISBN 80-7367-050-X.

VODÁČKOVÁ, D.: *Krizová intervence. Krize v životě člověka. Formy krizové pomoci a služeb*. Portál. Praha 2007. ISBN 978-80-7367-342-0

COREY, G., COREY, M.S., CALLANAN, P., RUSSELL, J.M.: *Techniky a přístupy ve skupinové psychoterapii*. Portál. Praha 2006. ISBN 80-7367-160-3

ROSSBACH, G.: *Vizuální meditace*. Votobia. Olomouc 1996. ISBN 80-7198-097-8

KRATOCHVÍL, S. *Manželská terapie*. Portál. Praha 2000. ISBN 80-7367-048-8

HARTL, P., HARTLOVÁ, H.: *Psychologický slovník*. Portál. Praha 2000. ISBN 80-7178-303-X

PEKÁRKOVÁ, K. *Mediace významu ve hrách na hrdiny*. Praha, 2008. Diplomová práce na Pedagogické fakultě University Karlovy v Praze na katedře pedagogické a školní psychologie. Vedoucí diplomové práce doc. PhDr. Vladimír Chrz, PhD.

## **Přílohy**

*Příloha č. 1: Dotazník pro tvorbu postavy*

*Příloha č. 2.: Instrukce pro vyplnění dotazníku pro tvorbu postavy*

*Příloha č. 3: Meditace pro 1. setkání*



*Příloha č. 1*

Jméno			
Pohlaví			
Věk		Narozeniny	
Postava			
Obličej, vlasy			
Oblékání			
Povolání			
Rodina původní	Rodiče		Sourozenci
	Postavení		
Rodina vlastní	Manžel		Děti
	Postavení		
Vzdělání			
Víra			
Osobní historie			
Morální zásady			
Cíle			
Charakter	P/O		CH/F/S/M
Kvality			
Nedokáže			
Mám ráda			
Nemám ráda			
Záliby			

## *Příloha č. 2*

1. Jaké je jméno postavy?
2. Jaké je pohlaví postavy?
3. Kolik je postavě let? Kdy se narodila?
4. Jaký je fyzický vzrůst postavy?
5. Jaké má postava vlasy, oči a jakou barvu má její pleť? Nosí barevné čočky? Používá barvu na vlasy?
6. Jak se obléká? Něco neobvyklého? Tetování?
7. Jaké má povolání?
8. Z jaké rodiny postava pochází? Co dělaly/dělají rodiče? Je manželské dítě? Z rozvedené rodiny? Má sourozence? Kde jsou a co dělají... Kde se postava narodila? Někdo kdo vyrostl na ulici má jiné zkušenosti než dítě z nejvyšší společnosti.
9. Založila postava svou vlastní rodinu? žije v manželství? Odděleně? Má/měla děti? Pokud ne, chce to?
10. Kde nebo jak získala postava své vzdělání? Kde se naučila co umí? Na škole? Udělala vejšku? Střední?
11. Co politické názory a náboženská víra postavy? Má nějaké vyhraněné politické názory? Jaké? Je nábožensky založená? Je z nábožensky orientované rodiny? Konverovala postava? Pokud ano, proč?
12. Jaké historické události zažila? Co si z nich pamatuje? Jaké na ní zanechaly následky? Čím se postava živila předtím, než začala dělat to, co ve hře dělá? A proč to opustila.
13. Jaké jsou morální zásady postavy? Je schopná zabít? Proč? Kdy to zjistila? Myslí si, že to je ospravedlnitelné? Za jakých okolností? Co si myslí o trestu smrti, euthanasii, potratech? Drží se postava nějakých zásad sexuality? Přemýšlí o tom vůbec?
14. Má postava nějaké cíle? Touží po něčem jiném, než teď má? Je teď spokojená? Pokud ne tak proč? A co s tím hodlá dělat?
15. Jaký má charakter? Cholerik, Sangvinik, Melancholik, Flegmatik? Optimista, pesimista? Jakou má postava osobnost? 4 + 4 vlastnosti
16. Jaké zvláštní kvality má postava? Ne nutně jen dovednosti - vychází třeba dobře s lidmi? Umí se o sebe postarat? Plánovat dopředu? Odhadnout situaci?
17. Existují věci, které postava prostě nedokáže? Přiblížit se k lidem? Nepřeceňovat své síly? Pracovat s ostatními? Zachovat si chladnou hlavu? Zacházet s penězi?
18. Co má postava ráda? Mořské pobřeží? Výhled z výškových budov? Klid? Umění? Někoho konkrétního? Někaké místo? Pomerančový džus a Martini?
19. Co postava nesnáší? Dotěrné otázky? Sentimentálnost? Tomatový džus? Média? Někoho konkrétního? Mc Donald?
20. Co ráda dělá? Kde? S někým? Jak často?
21. jaké má postava zvyky? Chodí někam každý čtvrteční večer? Dělá něco klasického po ránu? Před spaním?

*Příloha č. 3: (Inspirováno Gaby Rosbach, Vizuální meditace)*

### **Meditace pro 1. setkání RPG**

Hluboký klid a uvolnění mne naplňují dokonalým pocitem blaha.

V atmosféře blaženého klidu vnímám teplo svého těla.

Mé tělo je teplé.

Obličej mám uvolněný. Čelo je chladné a svěží.

Připadám si lehká a volná jako pták.

Pomaloučku ve mně vzniká radostný pocit smíchu, který zbavuje tvář posledních pocitů napětí.

Mám se ráda a jsem smířena se sebou i se svým okolím.

Jsem šťastná a usmívám se.

Připadám si šťastná a lehká jako pírko, mám radost ze sebe samé.

Vnitřní úsměv mi pomáhá láskyplně a vyrovnaně přijmout své Já.

Jsem smířená a spokojená sama se sebou.

Naplněná pocity blaha se ocitám ve sluncem zalité krajině.

Všechny každodenní starosti jsem hodila za hlavu a zalitá sluncem procházím krajinou.

S každým nadechnutím se mé plíce plní svěží vůní teplého dne.

Mé představy jsou plné klidu a pohody.

Po chvíli se přede mnou otevírá pohled na sluncem zalité město.

Za chvíli se vydám na cestu do tohoto města.

Celé tělo je prozářené a prohřáté sluncem.

Jsem spokojený a plný pohody. S tímto pocitem se začínám vracet zpátky do reality.

Nyní tělo probouzím protahováním a napínáním svalstva zpátky k životu.

Pomaloučku se vracím do reality.

10, 9, 8,...