



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Ateliér arteterapie

Bakalářská práce

SPECIFIKA VÝTVARNÉHO PROJEVU SENIORŮ

Vypracovala: Mgr. Markéta Červíčková Húsková

Vedoucí práce: Mgr. Jana Kouřilová, Ph.D.

České Budějovice 2024

Prohlašuji, že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

Datum

Podpis studenta

Abstrakt

Bakalářská práce se zaměřuje na specifický výtvarný projev starších lidí, na aspekty stárnutí. Především se však soustředí na arteterapii právě s touto věkovou skupinou.

Teoretická část práce čtenáře seznámí s životní etapou stáří i s jejími specifiky. Stejně tak s arteterapií a s její aplikací nejen při práci se seniory. Tato část práce obsahuje i teoretické seznámení s výtvarným projevem seniorů.

Praktická část obsahuje reflexi vlastních zkušeností arteterapie se seniory, případové studie, charakteristiky, souvislosti a typické rysy uměleckých artefaktů seniorů.

Seznam klíčových slov: arteterapie, výtvarný projev, stáří, arteterapie se seniory, vývojová psychologie

Abstract

The bachelor thesis focuses on the specific artistic expression of the elderly, on the aspects of aging. Above all, it focuses on the connection between the elderly and art therapy.

The theoretical part of the work introduces the reader to this life stage and its specifics. Likewise with art therapy and its usefulness not only when working with the elderly. This part of the thesis also includes theoretical introduction to the artistic expression of seniors.

The practical part contains a reflection of own experience of art therapy with seniors, case studies, characteristics, context and typical features of artistic artifacts of seniors.

Key words: art therapy, art expression, older adult, art therapy with seniors, developmental psychology

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat své vedoucí práce paní doktorce Janě Kouřilové za inspirující nápady, cenné rady a podněty. Děkuji především za čas, který této práci věnovala.

Obsah

I.	Úvod	7
II.	Teoretická část	8
1.	Stáří	8
1.1	členění období	8
1.2	Specifikace životní etapy	9
1.2.1	involve a somatický stav jedince	10
1.2.2	involve a psychosociální stav jedince	12
2.	Arteterapie	15
2.1	Historie oboru	16
2.2	Využití arteterapie	18
2.2.1	Cílová skupina pro arteterapii	18
2.3	Výhody arteterapie	19
2.4	Projektivně-intervenční arteterapie	21
3.	Arteterapie se seniory	23
4.	Specifika výtvarné tvorby seniorů	27
III.	Praktická část	31
5.	Výzkum	31
5.1	Cíl výzkumu	31
5.2	Výzkumné otázky	31
5.3	Charakteristika výzkumu	32
6.	Výsledky a interpretace	36
6.1	Kazuistika č. 1	36
6.2	Kazuistika č. 2	45
6.3	Kazuistika č. 3	51
6.4	Charakteristiky ve výtvarném projevu seniorů	56
6.4 .1	Zacházení s barvou	58
6.4 .2	Kompozice	61
6.4 .3	Prvky objevující se v tvorbě seniorů	65
7.	Shrnutí výsledků	71
7.1	Nedostatky výzkumu	74
IV.	Použitá literatura	76
V.	Přílohy	79

I. Úvod

Ve své bakalářské práci se věnuji věkové skupině, která má v populaci stále rostoucí zastoupení. Avšak postoj k této životní etapě nenesení příliš pozitivní konotace, ani pozornost společnosti. Snažila jsem se proto nabídnout pohled přinášející smíření a naději, nejen výčet involučních aspektů, které tato část života nevyhnutelně přináší.

Teoretická část práce je věnována seznámení s arteterapií, její aplikaci i jejím výhodám oproti dalším psychoterapiím.

Při psaní této práce jsem byla překvapena, tím, jak málo pozornosti je arteterapii se seniory věnováno. Lze hovořit jen o několika výzkumech, které proběhly především v řádu posledních let. Tato skutečnost je nepříznivá o to víc, jelikož arteterapie může být jednou z nejvhodnějších terapií pro seniory. Jejím přínosům jsem věnovala samostatnou kapitolu. Pozornost jsem zaměřila i na výtvarný projev seniorů, který hodnotím taktéž jako vědecky málo probádaný.

O pozitivním vlivu arteterapie na tuto věkovou skupinu jsem se přesvědčila sama během vlastních praxí při studiu arteterapie. Svou zkušenost reflektuji a popisuji skrze případové studie a následný rozbor výtvarných artefaktů seniorů v praktické části práce.

V této části práce jsem se dále snažila aplikovat získané dovednosti projektivně-intervenční arteterapie, které jsem si během studia osvojila.

II. Teoretická část

1. Stáří

„Stáří je poslední etapou života, fází, která bývá označována jako postvývojová, protože již byly realizovány všechny latentní schopnosti rozvoje. Přináší náhled a moudrost, pocit naplnění, ale také úbytek energie a nezbytnou proměnu osobnosti směřující k jejímu konci. Je obdobím relativní svobody, ale i dobou kumulace nevyhnutelných ztrát ve všech oblastech“ (Vágnerová, 2007).

Stáří je zároveň tělesný, psychický, sociální i duchovní jev (Gruss, 2009). Tato citace německého gerontologa úderně poukazuje na propojení mezi jednotlivými složkami naší osobnosti, které se projevuje na stárnutí každého člověka, a to zcela jedinečně a individuálně. Názory a postoje k této životní etapě se liší.

Zatímco pro některé značí stáří moc, autoritu, moudrost a respekt, jiní jej považují za nucený odchod do důchodu vedoucí ke stavu závislosti, ztráty šarmu a fyzické síly. Pro většinu lidí přináší stárnutí fyziologické a psychosociální změny, které se odrážejí v jejich sníženém příjmu, menší aktivitě a následné ztrátě postavení, a to jak v rodině, tak ve společnosti (Pathath, 2017).

Stárnutí zahrnuje sociální, ekonomické a také psychické aspekty, které mají důsledky nejen pro samotné seniory, ale i pro celou společnost. Na celém světě se mění věkové rozložení. Průměrná délka života má rostoucí tendenci, tím pádem připadá do této životní fáze stále zvětšující se zastoupení v populaci (Mendes Ferracioli, 2018). Země jako Japonsko, Finsko, Švédsko, Řecko, Itálie, Německo a Španělsko patří mezi země s vyšším počtem starších dospělých. Prognózy pro rok 2060 staví na první místo Čínu se 44,3 % populace starší 60 let, následovanou Japonskem s 42,5 %, Koreou s 41,5 %, Španělskem s 41,5 %, Portugalskem s 41,2 %, Řeckem s 40,8 % a Itálií s 40,7 % (León et al., 2020).

1.1 členění období

Stáří lze členit na různé etapy, avšak jednotlivá členění se v odborných kruzích různí. Žádné rozdělení není striktně platné, slouží spíše pro výzkumné a vědecké účely. Datace životní etapy je podmíněna historicky, společensky i individuálně (Gruss, 2009). Proto zde uvádím několik příkladů datací, jež se aktuálně používají, příkládám i některé zajímavosti ohledně časové proměny ve vnímání této životní fáze.

Český psycholog Švancara (1983) udává, že stáří je etapa, která začíná v 65 letech. Proces, kdy na jedince začíná mít vliv stárnutí, však připsal k 46. – 48. roku. Vysoký věk pak datuje od 80 let.

V dnešní době z běžného hlediska považujeme třicetiletého člověka za mladého člověka, kolikrát si v tomto věku dnešní jedinec prodlužuje své adolescentní moratorium, Komenský však v 17. století viděl starce jako každého muže, kterému bylo přes pětatřicet let. Na tomto příkladu je jasně viditelná propast čtyř století. Proto musíme brát na vědomí dnešní dlouhověkost, která odpovídá vývojovému rozdělení Švancary. Rozdíl v určení hranic této věkové kategorie netvoří jen časová linie, roli zde hraje i zeměpisná lokalita. Langmeier & Krejčíková (2006) upozorňují na rozdíl v dataci periodizace stáří mezi vyspělými zeměmi, kde se přibližně používá ona hranice 65. roku, a rozvojovými zeměmi. Autoři uvádějí příklad subsaharské Afriky, kde je seniorský věk datován od 50 let výš.

Typicky se jako hranice mezi středním věkem a stářím používá chronologický věk 65 let. Toto kritérium by mohlo pocházet z Německa, které bylo první zemí světa, která vytvořila program sociálního pojištění, a to v roce 1889. Věk odchodu do důchodu byl poprvé stanoven na 70 let, v roce 1916 byl snížen k 65. roku života. V USA bylo vytvořeno sociální pojištění v roce 1935, důchodový věk byl stanoven k 65. roku života (Yochim & Woodhead, 2017).

Gruss (2009) hovoří o neustálém vývoji společnosti, o prodlužování délky života, o posunu vitality dnešních seniorů. „*Dnešní sedmdesátníci jsou například tělesně a duševně stejně zdatní jako pětadesátníci, nebo dokonce šedesátníci před 30 lety*“ (Gruss., 2009).

Podobnou periodizaci stáří jako Švancara sdílí i Vágnerová (2007), ta datuje stáří od šedesáti let života, do 75 let jej označuje jako rané stáří, posléze používá termín pravého stáří.

Podle Světové zdravotnické organizace se stáří rozlišuje na rané stáří (60-74 let), na vlastní stáří (75-89 let) a na dlouhověkost, která se datuje od 90 let.

Další členění (Příhoda, 1974) udává opět hranici 60 let jako fázi stárnutí neboli senescenci, od 75 let je vymezené období vlastního stáří, a stejně jako tomu je u WHO, Příhoda datuje dlouhověkost od 90 let.

1.2 Specifikace životní etapy

Při specifikaci období stáří je důležité vymezit si pojem stárnutí, protože vliv stárnutí je u každého člověka naprosto individuální a hraje klíčovou roli v tom, jak bude jedinec toto

období prožívat. Stárnutí neboli involuce probíhá kontinuálně prakticky už od samého početí, ale jeho skutečný projev začínáme pociťovat až po dosažení sexuální dospělosti. Involuce se nedá jednoznačně popsat, u každého probíhá variabilně a vysoce individuálně (Kalvach et al., 2004). Stárnutí je progresivní pokles funkce a výkonu, které doprovází postupující roky (Pathath, 2017).

„Stárnutí představuje neodvratitelný fyziologický děj, který je vlastně cestou do stáří, jež je poslední ontogenetickou periodou lidského života“ (Weber et al., 2000). Stárnutí přináší involuční změny, které jsou charakterizovány postupným úbytkem sil, změnou tělesného vzhledu, zpomalováním osobního tempa a snížením výkonnosti (Zacharová, 2012). Jedná se o přirozený biologický individuální proces, který snižuje adaptaci jedince (Weber et al., 2000).

Pro vymezení vztahu mezi stárnutím a stářím přikládám tuto výstižnou jednoduchou citaci: „Výsledkem stárnutí je stáří (*senium*)“ (Kalvach et al., 2004).

Proces stárnutí probíhá kontinuálně, bez konkrétně daných počátečních i konečných podob jednotlivých znaků stárnutí na rozdíl od změn v dětském věku, které mají jasně definované hranice normy (Křiváková, 2006).

Vývoj organismu a stárnutí jdou ruku v ruce během celého lidského životního cyklu, psychologie a gerontologie je nazývá adaptivními procesy, které současně zahrnují zisky a ztráty. Bohužel pro tuto životní fázi bývají změny velmi často charakterizovány právě ztrátami, jedinec se tak setkává s konečností, s ohrožením vlastní integrity těla i mysli (Mendes Ferracioli, 2018).

1.2.1 involuce a somatický stav jedince

Biologické stárnutí je charakterizováno progresivními věkovými změnami v metabolismu a fyzikálně-chemických vlastnostech buněk, které vedou k poruchám autoregulace, regenerace a ke strukturálním a funkčním změnám tkání a orgánů. Jde o přirozený a nevratný proces, který může probíhat jako úspěšné ale i jako patologické stárnutí (Dziechciaż & Filip, 2014).

Za nejdůležitější strukturální změny můžeme považovat tyto:

- atrofie tkání a orgánů;
- polymorfni amyloidní degenerace;
- vnitřní a vnější buněčná dehydratace;
- zvýšené množství tuku a snížení svalové tkáně (Dziechciaż & Filip, 2014).

Jak dobře fungují orgány, závisí na tom, jak dobře fungují jejich buňky. Obecně platí, že starší buňky fungují hůře. Také v některých orgánech buňky odumírají a nejsou nahrazeny, tudíž počet buněk v orgánech klesá. Když se počet buněk příliš sníží, orgán nemůže normálně fungovat. Většina orgánů tedy s rostoucím věkem funguje hůře. Toto pravidlo ale neplatí u všech orgánů, vymykajícím se příkladem je mozek. Zdravé starší osoby nepřicházejí o mozkové buňky. K podstatným ztrátám dochází u osob, které prodělaly mozkovou mrtvici nebo u osob, které mají poruchu způsobující progresivní úbytek nervových buněk (neurodegenerativní poruchy), jako je Alzheimerova choroba nebo Parkinsonova choroba (Stefanacci, 2022).

I když většina funkcí orgánů zůstává přiměřená, pokles funkcí znamená, že starší lidé jsou méně schopni zvládat různé stresy, včetně namáhavé fyzické aktivity či extrémní teplotní změny v prostředí. Některé orgány mají větší pravděpodobnost selhání funkce při stresu než jiné. Tyto orgány zahrnují srdce a cévy, ledviny či mozek (Stefanacci, 2022).

Snižuje se srdeční výdej, zvyšuje se krevní tlak a rozvíjí se arterioskleróza (Boss & Seegmiller, 1981). Spolu s věkem dochází ke snížení rychlosti vedení buněk myokardu (Dziechciaż & Filip, 2014). Navzdory těmto změnám, normální starší srdce funguje dobře. Rozdíly mezi mladými a starými srdci se projeví pouze tehdy, když srdce musí tvrdě pracovat a pumpovat více krve – například při cvičení nebo nemoci (Stefanacci, 2022).

Plíce vykazují zhoršenou výměnu plynů, pokles vitální kapacity a pomalejší výdechové průtoky (Boss & Seegmiller, 1981). Svaly používané při dýchání, bránice a svaly mezi žebry mají tendenci ochabovat. Snižuje se počet vzduchových váčků (alveol) a kapilár v plicích (Stefanacci, 2022).

Plíce se stávají méně schopné bojovat s infekcí, částečně proto, že buňky, které vymetají mikroorganismy z dýchacích cest, jsou toho méně schopné. U lidí, kteří nekouří nebo nemají plicní onemocnění, změny způsobené stárnutím neovlivňují běžné denní aktivity, ale mohou ztížit např. cvičení nebo dýchání ve vyšších nadmořských výškách (Stefanacci, 2022).

Celkově je trávicí systém méně ovlivněn stárnutím než většina ostatních částí těla. Svaly jícnu se stahují méně silně, ale pohyb potravy jícnem není ovlivněn (Stefanacci, 2022). Stáří má za následek ústup dásní, chybějící zuby, snížení sekrece slin a snižující gastrointestinální motilitu, problémy s vyprazdňováním a zpomalení svalového napětí (Dziechciaż & Filip, 2014). Játra mají tendenci se zmenšovat, protože se snižuje počet jejich buněk. Protéká jimi méně krve a jaterní enzymy, které pomáhají tělu zpracovávat léky a další

látky, pracují méně efektivně. V důsledku toho mohou být játra o něco méně schopná odstraňovat léky a další látky z těla (Stefanacci, 2022).

Změny u pohybového aparátu přináší změněnou hustotu kostí (obsahují méně vápníku), která klesá, což vede k degeneraci kloubu, opotřebením chrupavky a snížení mobility, což má za následek pomalou ztrátu svalové hmoty a ztráty svalové síly (Dziechciaż & Filip, 2014). V mnoha kloubech dochází k degenerativním změnám, které spolu se ztrátou svalové hmoty brzdí pohyb starších pacientů (Boss & Seegmiller, 1981). Střední ztráta kostní denzity se nazývá osteopenie a závažná ztráta kostní denzity (včetně výskytu zlomeniny v důsledku ztráty kostní hustoty) se nazývá osteoporóza. Při osteoporóze kosti slábnou a častěji se lámou (Stefanacci, 2022).

Stáří má za následek oslabení smyslů. Dochází ke snížení zrakové ostrosti a akomodační schopnosti oka, hypermetropii, atrofii tkáně kolem očí a dochází také k redukci tukové tkáně okolo očí (pokles víček). Pozorována je také nedoslýchavost ve stáří – stařecká hluchota (presbyakuzie), spolu s oslabením čichu i chuti (Dziechciaż & Filip, 2014).

Pokožka kůže s věkem atrofuje a v důsledku změn kolagenu a elastinu pokožka ztrácí tonus a pružnost. Štíhlá tělesná hmota s věkem klesá, to je primárně způsobeno ztrátou a atrofií svalových buněk (Boss & Seegmiller, 1981). Tuková vrstva pod kůží se ztenčuje. Tato vrstva působí jako polštář pro pokožku, pomáhá ji chránit a podporovat. Tuková vrstva také pomáhá šetřit tělesné teplo. Když se vrstva ztenčuje, je pravděpodobnější, že se vyvinou vrásky a sníží se tolerance vůči chladu (Stefanacci, 2022).

1.2.2 involuce a psychosociální stav jedince

Psychosociální stárnutí můžeme považovat za druhotný jev k biologickému stárnutí. Biologické změny, ke kterým dochází s věkem v lidském těle, ovlivňují náladu, postoj k životu, fyzickou kondici i sociální aktivitu jedince, a tím mu prakticky určují místo v rodině i ve společnosti. Psychosociální stárnutí však také do značné míry závisí na tom, jak je člověk připraven na stáří (Dziechciaż & Filip, 2014). Kvalita života a aktivní stárnutí je koncept provázaný biopsychosociálními složkami (León et al., 2020). S věkem narůstají potíže s adaptací do nových situací, po nichž následují nepříznivé změny v kognitivní a intelektuální sféře. Dochází ke změnám v procesu vnímání i myšlení (Dziechciaż & Filip, 2014).

Vliv stárnutí na kognitivní schopnosti je prokázán, avšak ani v této sféře osobnosti nemůžeme dojít k všeobecně platným závěrům. Ačkoliv se kognitivní schopnosti obecně

zhoršují, existuje několik faktorů, které mají pozitivní vliv na jejich udržení, mezi tyto faktory řadíme dosažené vzdělání jedince, fyzickou aktivitu a fyzické zdraví, pocit vlastní kontroly a také pocit sociální podpory okolí, naopak škodlivými vlivy na funkci kognice jsou: nadváha, kouření a užívání alkoholu (Agrigoroaei & Lachman, 2011).

Negativní vliv fyziologického stárnutí na inteligenci se projevuje především u fluidní inteligence, krystalická inteligence zažívá pomalejší úpadek, často se její zhoršení projevuje spíše s problémy aplikací dobře osvojených znalostí (Vágnerová, 2007).

Vliv stárnutí byl nejvíce zaznamenán u těchto kognitivních funkcí: u pozornosti – především se jedná o její sníženou selektivitu a zároveň vazbu na zhoršující se zrakový smysl, dále u verbální paměti, zrakově prostorové paměti, rychlosti zpracování informací, u pracovní paměti a u funkce mentální flexibility či u funkce spojenou s plánováním (Mendoza-Ruvalcaba et al., 2018).

Proti tomu funkce jako sémantická paměť a znalost jazyků jsou zachovány, dokonce se stále mohou zlepšovat. Retrospektivní myšlení umožňuje starším lidem vybavit si i ty nejvzdálenější události, disponují tak praktickými znalostmi, které mohou využívat a sdílet (Mendoza-Ruvalcaba et al., 2018; Dziechciaż & Filip, 2014).

I prožívání emocí ve stáří přináší své změny. Opět se však velmi různí. Může docházet ke snížení pozitivních emocí a naopak k nárůstu prožívání negativních emocí (Vágnerová, 2007). „*U seniorů můžeme vysledovat zdánlivě protichůdné změny v emocionálním prožívání, které jsou částečně spojené s fyziologickými změnami, ale někdy také s aktuálním zdravotním stavem, např. vysokých krevním tlakem*“ (Kolaříková, 2019). Vágnerová (2007) popisuje i nárůst zklidnění a zároveň podráždění. Na jedné straně dochází ke zpomalení, ke snížení intenzity emocí, na druhé straně některé podněty mohou emoční reakci více vyvolávat, může docházet k citové labilitě, u některých osob může převládat úzkostné a depresivní ladění (Vágnerová, 2007).

Sociální stárnutí je spojeno se ztrátou sociálních rolí, často také s pocitem osamělosti a s omezením mezilidských vztahů. Důležitým faktorem pro zlepšení psychosociálního fungování ve stáří je přijetí této životní fáze a vlastní aktivita (Dziechciaż & Filip, 2014).

Na tuto životní etapu můžeme nahlížet i jako na období, které může souviset se ziskem, ne jen se ztrátami. Stáří může být obdobím růstu a užíváním si svobody, ve stáří můžeme zažívat pocit, že nemáme tolik povinností, je to období, ve kterém se můžeme věnovat novým věcem. (Agrigoroaei & Lachman, 2011). Přijetí stáří přispívá k pocitu štěstí a životní spokojenosti (Dziechciaż & Filip, 2014).

Stejný názor sdílí i Vágnerová (2007), která poukazuje na to, že i toto období může nabídnout mnohé příjemné zážitky a zkušenosti, které kolikrát mohou překonat i předchozí životní fáze. Je ale nutné, aby člověka v této etapě netrápily zdravotní obtíže (stejně tak i jeho blízké), aby byl finančně zajištěný, a aby měl dobré sociální vztahy.

Pokud bychom se na období stáří podívali pohledem Erika Homburgera Eriksona, který vytvořil teorii Osmi věků člověka, setkali bychom se v tomto období s úkolem celkové integrity já. Integritu chápe Erikson jako přijetí vlastního životního běhu. Vágnerová (2007) definuje integritu takto: jako pravdivost vůči sobě samému – tedy reálné zhodnocení vlastního života, bez iluzí i příkras, dále se dle Vágnerové jedná o smíření se vším, co život přinesl, člověk s integritou by měl být zakotvený ve společnosti, znát své místo i svou životní filosofii, která nese životní moudra, zkušenosti i hodnoty každého jedince.

Jelikož teorie osmi věků člověka staví na návaznosti předchozích vývojových etap, a jejich úspěšném zvládnutí, a tedy získání ctností pro dané vývojové fáze, je možné, že v této poslední fázi nebude moci daný jedinec prožít onu integritu a její ctnost moudrost. Místo tohoto vyvrcholení poslední fáze života a celého vývojového cyklu může v případě nenaplnění dojít k pocitu, že člověk neodvedl dost práce, nenaplnil dostatečně nebo správně své vztahy, jedinec může prožívat pocit zoufalství a strach ze smrti (Kolaříková, 2019).

Vágnerová (2007) popisuje i Jungův pohled na etapu stáří. Podle Junga by v tomto období mělo dojít k výsledku procesu individuace. V první polovině života se jedinec soustředí na cíle typu: vzdělání, kariéra, sociální vazby, budování postavení ve společnosti či založení rodiny. V druhé polovině života se cíle zaměří více na vnitřní svět jedince, to je onen proces individuace, jehož cílem je, aby se člověk stal tím, kým skutečně je. Jungův pohled na tuto fázi tak koresponduje s teorií Eriksona, v této životní fázi by se člověk měl soustředit na svůj rozvoj, měl by znát sám sebe, být autentický a přijímat svou jedinečnost.

Ačkoliv Jungovy teorie nebyly záměrně cílené pro specifikaci této vývojové fáze, mohly bychom využít i Jungovu teorii kolektivního nevědomí a fenomén introspekce.

Kolektivní nevědomí je základem osobnosti, na kterém je postaveno osobní nevědomí a ego. Tato teorie tvrdí, že lidé mají tendenci dívat se na život buď svou vlastní optikou (introverti), nebo optikou druhých lidí (extroverti) (Jung, 1960). Jak jednotlivci stárnou, přemítají o svých přesvědčeních a úspěších. Lidé jsou považováni za úspěšně stárnoucí, pokud přijmou svou minulost, dokážou se přizpůsobit svému fyzickému úpadku a pokud se dokážou vyrovnat se ztrátou svých blízkých. Tato teorie tvrdí, že introspekce podporuje pozitivní vnitřní růst a je chápána jako součást zdravého stárnutí (Mauk, 2018).

S předchozími teoriemi koresponduje i teorie osobní pohody od Carol Ryff, která popisuje, že pokud má člověk prožívat zdravý duševní rozvoj v této životní fázi, je nutné, aby jedinec sám sebe přijímal, aby měl pozitivní vztahy s druhými, aby byl autonomní, organizoval svůj prostor a aby byl přesvědčen o tom, že život má svůj účel a cíl (Kolaříková, 2019).

2. Arteterapie

Ulman (2001) arteterapii definuje jako „*terapeutické postupy navržené tak, aby napomáhaly příznivým změnám v osobnosti či životě, které přesáhnou nad rámec arteterapeutického setkání*“.

Arteterapie je forma terapie, která využívá umění jako primární formu terapeutického vyjádření. Terapeuti v této oblasti mohou pomoci svým klientům interpretovat a pochopit vlastní pocity a emoce prostřednictvím umění, které klienti vytvářejí. Samotný proces tvorby umění je často sám o sobě léčivý (Petruzzi, 2023). Terapeut využívá umělecké artefakty klientů, k podnětnému rozhovoru, který pacienty nutí hledat smysl v jednotlivých symbolech. V kombinaci s terapeutickým hovorem může arteterapie pomoci klientům s vypořádáváním se se silnými emocemi, se zvýšením sebevědomí a sebehodnocení, může také pomoci snížit stres a úzkost (Wamboldt, 2019).

Arteterapeutické sezení spočívá v tom, že klient pomocí různých výtvarných materiálů vyjadřuje své myšlenky a emoce v přítomnosti arteterapeuta, který je pomáhá zkoumat, nabízí jiný pohled a pomáhá hledat smysl (McMillan et al., 2018). „*Arteterapie představuje soubor uměleckých technik a postupů, které mají kromě jiného za cíl změnit sebehodnocení člověka, zvýšit jeho sebevědomí, integrovat jeho osobnost a přinést mu pocit smysluplného naplnění života*“ (Šicková-Fabrici 2002).

Arteterapie je formou klinické intervence, která využívá umění jako primární způsob vyjádření a komunikace. Arteterapeut využívá kreativitu k dosažení osobních cílů a cílů souvisejících s léčbou. Klient využívá a vytváří umění proto, aby mohl vyjadřovat své pocity v daném okamžiku nebo o konkrétní zkušenosti či situaci (Jonas, 2017).

Arteterapii je poměrně těžké stručně popsat. Pro některé je hlavním činitelem terapeutické zkušenosti samotné umění. Pro jiné je to vztah s terapeutem, který je považován za zásadní prvek (Edwards et al., 2014).

Arteterapeutická praxe vyžaduje znalost výtvarného umění (kresba, malířství, sochařství a další umělecké formy) a tvůrčího procesu, stejně tak musí arteterapeut ovládat vývojovou psychologii, psychologické a poradenské teorie a techniky (Wamboldt, 2019).

Kreativní umělecké terapie mohou zahrnovat různé umělecké modalitty včetně vizuálního umění, hudby, tance, dramatu a fotografování. To může probíhat individuálně nebo ve skupině (McMillan et al., 2018).

Arteterapii můžeme rozdělit na dva rozdílné směry dle tvůrčí činnosti klienta, a to na terapii receptivní a produktivní. Při receptivní arteterapii, klient sám netvoří, místo toho se pracuje s výtvarným dílem někoho jiného, ono cizí dílo na klienta nějakým způsobem působí, a s tím v arteterapii s klientem dále zacházíme. Při produktivní arteterapii dochází k samotné tvorbě klienta, který vytváří svůj vlastní výtvarný artefakt (Šicková-Fabrici 2002).

2.1 Historie oboru

Umění je jednou z nejstarších forem komunikace a sebevyjádření. Dokonce už pravěcí lidé vytvářeli umělecká díla, nejprve ve formě jeskynních maleb, později pak méně „primitivními“ způsoby. Zatímco lidé používají umění jako způsob vyjádření, komunikace a léčení po tisíce let, obor arteterapie vznikl teprve v minulém století (Petruzzi, 2023).

Koncept arteterapie uvedl do praxe už samotný Aristoteles (4. století př. n. l.). Aristoteles přinesl myšlenku katarze neboli očisty či očištění v souvislosti s tragickým dramatem. Při zhlédnutí dramatu měl divák možnost identifikace s hlavním hrdinou, jehož osud vzbuzoval takové emoce jako lítost nebo strach, díky uměle navozené situaci a příběhu docházelo u diváků nejen k estetickému potěšení ze hry, ale i k samotné katarzi, k odžití si příběhu hrdiny. Ono odžití s příběhem neslo své ovoce u publika. Stejný efekt, jako kdysi prožívali Aristotelovi diváci, prožívají samotní tvůrci umění, i ti, kteří jej přijímají jen jako diváci, pozorovatelé či čtenáři (Sharma, 2019).

Na začátku 20. Století použil Freud umění a literaturu pro psychoanalýzu svých pacientů a klientů. Vycházel z toho, že potlačované touhy lze sublimovat ve formě umění. Považoval umění jako náhradní možnost pro poskytnutí uspokojení. Pokud naše přání nelze splnit, můžeme být duševně narušeni a v depresi. Umění nám může pomoci naplnit nenaplněné a skryté touhy (Sharma, 2019).

Koncepční a metodologické základy současné arteterapie byly položeny s příchodem psychoanalýzy a hlubinné psychologie, a to Sigmundem Freudem a Carlem Gustavem

Jungem. Dalšími pokračovateli byli zástupci psychoterapeutických směrů, kteří hledali cesty, jak spojit výtvarné působení s psychoterapeutickými postupy (Rovenská, 2007).

Samotný obor arteterapie se začal formovat až v polovině 20. století. Lékaři zaznamenali, že jedinci trpící duševním onemocněním se často vyjadřovali pomocí kreseb a dalších forem umělecké tvorby, což vedlo lékaře k tomu, aby prozkoumali použití umění jako léčebné strategie. První arteterapeuti, kteří publikovali zprávy o své práci, uznávali vliv estetiky, psychiatrie, psychoanalýzy, raného dětství a umělecké výchovy (Petruzzi, 2023).

Termín arteterapie byl zaveden v roce 1942 britským umělcem Adrianem Hillem. V té době se Hill zotavoval z tuberkulózy v sanatoriu, kde objevil terapeutické výhody kreslení a malování při rekonvalescenci. Napsal, že hodnota arteterapie spočívá v „úplném pohlcení mysli (stejně tak prstů)...uvolnění tvůrčí energie a kreativity často inhibovaného pacienta“, což pacientovi umožnilo „vybudovat si silnou obranu proti svému neštěstí“ (Petruzzi, 2023).

Přibližně ve stejné době začala tento termín používat také Margaret Naumburg v USA. Její popis arteterapie zní takto: Uvolnění nevědomí pomocí spontánního výtvarného projevu; má své kořeny v přenosovém vztahu mezi pacientem a terapeutem, a na podpoře volné asociace. Je úzce spjata s psychoanalytickou teorií. Léčba závisí na vývoji přenosového vztahu a na neustálém úsilí získat pacientovu vlastní interpretaci jeho symbolických návrhů. Obrazy vytvořené jsou formou komunikace mezi pacientem a terapeutem; tvoří symbolickou řeč (Naumburg in Ulman, 2001). Naumburg nepřisuzovala umění žádnou další úlohu. Tvorbu vnímala jako svobodný umělecký projev, který se při arteterapii stává symbolickou řečí napomáhající ke zvýšení verbalizace v průběhu terapie (Petruzzi, 2023).

Další důležitou průkopnicí tohoto oboru v USA je Edith Kramer, umělkyně, která poukázala na důležitost tvůrčího procesu, psychologické obrany a umělecké kvality (Petruzzi, 2023). Jelikož Edith Kramer vyzdvihovala léčivou kvalitu samotného tvořivého procesu, můžeme ji řadit mezi zástupce prvoprosocové arteterapie (Ulman, 2001). Její přístup bychom mohli připodobnit spíše k přístupu Adriana Hilla nežli k přístupu M. Naumburg.

Ačkoli přístupy k arteterapii přijaté Hillem a Naumburgovou byly velmi odlišné, navíc byly časem nahrazeny následným vývojem v rámci rozvíjejícího se oboru. Jejich průkopnická práce se přesto uplatnila a má stále významný a trvalý vliv. Arteterapie se díky nim vyvíjela podél dvou paralelních řetězců. První cestou bylo chápání samotného umění jako terapie, jak obhajoval Hill, a druhou pak využití umění v terapii, jak prosazovala Naumburg. První z těchto přístupů zdůrazňuje léčivý potenciál, který je vlastní procesu tvorby umění, zatímco druhý zdůrazňuje význam navázaného terapeutického vztahu mezi arteterapeutem, klientem a uměleckým dílem (Edwards et al., 2014).

2.2 Využití arteterapie

Ačkoliv je arteterapie forma psychoterapie, která primárně využívá umělecká média jako způsob komunikace, klienti nemusí mít žádné předchozí zkušenosti nebo dovednosti v umění (Edwards et al., 2014). Arteterapeuti pracují s lidmi všech věkových kategorií: s jednotlivci, s páry, s rodinami i se skupinami. Poskytují své služby jednotlivě i jako součást klinických týmů v prostředích, která zahrnují nejrůznější varianty. Můžeme se s nimi setkat ve zdravotnickém zařízení v rámci péče o duševní zdraví, může se jednat o lékařské i forenzní instituce, arteterapie může mít komunitní dosah, neobvyklé nejsou ani komunitní centra, školy, pečovatelské domy a nesmíme zapomenout na nezávislé terapeutické praxe (Wamboldt, 2019).

2.2.1 Cílová skupina pro arteterapii

Arteterapie se jako léčebná metoda nejprve využívala v psychiatrické péči pro pacienty s těžkým duševním onemocněním, s psychotickými a autistickými poruchami. Právě arteterapie pomáhala těmto jedincům překonávat vážné potíže v komunikaci, které jsou typické pro osoby trpící těmito poruchami. Tyto výsledky vedly k rozšíření použití technik arteterapie také na pacienty s méně závažnými potížemi, díky využití arteterapie, docházelo i u této sorty klientely ke zvýšení sebevědomí, upevnění ega a zlepšení sociálních dovedností. Úspěchy dosažené v terapii vedly k rozšíření využití arteterapie v rehabilitaci pacientů s neurologickým poškozením a tělesným postižením, kdy aktivity pomáhají těmto lidem přijmout postižení, rozvíjet větší osobní autonomii a sociální vztahy (Lydia & Aurora, 2014).

Dnes je arteterapie stále více využívána běžnými lidmi, nikoli nositeli konkrétních výše popsaných útrap. Lidé ji využívají jako formu vzdělávání, jako možnost, jak rozvíjet svou kreativitu, také jako cestu k sebeuvědomění a sebepřijetí. (Lydia & Aurora, 2014). Arteterapie může člověku pomoci k tomu, aby cítil, že má svůj život více pod kontrolou. Může také zvýšit jeho sebevědomí, pomoci s vyjadřováním svých citů a přání, zlepšit komunikaci a získat lepší přehled o svém životě (Petruzzi, 2023).

Arteterapie může pomoci jednotlivcům zvládnout a vyrovnat se s mentálními zdravotními problémy, s fyzickou bolestí, náročnými emocemi, pocity a zážitky. Umožňuje lidem osvobodit se od úzkosti a využít k tomu svou představivost. Arteterapie je velmi užitečná pro řešení duševního zdraví, pokud jsou jiné metody léčby neúčinné, arteterapie může být hlavní formou léčby (Sharma, 2019). Tento terapeutický přístup se používá k tomu,

aby pomohl klientům prozkoumat, externalizovat, zpracovat a vyřešit negativní myšlenky a pocity spojené s traumatem. Arteterapie může být také vhodná pro děti i pro jedince s obtížemi s verbálním vyjadřováním, (McMillan et al., 2018).

Zlepšení duševní pohody člověka je obvykle primárním cílem arteterapie. Klienti, kteří arteterapii vyhledávají, mohou trpět širokou škálou mentálních nebo emocionálních problémů. Tato forma terapie může pomoci klientům vyrovnat se s každodenním stresem, s chronickou bolestí, s terminálními nemocemi, poruchami příjmu potravy, nízkým sebevědomím a zneužíváním. Jedinci trpící duševními poruchami, jako je deprese a posttraumatický stresový syndrom, mohou také těžit z arteterapie (Petruzzi, 2023).

Velmi intenzivní, složité nebo matoucí emoce někdy nelze verbálně vyjádřit, právě použití umění v terapeutickém prostředí může pomoci tyto pocity zvládnout a sdílet (Jonas, 2017). Celkovým cílem je umožnit klientovi provést změnu a růst na osobní úrovni prostřednictvím používání uměleckých materiálů v bezpečném a usnadňujícím prostředí (Edwards et al., 2014).

Existuje mnoho odborných studií, které se snaží metodicky validním způsobem ověřit a změřit efektivitu arteterapie. Ve studii doktorky McMillan et al. (2018) bylo zjištěno, že arteterapie snižuje symptomy úzkosti u žen s rakovinou prsu. Příznivé výsledky vlivu arteterapie autoři studie zaznamenali i u skupiny fyzicky zdravých seniorů. U této skupiny navíc zaznamenali zvýšenou náladu a sebevědomí díky arteterapii. U osob trpících demencí bylo zjištěno, že arteterapie přitahuje jejich pozornost, poskytuje jim potěšení a zlepšuje neuropsychiatrické symptomy, dále posiluje jejich sociální chování a byl zde zaznamenán i přínos sebeúcty.

2.3 Výhody arteterapie

Uznávána průkopnice arteterapie Harriet Wadeson (1980) shrnula funkce arteterapie formulováním šesti výhod arteterapie. Do těchto šesti výhod řadí obraznost, sníženou obranu ega, objektivizaci, stálost, prostorovou maticí a kreativní a fyzickou energii.

První výhodou arteterapie je obraznost. V podstatě jde o to, že lidé myslí v obrazech dříve než pomocí slov. Vývojově se předverbální myšlenky vyskytují v obrazech, než se přemění ve slova, obrazy tak lze považovat za jazyk našeho nevědomí. Obraz snu, fantazie nebo zážitku je zobrazován spíše v podobě obrazu, proto je arteterapie výhodnější oproti klasické verbální terapii, kdy musí docházet k překladu do slov.

Druhou výhodou arteterapie je podle Wadeson snížená obrana ega. Jde o to, že během běžné verbální komunikaci zvládnou lidé více manipulovat a cenzurovat svůj nevědomí materiál. Umění je pro většinu lidí méně obvyklým komunikačním prostředkem, a proto je méně přístupné k onomu ovládnutí. Naše obrany jsou tak potlačeny a na povrch vyplouvá jindy střežený obsah nevědomí.

Třetí výhodou je objektivita. *„Pocity nebo myšlenky jsou nejprve externalizovány v objektu. Umělecký objekt umožňuje jedinci, oddělit se od pocitů, rozpoznat jejich existenci. Nakonec se v průběhu arteterapie pocity stávají vlastněnými a integrovanými jako součást já“*. (Wadeson, 1980). Umělecké dílo je hmatatelné a může tvořit most umožňující jednotlivci externalizovat své pocity méně ohrožujícím způsobem. Tyto pocity pak mohou být zpracovány a integrovány.

Čtvrtou z výhod je stálost. V arteterapii se vytvořené obrazy stávají trvalými. Obraz zůstává stejný a můžeme si ho připomenout kdykoliv v budoucnosti i po skončení terapie. Tato výhoda může klientovi pomáhat během terapie, kdy díky uchování si své tvorby, může sledovat své posuny.

Troufám si tvrdit, že tato výhoda je využitelná i pro samotného arteterapeuta, který díky stálosti výtvarných artefaktů může sledovat klientův vývoj. Dokonce tak může získávat jakousi zpětnou vazbu při zhlédnutí klientovy produkce (vidět onen posun fyzicky na papíře).

Pátou výhodou Wadeson nazývá jako prostorovou matici. Tento koncept odkazuje na skutečnost, že umělecké vyjádření, stejně jako nevědomé myšlení, není vázáno časem ani pravidly jazyka, jako je gramatika, syntax nebo logika, protože je prostorové povahy a vztahy v umění se vyskytují v prostoru. Díky těmto vlastnostem obraznosti mohou být současně vyjádřeny i zcela rozporuplné zážitky jako blízkost a vzdálenost, pouto a rozdělení, různé ambivalentní postoje jedince i jeho kontext rodinného života atd....

Šestou a poslední výhodou arteterapie je podle Wadeson kreativní a fyzická energie. Během uměleckého procesu se klient aktivuje, což je dle autorky proces, který na sebe váže uvolnění tvůrčí energie. Při umělecké tvorbě se klient mnohem více podílí než jen při verbální terapii, klient je tak více zapojen, je více aktivovaný, dle Wadeson arteterapie umožňuje otevřenější a léčivější diskusi s terapeutem.

2.4 Projektivně-intervenční arteterapie

Ateliér arteterapie Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích vznikl v devadesátých letech minulého století. Zakladatelem je Milan Kyzour starší, malíř a hudebník (Šicková, Fabrici, 2002). Název Rožnovská projektivní arteterapie je odvozen od českobudějovické čtvrti, kde se ateliér původně nacházel. Milan Kyzour vnesl do arteterapie své zkušenosti malíře i pedagoga, vycházel z touhy zdokonalit svůj pedagogický přístup a z poznatků Herberta Reada, Jeana Piageta a Sigmunda Freuda. Arteterapii pojal Kyzour především jako léčbu prostřednictvím umění. Jeho přístup se stal teoretickým i praktickým základem Ateliéru arteterapie na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity (Lhotová, 2010; Hromádková, 2017). Projektivně-intervenční arteterapie pracuje na klientově sebevyjádření pomocí expresivních prostředků, zejména pomocí výtvarných technik. Kromě svého terapeutického působení má tento obor i nesporný diagnostický aspekt (Lhotová, 2010).

Samotná interpretace vychází z psychoanalytického pojetí terapie, avšak Rožnovská arteterapie do ní zahrnuje prvky behaviorální terapie a fenomenologie. Prvky behaviorální terapie lze nalézt v harmonizaci kresby a malby, také ve snaze odstraňovat symptomatické projevy. Mezi fenomenologické koncepty patří např. techniky uvolňování a reagování – abreakční techniky (Lhotová, 2010). Arteterapie v Rožnovské škole kombinuje abreakci a analytickou výtvarnou tvorbu s využitím direktivního přístupu. Jedná se o akčně orientovanou techniku, respektující ontogenezi výtvarného projevu. Cílem metody je vést klienta k revizi životních krizí a k nalezení účinných způsobů jejich zvládnutí (Kyzour, 2010). Také můžeme říct, že cílem této výtvarné metody je vytvořit vyvážené, realistické a iluzivní dílo se zaměřením na proporce, kompozici a teorii barev. Změna a kultivace výtvarného vyjádření klienta je v Rožnovské arteterapii chápána jako analogie, metafora posunu osobního. Vycházíme z empiricky ověřeného předpokladu, že změny osobnosti jsou vyvolány změnami v uměleckém projevu klienta. Zároveň zpětně posuzujeme rozsah této změny na základě vývoje klientovy umělecké produkce (Kyzour ml., 2002).

Úkolem arteterapeuta je usnadnit posun ve výtvarném projevu klienta. Arteterapeut musí pamatovat na to, že jeho výtvarně metodické intervence nejsou cílem, nýbrž prostředkem k dosažení posunu ve výtvarném vyjadřování klienta (Hrouzek, 2006).

Arteterapie má sama o sobě léčebný potenciál, přesto by měl arteterapeut být obezřetný a soustředit se na klientův výtvarný posun, pokud by klientův projev nebyl kultivován, mohlo by dojít k fixaci klientova problému (Kyzour, 2010).

Obraz v projektivně-intervenční arteterapii zprostředkovává nejen psychickou intenzitu klienta, ale nabízí také možnost diagnostiky a odhalení souvislostí, které by jinak nebyly zpřístupněny obrannými mechanismy (Slavík, 2001). Životní problémy se metaforicky promítají do výtvarných artefaktů. Výtvarné dílo je vnímáno jako reprezentace aktuálně neuvědomovaných nebo nepřítomných životních situací (Kyzour, 2010). Rožnovská arteterapie spočívá v tom, že arteterapeut a klient diskutují o umělecké tvorbě, přičemž terapeut slovně a racionálně pomáhá klientovi pochopit a reflektovat témata prezentovaná v jeho díle (Lhotová, 2010).

Výtvarný artefakt je interpretován v kontextu a v rámci obrazu, s ohledem na aktuální vývojové stádium autora, v potaz se bere i jeho výtvarné vzdělání a zkušenosti. Základem Rožnovské metody je zobrazení reality, východiskem je zobrazení skutečnosti a adaptace skutečnosti v kresbě nebo malbě. O realitě v obraze je uvažováno jako o paralele k socializaci a adaptaci jedince ve společnosti. Projektivně-intervenční arteterapie preferuje realistickou tvorbu před abstraktní, realistická tvorba totiž skýtá fenomén odlišnosti záměru a skutečného provedení (promítá se zde napětí mezi psychickou a objektivní realitou) (Kyzour, 2010).

Projektivně-intervenční arteterapie využívá témata bohatá na interpretaci, jejich zaměření je pohádkového a mytologického charakteru, patří mezi ně: Adam a Eva, Betlémská scéna, Mořská panna, Sněhová královna, Medúza, Červená Karkulka, Šípková Růženka, Perníková chaloupka, Loutkové divadlo. Tato témata odkazují svou archetypální povahou na klíčové momenty ve vývoji osobnosti jedince.

Další skupina témat nabízí práci s rodinnými a partnerskými vztahy. Tato sada obsahuje následující témata: Rodinná koláž; Matka a dítě; Já, partner a jeden z rodičů; Otcův svět; Matčín svět, Zázitek z dětství.

Témata Rožnovské školy pomáhají identifikovat sebepojetí klientů, interpretovat jejich aktuální situace, postoje k autoritám, mezilidské vztahy, vztah k realitě i to nakolik klient využívá abstraktní myšlení (Zeman, 2021).

Jako vhodná technika pro zpracování témat je použita především akvarelová malba, dále se využívají techniky vhodné k práci s barevnou skvrnou a jejím dotvářením (vymývaný a dotvářený akvarel nese označení „akční akvarel“ a „smejvák“). Využívá se i tvorba koláží či uhlové rezervy.

3. Arteterapie se seniory

Vzhledem k celosvětovému růstu počtu starší populace je důležité zaměřit se na zlepšení kvality života této skupiny. Kvalita života starší populace je spojená se zachováním jejich funkčních kapacit a autonomie, aby se ona životní kvalita zlepšila, navrhuje Světová zdravotnická organizace (WHO) politiku a programy pro aktivní stárnutí s cílem zlepšit zdraví, angažovanost a bezpečnost starších občanů. Arteterapie je v tomto kontextu nástrojem, který může být používán k podpoře zdraví starších dospělých, protože její stimulační potenciál přispívá ke zlepšení sociálních vztahů a sebevědomí (Jardim et al., 2020).

Ačkoliv v posledních letech dochází k nárůstu počtu publikací věnující se arteterapii se seniory, stále je její výskyt spíše sporadický a pochází především z posledních let (Ravid-Horesh, 2004).

Nízký počet publikací na téma arteterapie se seniory ukazuje na potřebu se tomuto tématu více věnovat, přesto samotné dosavadní provedené studie potvrdily mnoho přínosů pro tuto věkovou skupinu (Jardim et al., 2020). Tito autoři upozorňují arteterapeuty na to, aby dostatečně znali vývojovou psychologii, aby tak porozuměli četným změnám, ke kterým dochází v důsledku stárnutí, jako jsou fyziologické, mentální a kulturní změny.

Vyžaduje se také citlivost arteterapeuta při výběru materiálů, tak aby klienti mohli bez problémů tvořit. Například se někdy jedná o zjednodušení typu: houbičky na štětci, předřezané koláže, kapky vody umístěné na barevných blocích – všechny tyto drobnosti mohou usnadnit sebevyjádření staršího klienta (Ravid-Horesh, 2004). Nečasová (2001) mezi principy sociální práce se seniory uvádí následující přístupy: *Individualizace* - rozpoznání specifických potřeb klienta.; *emoční vyjadřování* - respektování emočního projevu klienta; *přijímání* - naslouchání klientovi otevřeně a bez předsudků; *empatie* - vcítit se do problémů klienta a zaujmout otevřený, ale opatrný, neodsuzující postoj, *Sebedeterminace* - respektování potřeby klienta samostatně se rozhodovat.

Cíle arteterapeutické léčby pro osoby seniorského věku by se měly zaměřovat spíše na zlepšení kvality života než na terapeutické změny. Tato zlepšení mohou zahrnovat získání dovedností v boji proti izolaci a adaptability a posílení sebeúcty (Wadeson, 2000). Arteterapie podporuje paměť, sebevědomění a jemnou motoriku seniorů, pomáhá jim vyrovnat se se změnami souvisejícími s věkem. Terapeuti přizpůsobují techniky schopnostem seniorů a podporují jejich kreativitu a motivaci (Šicková-Fabrici, 2016).

„Hlavní strategie arteterapie se seniory jsou v práci s klientem v jeho momentálním aktuálním problému, práce s technikami, které odpovídají věku klienta, a hlavně posílení

smyslu pro důstojnost. Arteterapie se seniory se snaží aktivizovat zbytky jejich vitality, flexibility, stimulovat jejich kreativitu“ (Šicková-Fabrici, 2016).

Skupinová arteterapie se seniory je velmi náročná v tom, že se jedná o velmi různorodou skupinu (od aktivních po velmi nemocné jedince), tím pádem je velmi těžké všechny zaujmout. (Campbell, 1998)

V dosud provedených výzkumech se vždy jednalo o menší počet účastníků výzkumu, není tedy možné, vnímat získané výsledky jako všeobecně platné. Přínos arteterapie pro seniory je však bezesporný. V následujících odstavcích jsem provedla rešerši výsledků některých studií, některé z nich samy na tento fakt upozorňují.

Protože arteterapie nám umožňuje se vyjádřit a komunikovat, může být zvláště přínosná pro starší dospělé, kteří mají potíže vyjádřit své myšlenky a pocity prostřednictvím jiných terapeutických metod (Mittal & Mahapatra, 2021).

Dá se říci, že terapie pomocí umění v kombinaci s expresivními procesy, představuje odhalující a inspirující cestu. Tato terapeutická cesta pomáhá seniorům věřit, rekonstruovat, vytvářet a vyjadřovat své emoce a pocity (Jardim et al., 2020).

Umělecká tvorba poskytuje starším dospělým pocit úspěchu a sebeúcty. Tím, jak senioři získávají porozumění a sebevědomí v umělecké tvorbě, stávají se obvykle nezávislejšími a ochotnějšími zkoumat své myšlenky a pocity (Ravid-Horesh, 2004).

Miller (1984) pracoval se seniory trpícími terminálními stavy, s lidmi, kteří jsou si vědomi blížící se smrti. Zjistil, že arteterapie takovýmto klientům umožňuje vyjádřit hněv a strach ze smrti, umění totiž může usnadnit vyjádření abstraktních kvalit, jako je např. právě bolest.

Arteterapie poskytuje jedinečnou příležitost pomoci seniorům v zapojení do tvůrčího procesu, je to možnost, jak zlepšit svou komunikaci, jak ovládat emoce a způsob zapojení se do života. Arteterapie usnadňuje sociální spojení, nabízí klientovi pocit kontroly a volby, podporuje fyzické i psychické zdraví (Mittal & Mahapatra, 2021). Ravid-Horesh (2004) taktéž poukazuje na přínos arteterapie v tom, že právě při této technice má senior možnost prožívat pocit autonomie, volby a rozhodování. Arteterapii doporučuje do domů pro seniory a do ústavů. V těchto zařízeních sklouzává život seniora k pasivitě, a právě arteterapeut může svého klienta v rámci terapie podporovat v aktivním rozhodování.

Mezi výhody používání arteterapie patří významný nárůst duševní pohody (wellbeing) seniorů, akceptace prostředí, zvýšení sebevědomí a motivace k práci. Studie také potvrdily snížení frekvence i intenzity depresivních symptomů a úzkostí, zlepšení sebepoznání, obnovení sebeúcty a také nárůst sebevědomí (Jardim et al., 2020).

Studie v pečovatelském domě, kde klienti domu pracovaly s keramikou, ukázala, že arteterapie pomáhala zlepšit psychickou pohodu klientů a snížila výskyt deprese (Mittal & Mahapatra, 2021). Malování má osvobozující a katarzní funkci, energický pohyb malby pomáhá odblokovat emoce, dochází k uvolnění a rozšíření vědomí. Tento expresivní zdroj také umožňuje starším dospělým pracovat na své motorické koordinaci (Jardim et al., 2020).

V arteterapeutickém procesu je koláž expresivním organizováním, strukturováním a integrováním zdrojů, v této technice je umožněno použít řezání, rozbíjení, shromažďování, upřednostňování atd. Koláž je technika, která dokáže z dobře známých věcí otevřít cesty do neznáma a získat tak nové možnosti. Tento způsob otevření umožňuje starším dospělým dostat se ke svým pravým emocím (Jardim et al., 2020).

Modelování je činnost, která stimuluje smyslové funkce, které často bývají ve stáří oslabené, pracuje s trojrozměrnou organizací. Když se senioři dotýkají hlíny, navazují důvěrný kontakt s materiálem a podněcují svou kreativitu, což umožňuje rozvinutí vlastního imaginárního světa. Materiály použité v této expresivní modalitě mohou být např.: hlína, papír-mâché, sádra, plastelína a modelína. Tyto prostředky umožňují jedinci, aby se dostal do kontaktu se svými emocemi a pocity, jedná se o techniku podporující sebepoznání (Jardim et al., 2020).

Mezi další pozitivní aspekty arteterapie se seniory často patří uvolnění zadržovaných emocí, pocit hrdosti na svou minulost a na vytvoření hmatatelného produktu, integrace nevyřešených konfliktů, potlačení osobní izolace a zoufalství a osvojení si kompenzačních technik, kterými se lze vypořádat s deficitem (Ravid-Horesh, 2004).

Drucker (1990) uvedl, že arteterapie může poskytnout odbytí pro vyjádření promarněných příležitostí, tím dát smysl minulým životním událostem.

Mahendran et al. (2018) provedli studii na starších lidech s mírným postižením kognitivních schopností, což je fáze kognitivního poklesu, do které je ještě možné efektivně zasáhnout. Arteterapeutické intervence byly prováděny jedenkrát týdně po dobu tří měsíců a byly rozděleny do dvou složek: jednalo se o komentované prohlídky uměleckých děl z galerie a muzeí, druhou částí byla výtvarná produkce, na které se podíleli účastníci, ti museli tvořit tematická umělecká díla. Autoři studie dospěli k závěru, že existují důkazy, že specifické arteterapeutické intervence, které byly obě pečlivě strukturované a konzistentně prováděné pomohly účinně zlepšit kognitivní funkce u starších osob s mírnou kognitivní poruchou.

Arteterapie má určitý účinek na zlepšení pozornosti a orientace pacientů s demencí, snížení behaviorálních a psychologických symptomů, zlepšení sociálních dovedností pacientů a snížení zátěže pečovateli o pacienty s demencí (Wang & Li, 2016).

Arteterapie je prospěšná pro seniory, skrze ni někteří klienti dokážou vyjádřit své pocity, arteterapie pomáhá jejich paměti a motorickým dovednostem, také tato technika může pomoci odhalit rané příznaky demence. V České Republice je běžná v denních a sociálních zařízeních ve formě uměleckých a rukodělných dílen, které nabízejí i v domovech pro seniory, avšak ne tak často. V těchto zařízeních se terapeuti zaměřují na samotný proces tvorby, socializaci a různé techniky, ne však na samotnou reflexi, kterou běžně využívá arteterapie. Dílny jsou většinou vedeny aktivizačními pracovníky (ti většinou nemají příliš kompetencí ani zkušeností s arteterapií), málokdy samotnými arteterapeuty. V domovech pro seniory se vzhledem k různým diagnózám (např. demence či tělesné postižení) doporučuje individuální práce nebo práce v malých skupinách (Hrubá, 2019).

Někteří klienti mohou navštěvovat hodiny arteterapie v zařízeních jen s cílem navázání sociálního kontaktu. Před zahájením arteterapeutických sezení je proto nezbytné získat úplné informace od všech účastníků. Cílem arteterapie pro seniory je podpořit kontakt s ostatními lidmi, zapojit se do příjemných aktivit a uspokojit jejich potřeby a zkvalitnit jejich životy (Stadlerová et al., 2013).

Pro lepší přehlednost přínosů arteterapie pro seniory přikládám tuto sumarizaci:

- Práce s emocemi – vyjádření, uvědomění, zpracování, uvolnění
- Posílení sebevědomí
- Posílení sebeúcty
- Cesta k sebepoznání, sebereflexe, znovu odžití
- Posílení autonomie – aktivní rozhodování
- Socializace – lepší komunikace, způsob vyjadřování
- Wellbeing – fyzická i psychická stránka
- Aktivizace
- Prožití úspěchu
- Zvýšení adaptability
- Trénink jemné motoriky
- Trénink paměti

4. Specifika výtvarné tvorby seniorů

Růžičková (2004) poukazuje na problematiku konkrétní specifikace výtvarné tvorby u seniorů. Dle jejího názoru není možné jednoznačně specifikovat jejich tvorbu. „*Očekávání toho, že udělám jasné závěry a řeknu: senioři tvoří tímto způsobem, užívají tuto symboliku, a ta znamená toto... Nic z toho neplatí. Osobnost starého člověka je tak bohatá, nabitá vědomostmi a vytvarovaná (i zdeformovaná) osobními vlastnostmi a zkušenostmi, že nelze udělat žádné jednoznačné závěry*“ (Růžičková, 2004)

Pokud bychom hledali nějaký výčet typických znaků vyskytujících se ve výtvarné tvorbě seniorů, mohli bychom použít tento seznam specifik od Jana Štorkána (2004) popsany v časopise arteterapie:

- roztržitost objektů
- objekty zobrazovány bez kontextu
- lineárnost, kresebnost
- naivní dojem
- trhaná, přerušovaná linka
- plošné či pointilistické zobrazení
- snaha o vybarvování
- figura zobrazena staticky a v nedospělém věku
- zobrazení zvířat jako zástupného objektu citové fixace
- kresby jsou doplněny vysvětlujícím a doplňujícím textem
- chladná (obvykle modrozelená) barevnost

Mnoho těchto bodů můžeme nalézt i v charakteristice tvorby pro dětský věk. Proto přidávám výsledky bakalářské práce Švecové (2015). Tato autorka interpretovala výtvarné artefakty seniorů v sociálních zařízeních, v jejich tvorbě taktéž zaznamenala regresní známky odkazující spíše k dětskému věku. V získaných pracích se opakovaně vyskytovaly tyto výtvarné regresní aspekty:

- výskyt schematického zobrazení jako je např. sluníčko
- prvek dekorování, opakování ornamentu
- umístění objektů na spodní linku

- postrádání perspektivy
- časté zobrazení květin nerealistickou formou
- střídání více úhlů pohledu
- nízká linie horizontu

O chybějící perspektivě v tvorbě seniorů hovoří i Švancara (1980), ten popisuje chybějící druhý i třetí plán. V tvorbě seniorů je většinou zobrazen jen plán první. Dále se Švancara vyjadřuje k využití spíše levé poloviny obrázku, kterou odůvodňuje zaměřením seniorů na minulé časy. Třetí plán dle Karvánkové (2022) taktéž v tvorbě seniorů chybí, většinou ho dle jejího názoru nahrazují vynechaným prostorem či bílou barvou.

„V tvorbě seniorů můžeme nalézt odkazy na preschematické a schematické období. Jedná se o antropomorfní zobrazování. Umísťování předmětů na spodní okraj čtvrtky, hieratické zobrazování, nepoměr velikostí nebo i transparentní zobrazování a R-princip“ (Karvánková, 2022).

Další bakalářská práce mapující ve své výzkumné části výtvarná specifika seniorů patří Součkové (2012). Autorce se podařilo zachytit mnoho opakujících se výtvarných fenoménů v tvorbě seniorů. Její výsledky doplňují výše zmíněné informace.

Senioři kladli téměř veškeré objekty na základní linku. V tvorbě nedocházelo k překrývání jednotlivých prvků, objekty také byly disproporčně velké. Kromě toho senioři kreslili některé objekty z nejtýpčtějších úhlů pohledu. Linie horizontu byla často nakreslena velmi nízko a ve sledovaných pracích se vůbec nevyskytoval objem a stín. V některých pracích se senioři spoléhali na zobrazení, která byla schematického typu, opakovala se také statická zobrazení figur. Docházelo ke stereotypnímu opakování některých prvků. Kromě toho byla pozorována také geometrizace a antropomorfizace prvků. Objevovaly se také deformované lidské postavy. Všechny tyto fenomény odkazují na to, že v tvorbě seniorů dochází k výtvarnému regresu. Součková cituje možné odůvodnění zakladatele Rožnovské arteterapie Milana Kyzoura, který viděl paralelu mezi dětským a seniorským věkem v tom, že obě tyto životní etapy jsou velmi egocentrickým obdobím, kdy se jedinec soustředí sám na sebe a na své základní potřeby.

V tvorbě seniorů se téměř nevyskytovaly žádné detaily, což autorka kladla za vinu zhoršující se grafomotorice autorů obrázků.

Společným znakem tvorby seniorů je především omezená barevná škála. *„Přestože při práci měli klienti celé barevné spektrum, pracovali povětšinou se čtyřmi až pěti barvami*

napříč celou jejich tvorbou. Jedná se převážně o modrou, zelenou, hnědou, žlutou a vínovou. Ze způsobu užití barev a jejich četnosti lze usuzovat, že tato skutečnost by mohla odkazovat na častou deprivaci klientů v seniorním věku“ (Karvánková, 2022). Plassová (2010) realizovala výzkumnou část bakalářské práce realizací a vyhodnocováním výsledků Wartegova testu u seniorů. U barevné preference dosáhla podobných zjištění. Zpracování obrázků bez použití barevných pastelek bylo nejčastější metodou zpracování ve studijním vzorku (jednalo se o 132 polí z 224). Další velká část seniorů využila pro vyplnění testu pouze jednu barvu.

U Wartegova testu Plassová (2010) sledovala další aspekty tvorby např. stínování. Stínování použil pouze jediný účastník testu, dalších 27 seniorů stín výtvarně nevyjádřilo v žádném poli. Perspektiva se v tvorbě seniorů vyskytovala v podobném měřítku, Plassová ji zaznamenala jen u 3 účastníků. Senioři v téměř polovině případů nevyužily ani polovinu nabízeného prostoru čtverce, pouze v osmi případech účastníci využili celou plochu.

Dalším pozorovaným výtvarným aspektem byla dynamika, ta byla vyhodnocena pouze u 23 polí z 224, tudíž můžeme usoudit, že dynamika nepatří mezi typický znak výtvarného projevu seniorů. Naopak za typickou charakteristiku bychom mohli považovat tzv. schematické kresby s banálními motivy, jako jsou květiny, měsíc, slunce, dům a tak dále... Plassová (2010) popsala tvorbu účastníků často jako zjednodušenou a stereotypní, někteří účastníci se této charakteristice vymykali – v jejich případech se jednalo o výtvarně poučené klienty domova, kde výzkum autorka realizovala.

„Dle literatury jsou postavy v tvorbě seniorů výjimečným prvem a většina respondentů se opravdu malování postav raději vyhýbala. V celém výzkumu se objevily pouze dvě figury a obě v typicky statické pozici. Respondentky dávaly přednost malování zvířete před postavou“ (Karvánková, 2022)

Jelikož ve výzkumné části své bakalářské práce pracuji i s tvorbou seniorů s diagnostikovanou demencí, přikládám krátkou charakteristiku tvorby těchto osob.

Práce klientů s demencí se velmi podobá tvorbě dětí (Růžičková, 2004). Šicková-Fabrici (2016) popisuje charakteristické rysy výtvarného projevu u pacientů s Alzheimerovou chorobou takto:

- chaotické uspořádání objektů
- výrazně prodloužené tvary objektů
- lineární zobrazení fragmentárním stylem (v raném stadiu klient zobrazuje objekty realisticky, zatímco v pokročilejších stadiích nemoci zobrazuje pouze jejich obrysy, které jsou neurčité)

- ornamentalizace
- větší úspěšnost v kolážových technikách

Alzheimerova choroba ovlivňuje paměť, ale kreativita a vyjadřování emocí mohou zůstat zachovány po dlouhou dobu. Arteterapie může pacientům pomoci ventilovat frustrace a vyjádřit pocity (Švecová, 2015). V bakalářské práci této autorky nalezneme autoportréty umělce Williama Utermohlana, kterému byla diagnostikována Alzheimerova choroba, svými obrazy tak zmapoval pětiletý postup nemoci.

„Za dobu, co pracuji s klienty s Alzheimerovou chorobou, jsem zjistila, že v počátečních prvního stadia nemoci klienti ve své tvorbě používají téměř všechny základní barvy (černou, bílou, červenou, zelenou, žlutou, modrou, hnědou, šedou, oranžovou, růžovou a fialovou). S postupující nemocí se však jednak zmenšuje počet barev, které se na obrázku vyskytují, ale i jejich intenzita. To znamená, že barvy blednou - zde bychom mohli hledat určitou analogii s tím, jak se klient ztrácí (dochází k rozpadu osobnosti), ubývá mu fyzických sil a celkově je slabší (ubývá na váze, je více unavený)“ (Jonášová, 2016).

S postupujícím onemocněním je pozorován další jev. Jedná se o odklon od teplých tónů barev. V počátečních fázích neměli klienti problém s používáním teplých barev, jako je červená, fialová, teplý zelený odstín, oranžová a růžová. Později se jejich barevnost změnila.

Červená se proměnila do vínové, fialová do modré, zelená do odstínu břechťanově zelené, dále převládaly chladné odstíny hnědé, tmavě modrá barva a černá barva (Jonášová, 2016). Autorka také zaznamenala absenci žluté barvy, a to i u objektů, které jsou pro tuto barvu typické.

III. Praktická část

V praktické části bakalářské práce bych ráda navázala na kapitoly uvedené v teoretické části práce. Vycházím z teoretických poznatků o vývojové psychologii, arteterapii a o zákonitostech výtvarné tvorby seniorů. Mým interpretačním východiskem je projektivně-intervenční arteterapie, kterou jsem se pokusila představit v kapitole jí věnované.

V praktické části bych chtěla provést kvalitativní výzkum formou vícečetné kazuistické studie ukazující výtvarnou tvorbu osob v seniorském věku. Pokusím se vysledovat specifika výtvarné tvorby seniorů, a své výsledky porovnáám s již provedenými studiemi, které jsem představila v teoretické části práce.

Zaměřuji se také na výtvarné artefakty z interpretační perspektivy optikou projektivně-intervenční arteterapie, díky níž rozvíjím možné hypotézy o tom, co může umělecký projev vypovídat o prožívání starších lidí.

5. Výzkum

Obsahuje tři případové studie klientek domu pro seniory a následnou reflexi obrázků, které jsem s klientkami domova vytvořila při společných setkáních.

5.1 Cíl výzkumu

Cílem této kvalitativní studie je zjistit, zda lze ve výtvarných pracích seniorů vysledovat charakteristiky, jako je celková úroveň výtvarného projevu, způsob zpracování artefaktů, výskyt motivů, barevné preference, práce s perspektivou či zpracování detailů.

Cílem práce je aplikovat získané dovednosti z projektivně-intervenční arteterapie. Pokusím se rozvinout hypotézy na základě dostupných výtvarných artefaktů, vypořádat opakující se témata vyskytující se v tvorbě seniorů.

5.2 Výzkumné otázky

V1: Jaké výtvarné charakteristiky lze vypořádat ve výtvarném projevu seniorů?

V2: Jaká témata lze vypořádat ve výtvarném projevu seniorů?

5.3 Charakteristika výzkumu

Ve výzkumné části bakalářské práce zacházím s čtyřiceti pěti výtvarnými artefakty, které vznikly během realizace mé praxe v rámci studia arteterapie v domově pro seniory u krajského města.

Všechny výtvarné produkce vytvořily ženy. Většinu klientů v zařízení tvořily právě ženy, společných skupinových sezení se účastnily pouze klientky. Veškerá účast byla dobrovolná.

K setkáním docházelo pravidelně jednou týdně po dobu měsíce a půl. Jednalo se o období května a června, tato roční doba se tematicky promítla do výtvarné tvorby klientek.

Vedení zařízení trvalo na tom, abych nejdříve dostatečně poznala klienty a pracovníky domova skrze volnočasové a zdravotní aktivity, které zařízení nabízí. Kvalifikovaní aktivizační pracovníci (nikoliv arteterapeuti) zprostředkovávají klientům rozmanitý program. Samotný arteterapeutický přístup je v těchto zařízeních využíván pro širokou škálu činností, jako je pletení, umělecké dílny pro ženy, údržba zahrady, literární kroužky, reminiscence, diskuse, společné sledování filmů, trénování paměti atd.

Lze bezesporu konstatovat, že ačkoli se v zařízeních používají určité arteterapeutické metody, žádná z nich se nepodobá projektivně-intervenční arteterapii.

Skutečnost, že se klienti společně nezabývají výtvarným projevem, mi sdělil bezprostředně jak personál, tak klienti: klienti nejeví zájem o malování, někteří z něj dokonce mají strach, jiní výtvarný projev považují za aktivitu vhodnou jen pro děti.

Po třech týdnech seznamování a sledování provozu jsem převzala vedení uměleckých dílen pro ženy, kde se klientky standardně po většinu času věnují rutinním činnostem, mezi které patří pletení košíků a háčkování. Nejedná se o příliš oblíbený program a jeho návštěvnost není vysoká, čítá zhruba tři pravidelné účastnice.

Když aktivizační pracovníci ohlásili klientkám změnu v podobě mého vedení uměleckých dílen, o program byl nový a větší zájem. Pojem arteterapie vzbudil pozornost.

Umělecké dílny jsem představila jako výtvarný arteterapeutický ateliér. Na arteterapeutické setkání docházel počet deseti až patnácti žen ve věku sedmdesáti až devadesáti čtyř let. Účast byla u většiny klientek opakovaná.

Mým cílem a záměrem bylo přiblížení výtvarné techniky klientům domova. Chtěla jsem klientkám zprostředkovat pozitivní zážitek z tvorby, rozvíjet jejich kreativitu, posílit sebevědomí, zdolat strach, který v klientkách výtvarný projev prvotně vzbuzoval. Věděla jsem, že arteterapii se seniory nebudu stavět na interpretacích, nýbrž na samotném procesu

tvorby. Má pozornost byla věnována maximálnímu individuálnímu zacházení s klienty. Ačkoliv arteterapie v domově probíhala skupinově, její realizaci jsem vnímala spíše jako paralelní průběh několika individuálních arteterapií ve stejný čas na stejném místě. Bylo potřeba, abych adekvátně zhodnotila svůj přístup ke každé klientce.

Umělecká dílna sloužila nejen k samotné tvorbě a následně k rozhovorům nad artefakty, ale fungovala i jako forma společenského setkání, kdy některé klientky nepřicházely osobně tvořit, nýbrž jen sledovat proces tvorby, některé se následně zapojovaly do rozhovorů, některé nikoliv. Na každém setkání tvořilo alespoň pět žen. Přítomnost přihlížejících přispívala k přátelskému duchu setkání, ženy se mezi sebou velmi podporovaly a pomáhaly si. Jedna paní, která sama netvořila, vystřihovala výstřižky z časopisu pro klientku, která tvořila, ale měla obtíže s vystřihováním.

Při setkáních jsem s klientkami začínala individuálním motivačním rozhovorem, který se spontánně rozvinul v hromadnou diskuzi, následně jsem klientkám nabídla témata, která se většinou vztahovala k aktuálním událostem, svátkům a počasí. Poté probíhala samotná tvorba, některé klientky vyžadovaly mé vstupy, některé si je naopak nepřály.

Některé klientky vyžadovaly pomoc s tvorbou, v takovém případě jsem do tvorby vstupovala svými metodickými poznámkami vztahujícími se k barevnosti, k práci s prostorem, k celkové kompozici viz kazuistika č. 3.

Stejným způsobem probíhaly i rozhovory po dokončení výtvarných artefaktů. Setkala jsem se s klientkami, které si o svých obrázcích chtěly povídat v soukromí, některé ve skupině a jiné ženy o následný rozhovor nestály. Vývoj setkání jsem konstruovala na základě individuálních potřeb klientek, které se ten den uměleckých dílen účastnily. Z této skutečnosti jsem vycházela i pro mou potřebu fotografování vzniklých artefaktů, vycítila jsem, že v některých momentech není vhodné klientce klást dotaz na to, zdali si mohu její dílo fotografovat a následně s ním pro svou studijní potřebu pracovat.

Vliv na následný rozhovor nad dokončeným artefaktem mělo i tempo, kterým klientky pracovaly. Mezi klientkami byly v tomto směru velké rozdíly. Proto jsem se snažila o společné reflektování již během samotné tvorby. Tato skutečnost však byla limitována pozorností klientek, a stejně tak potížemi s nedoslýchavostí a krátkozrakostí.

Domnívám se, že pro práci s touto věkovou skupinou je nutné přistupovat tímto velmi individuálním způsobem. Jelikož potřeby a požadavky klientek byly tak diametrálně rozdílné, byla potřeba tyto aspekty neustále reflektovat a mapovat. Podařilo se mi však navzdory náročnosti organizace udržet časový rozvrh i průběh setkání. Snažila jsem se svou pozornost adekvátně dělit dle potřeb klientek, někdy bylo potřeba předvídat některé obtíže, které mohly

u konkrétních klientek nastat. V takovém případě jsem např. předpřipravila veškerý materiál klientce, odstranila jsem překážky v cestě, tak aby se na invalidních vozících pohodlně dopravily a usadily na své místo, stejně tak jsem se snažila dodržovat zasedací pořádek, který si klientky vytvořily. Snažila jsem se, aby setkání bylo pro každou osobu co nejvíce komfortní a bezpečné.

Skupina žen setkávající se na arteterapeutickém tvoření byla velmi heterogenní, klientky přicházely s rozdílnou motivací, osobní charakteristikou, ale i s rozdílnou úrovní výtvarného poučení – největší skupinu tvořily ženy, které se výtvarné tvorbě věnovaly jen jako děti, dle svých slov byly bez vztahu k výtvarné tvorbě. Pro některé klientky byl výtvarný projev celoživotním zájmem, jedna klientka se malováním živila.

Jméno účastnice	Věk účastnice	Vztah k výtvarné tvorbě
Kateřina	75 let	Záliba
Helena	77 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Františka	80 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Jitka	73 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Markéta	81 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Jana	91 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Anna	82 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Drahomíra	94 let	Záliba
Marie	86 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Míroslava	77 let	Záliba
Marta	76 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Gisela	79 let	Záliba
Hana	70 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Stanislava	71 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Radka	70 let	Bez vztahu k výtvarné tvorbě
Martina	81 let	Záliba, živnost

Proces výtvarné tvorby na společných setkání ovlivňoval také zdravotní stav klientek. Jak již bylo popsáno v teoretické části, v práci s touto věkovou skupinou se můžeme setkat s velmi odlišnými zdravotními stavy klientely. Na setkání docházely klientky, které nepocítovaly téměř žádné fyzické či psychické limity stáří. Na druhou stranu přicházely

i klientky, které bylo potřeba na setkání osobně dovést nebo přivést, jelikož již nebyly schopny samostatného pohybu.

Arteterapii v zařízení absolvovaly i klientky s Alzheimerovou chorobou. S tímto typem klientů jsem měla zkušenost již ze svých dvou předchozích praxí. Tuto svou zkušenost představuji u kazuistiky č. 2, kterou jsem však realizovala v předchozím roce v jiném zařízení, přesto jsem si ji do praktické části zařadila vzhledem k rostoucímu počtu těchto pacientů mezi seniorskou klientelou.

Během svých praxí jsem se ve třech různých zařízeních setkala se stejným problémem, a to je nedostupnost informací. Jelikož arteterapeut nepatří mezi povolání zdravotnického charakteru, nenáleží mu přístup do zdravotní dokumentace klientů v zařízeních.

Při této své poslední praxi jsem strávila čas s klienty nejdříve při jiných aktivitách, měla jsem tak více možností pro jejich poznání a získání informací. Neměla jsem však žádné výchozí informace o osobách, se kterými jsem se setkávala, musela jsem se spolehnout jen na svá zjištění, pozorování a úsudek.

Jelikož v tomto domově pro seniory přijímají klienty s různými typy onemocnění fyzického, psychického i kognitivního charakteru, bylo pro mě těžké se zorientovat ve zdravotních stavech a potřebách všech klientek navštěvující umělecké dílny.

6. Výsledky a interpretace

Interpretace většiny výsledků jsou mé subjektivní postřehy, které nebyly s autorkami obrázků konzultovány, pokud ano, tuto skutečnost v textu zmiňuji.

Artefakty, o nichž pojednávají tyto kapitoly, jsou ve větším měřítku uvedeny v příloze.

Nejprve v této části práce představím tři kazuistiky žen, které se opakovaně účastnily společných setkání, následně vytvořím hypotézy charakteristik vyzorovaných ve výtvarném projevu seniorů a případných interpretačních témat opakujících se v artefaktech.

6.1 Kazuistika č. 1

Paní Martina (81 let) žije v domově pro seniory již několik let, je upoutána na invalidní vozík a má mnoho zdravotních problémů. Je však velmi energická, činorodá, s ostatními klientkami se neznala, jelikož na žádné jiné aktivity klientka nedochází.

Na výtvarné dílny tato klientka docházela pravidelně, vynechala jen kvůli nemoci.

Dříve na setkání, při kterých se v domově tvořilo, Martina nedocházela, jelikož ji aktivity typu pletení košíků nikdy nezajímaly. Výtvarnou dílnu začala navštěvovat až během mého působení.

O výtvarný projev měla velký zájem, avšak vlastní vztah k tvorbě nijak nereflektovala. Klientka během tvorby ráda hovořila o různých životních situacích, a to jak příjemných, tak velmi emočně náročných, její emoce však byly obtížně čitelné. Paní Martina se zdála být stále neutrální, změny bylo možné pozorovat pouze ve frekvenci komunikace.

Osobnost této klientky je pro mě zvláštní tím, že navzdory zdánlivě sympatickému a přátelskému vystupování se mi s touto ženou těžko pracovalo, měla jsem pocit, že si ode mě udržovala určitý odstup. Například si jako jediná nosila vlastní výtvarné potřeby, což může také naznačovat jen to, že klientka potřebovala vlastní prostor a pohodlí formu jistoty.

Martině velmi prospívalo obsazení místa vedle dvou žen s nejvýraznějšími konverzačními schopnostmi nebo v jejich blízkosti. V rámci skupinové dynamiky se během několika minut rázem ocitla téměř ve stejné roli jako tyto dvě klientky, někdy i v pozici plnohodnotné vedoucí skupiny. Když bylo uspořádání jiné, nebo byla celkově tišší poklidnější atmosféra, byla i Martina méně expresivní, uzavřená, nepřístupná a zcela bez sdílení pocitů z tvorby.

Martina pracovala jednoznačně nejrychleji ze skupiny, a tak během jednoho našeho setkání většinou stihla vypracovat několik variant, z nichž jsem některé ani nestihla spatřit.

Sama si po sobě uklízela a po dokončení tvorby opouštěla skupinu předčasně, což se vymykalo standardu, kdy jsem blížící se konec setkání ohlašovala já, následně jsem po klientkách uklízela.

Paní Martina pravidelně volila formát papíru velikosti A3, tedy větší nežli ostatní klientky. Pokud měly klientky na výběr, vždy raději volily menší formát - velikost A4, paní Martina nikoliv.

Jako první Martinin obrázek bych chtěla představit koláž na téma: zdroje každého z nás.



Obrázek 1: mé zdroje, Martina 81 let

Paní Martina nejdříve nashromáždila mnoho výstřížků, oproti ostatním velké množství. Jednotlivé díly začala na papír nalepovat, až když měla pocit, že měla všechny výstřížky, které hledala. Tento přístup se rozcházel s přístupem téměř všech ostatních klientek. Ostatní ženy většinou našly jeden konkrétní objekt, ten přenesly nebo nalepily na papír, a následně hledaly další díly, které by do jejich obrázku zapadaly. Interpretačně zde nalézám znovu potřebu mít věci pod kontrolou – tedy připravím si přesný výčet obrázků, ten přenesu na papír a nic do mého obrázku dále zasahovat nebude. Přístup ostatních klientek zachází jako by s náhodou – nalepím jeden objekt a posléze hledám další hodící se objekt.

Martinina koláž je primárně soustředěna na zvířata. Při pohledu na jednotlivá zvířata si můžeme povšimnout jejich jednotné povahy. Nejedná se o skupinu zvířat zastupující nějakou

divokost či nespoutanost, místo tématu pudovosti zde bezesporu vyvstává téma potřeby dotyku, blízkosti, téma kontaktu.

Jsou zde vyobrazena zvířata, která chováme my lidé pro svou potřebu i potěšení. Zvířata, ke kterým chováme lásku i úctu, která máme domestikována, která máme pod svou kontrolou, jsou to zvířata, která jsou na lidech závislá, jsou bezpečná, neodmítnou svého pána. Jejich přítomnost může odkazovat na chybějící emoční oporu, přijetí, blízkost, případně i deprivanční potenciál. Souvisí tyto emoce s osamělostí v domově pro seniory?

Celá koláž nese téma blízkého kontaktu. Např. konkrétní plemeno vepře, které si klientka vybrala, může asociovat plyšového medvídka, i na identifikačním místě můžeme vidět selátka tohoto druhu. Stejně tak kočka v horní části obrázku, spolu s příjemným plédem, na kterém leží, může v člověku vyvolat potřebu a touhu po kontaktu – teplo, důvěra, fyzický kontakt. Odkaz zde pozoruji i ve výstřižku ruky nalepeném pod odevzdanou kočkou. To je další aspekt hmatového vjemu, letmý dotek motýla na prstu – jen prchavá chvíle, na motýla nelze sáhnout, aniž bychom mu neublížili. Lze pracovat s otázkou na chybějící fyzickou či psychickou blízkost klientky. V tomto kontextu lze přemýšlet také nad ženou nalepenou nad identifikačním místem. Tím, že je zde jedinou lidskou postavou, která disponuje pouze hlavou – čímž je jí zcela znemožněn pohyb a fyzický kontakt. Oddělení hlavy od těla (od emocí) je ještě zvýrazněno přelepením krku (paní Martina nosí kolem krku vždy šátek). Postava, v tomto případě hlava, je zde ponechána bez možnosti nějakého kontaktu či interakce s ostatními objekty, znovu tak přicházím k myšlence izolovanosti klientky, která může souviset s pocitem osamělosti.

Během tvorby paní Martina hovořila o zvířatech, o vřelých citech, které k nim chová, o místech, kam jezdí zvířata pozorovat. Její koláže měly u ostatních klientek velký úspěch. Když Martina obrázek dokončila, rozhodla se ho odvézt přítelkyni žijící na nedaleké samotě u rybníka. Na další schůzce jsem se na podarování zeptala, nakonec k němu prý nedošlo. Paní Martinu přítelkyně urazila nevhodným dotykem, který byl příliš silný, klientku zranil a dokonce jí způsobil modřiny. Urazila se, i když věděla, že záměr přítelkyně nebyl zlý (nebyl to dotek, který by klientka měla pod kontrolou). Nakonec koláž předala vnučce.

Koláže se staly oblíbenou technikou paní Martiny, jejich provedení bylo vždy pečlivé, zaplněné bez bílých míst. U ostatních klientů byly tak oblíbené, že je Martina začala rozdávat. S ostatními klientkami jsem na kolážích dále nepracovala, posunuly jsme se k projevu pomocí vodových barev a pastelek. Martina však s touto technikou nechtěla skončit, a tak v ní na rozdíl od ostatních klientek nadále pokračovala. Pokud byla v dobré náladě a byla sdílná, tak jsme si o obrázcích během tvorby povídaly. Cítila jsem, že naší společnou komunikaci

vede paní Martina, že mi staví hranici, kterou nesmím překračovat, respektovala jsem její potřeby. V rámci tohoto pocitu jsem ji nechala volně tvořit koláže, bez vstupů, bez doptávání, bez fotografování.



Obrázek 2: mé zdroje, Martina 81 let

Poslední Martinina koláž překypuje dominantními prvky, u předchozího interpretovaného obrázku to byla zvířata, nyní jsou to větrné mlýny. V obou kolážích sleduji monotematicnost prvků. Nabízí se zde téma potřeby přehlednosti, autorka může mít ráda řád. Obliba pořádku? Či maskování, dekorování, tak aby autorka o sobě příliš neprozradila.

Autorka mluvila o květinách, o její lásce k tulipánům a o kráse Holandska, načež jsem trochu odvázně reagovala tím, že milované tulipány zde nevidím a stejně tak ony větrné mlýny mi spíše asociují Španělsko než Holandsko.

Klientka se ale stáhla a vše negovala, tulipány v časopisech nebyly, Španělsko nezná a takto vypadá Holandsko. Martina náš rozhovor nenechala rozvíjet, poznala jsem, že během této tvorby se nemohu více doptávat.

Mlýny navíc v tomto vydatném počtu mohou značit Martinin boj s větrnými mlýny. V tomto aspektu mě napadá možný boj s časem, boj s nemocemi, které klientku sužují. Roztočené mlýny nabízejí aspekt dynamiky, kdy roztočená turbína přináší energii, přináší pohyb, něco se roztáčí, mění? Dva mlýny zde dynamiku brzdí svou horizontální polohou.

Vytvářejí tak pocit statiky. Mohou se tyto dva mlýny pokoušet zastavit čas? Mohou ještě něco změnit? Lze v této metafoře přemýšlet nad nezastavitelností času, nad uplynulým životem.

Téma izolovanosti zde znovu ožívá s postavou na identifikačním místě. Žena je zde tentokrát zachycena tak jako by byla busta – znovu nehybná, opět má stejně jako její autorka ovázaný krk. Navíc to, že je postava vybavena zimním oblečením a horkým nápojem, koresponduje znovu s tématem možné citové deprivace. Kamenné zdi budov taktéž mohou skýtat chlad. Pokud bychom se ještě zamysleli nad větrnými mlýny jako nad domy a nad tím, kolikrát jsou zde akcentovány, může pro autorku ztráta původního zázemí – původního domu vytvářet problém. Je možné, že se jedná o téma, které autorka opakovaně řeší.

Věk ženy na obrázku souhlasí s věkem ženy na předchozí koláži, jedná se o ženy mnohem mladšího věku, nežli je nynější věk klientky. Promítá se zde touha k vrácení času? Značí ženy tohoto věku potřebu něčeho dořešit v daném období Martinina života? Nebo nesou odkaz na danou část života? Obě koláže vyzařují mladým duchem, nesou energii i barvy odkazující k mladšímu věku, jelikož jsou tematicky obě koláže zdrojové, je možné tento aspekt chápat tak, že paní Martina disponuje svými zdroji, že ví, kde je může čerpat.

Když paní Martina tvořila tuto koláž, domluvily jsme se s ostatními klientkami, že na příštím setkání vyzkoušíme techniku akčního akvarelu neboli smejkáku, všechny klientky byly na tuto techniku velmi zvědavé. Na další schůzku paní Martina nedorazila, zpětně tvrdila, že ji zcela vytěsnila. Což bylo zajímavé v tom, že rozvrh je v domově stále jasně daný a neměnný. Dalo by se uvažovat nad tím, proč se akčnímu akvarelu chtěla vyhnout – ačkoliv se do nové techniky nemusela pouštět, klidně mohla zůstat u svých bezpečných koláží. Pro paní Martinu může být přizpůsobování se novým věcem obtížné, proto jí opora v bezpečné technice vyhovovala. To, že je přizpůsobování pro Martinu náročné může souviset se ztrátou původního domova, s Martininým opatrným přístupem vůči arteterapii, i s jejím postupem, jakým vytváří koláže, korespondenci lze pozorovat i v monotematicnosti v kolážích – ona neměnnost.

Přesto, než nastala další společná schůzka v domově, byla jsem telefonicky kontaktována ergoterapeutkou s tím, že paní Martinu vynechání této techniky velmi mrzelo, a že by byla moc ráda, kdyby si ji mohla také vyzkoušet. A tak jsem na dalším setkání pracovala s ostatními klientkami na dalších tématech a s paní Martinou na technice akčního akvarelu.

Její finální výsledek jsem bohužel neviděla, protože jej nestihla v ateliéru dokončit. Obrázek si po zaschnutí dodělávala sama na pokoji. Její práce byla ale naprosto odlišná od způsobu tvorby druhých a pro posun v rámci naší arteterapie se jednalo klíčovou aktivitu.

Ostatní klientky kladly skvrny na papír ne zcela vyhovujícím způsobem, některým jsem do tvorby musela vstupovat, abych jim pomohla výsledný artefakt vytvořit. Paní Martina se do tvorby pustila velmi zkušeně, několikrát papír bohatě zaplnila. Tříkrát nebo čtyřikrát jsme vrstvy smyly. Bylo zajímavé, že jindy byla s kolážemi velmi rychle hotová, někdy dokonce vytvořila během hodiny a půl i dva obrázky, když to tento akční akvarel autorka nestihla. Ačkoliv ostatní klientky tuto techniku stihly všechny v časovém limitu. Mám pocit, že akční akvarel byl něčím vymykajícím se pro paní Martinu. Byla to technika, kterou nemohla mít pod kontrolou, technika, které se zprvu vyhnula, ale následně o ní přemýšlela a odvážně ji zkusila.

Během tvorby mi její barevné skvrny asociovaly barevností Munchův výkřik. Barevné provedení a hlavně i tahy, které klientka dělala, byly doslova identické, ale v paní Martině tato spojitost nic neevokovala, navíc tvrdila, že neví, o jaký obraz se jedná. Když obrázek začal schnout, a my jsme koukaly, co by v artefaktu mohlo vyvstat, paní Martina viděla své oblíbené téma krajiny, která jako by se koupala v zapadajícím slunci. Finální výsledek jsem ale nespátřila.

Nyní se konečně dostávám k tomu, proč považuji tuto techniku za tolik důležitou pro paní Martinu. Poté, co si klientka vyzkoušela akční akvarel, došlo k velkému zlomu a odhalení. Po patnácti letech se totiž klientka vrátila k malování. Možná to vysvětluje, ty větrné mlýny na scéně? Možná proto byla cesta k technice taková komplikovaná a postoj k ní vlastně ambivalentní. To, že techniku jako jediná nedodělala, ačkoliv tato žena postupovala velmi chytře systematicky a rychle – přesto kvalitně. Že potřebovala prostor navíc na dodělání obrázku ve svém klidu a soukromí. Smytí mělo svou symboliku.

Později paní Martina odhalila, že před námi záměrně tajila to, že se celý život živila jako malířka.

Na poslední schůzce skupiny, které se Martina zúčastnila, jsem položila na stůl kytici, kterou jsem přinesla jako model pro náš ateliér. Účastnice se scházely postupně, některé byly na místě i o půl hodiny dříve. Paní Martina dorazila sice na čas, ale vzhledem k dochvilnosti ostatních klientek trochu později. Tyto klientky již měly své obrázky rozpracované.

Paní Martina se nejprve seznámila s tématem, poté jsme si společně začaly povídat o jejím velkém tajemství. Prozradila nám, že tomu bylo patnáct let, kdy nevezala štětec do ruky. Před těmito lety se už navždy zařekla, že znovu malovat nebude, že s malováním končí. Důvod však neprozradila. Přesto se do tématu akčního akvarelu pustila svým způsobem.

Tento poslední ateliér paní Martina překvapivě nepracovala, bylo to poprvé, kdy jen koukala kolem sebe a povídala si, byla ale ve velmi dobré náladě. Rozhodla jsem se, že i tak

před ní položím tři papíry, kdyby v průběhu setkání změnila názor. Paní Martina po několika minutách vyndala připravené výstřižky z kabelky a zavolala si mě k sobě s tím, že si dnes udělá jen malou koláž na papír velikosti A4. Cítila jsem zklamání, ale jelikož jsem již poznala klientku dostatečně, věděla jsem, že má své potřeby, které musejí být respektovány, jen tak Martina pokračovala v uměleckých dílnách.

Nechala jsem ji tvořit a konverzovat v rámci skupiny, sama jsem se zatím věnovala ostatním klientkám. V poměrně krátké době Martina svou koláž dokončila a rychle ji uložila do kabelky.

O to víc jsem byla překvapená, když si najednou klientka vzala prázdný papír a vyndala vlastní štětce. Během půl hodiny vytvořila dynamickou krajinomalbu, které dominují tři břízy



Obrázek 3: vlastní téma: krajina, Martina 81 let

Klientka tvořila velmi spontánně a rychle. Pochválila jsem Martinu za realističnost a dynamiku obrazu. Můžeme vidět, že břízy má autorka dobře nastudované, paní Martina souhlasně dodala, že se jedná o její nejoblíbenější stromy, ke kterým se jezdí nabíjet energií. Pro paní Martinu je evidentně příroda a zvířata velkým životním zdrojem.

Pokud se znovu zaměříme na identifikační místo, které na obrázku zaujímá bříza stojící opodál dvojice stromů, promlouvá k divákovi jakýsi melancholický pocit osamění. Paní Martina umí pracovat s prostorem, a je tedy znát, že tento strom nestojí na stejné úrovni jako dvojice stromů. Tento strom tak koresponduje s postavami žen na předchozích kolážích. Dále bychom se mohli zaobírat barevnou stránkou obrázku. Vzhledem k fázi růstu stromů se

jeví hnědá země jako neodpovídající k danému období, v této části roku lze očekávat světlejší zelenou barvu trávy, zde tak země působí buďto trochu jakou poušť (stejně tak barva horizontu) nebo jako vyprahlá krajina na konci léta či na začátku podzimu. V obrázku se vyskytuje kombinace černé a hnědé barvy, jejíž společný význam nenesou příliš pozitivní náboj. Ačkoliv je práce se stíny dobře zvládnutá, vnáší do obrázku ušpiněnost barev. Stejně tak příměs šedé a černé na nebi. Dílo nastoluje otázky vztahující se k emocím, na jejich zřetelnost, uvědomění a na spojení s nimi.

Vzhledem k opakujícímu se odkazu v tvorbě paní Martiny na izolaci, emocionalitu i deprivaci potenciál lze uvažovat o nenaplnění potřeb kontaktu a chybějící blízkosti. Toto téma není u klientely žijící v domově pro seniory neobvyklé. V tvorbě klientky lze pozorovat taktéž odkaz na domov. Domnívám se, že výtvarný projev klientky vypovídá o jejím osamění a nepřijetí nového domova. Vzhledem k okolnostem, k povaze paní Martiny, k potřebě bezpečí a jistoty, k rezervovanosti vůči ostatním klientkám i mé osoby, můžeme usuzovat, že by klientka potřebovala více času pro adaptaci v rámci arteterapie. Během šesti týdnů mého působení došlo k značnému posunu u této klientky. Zdařile hodnotím její posun od koláže do techniky, která jí dříve byla blízká, ačkoliv se jí doposud vyhýbala. Dobře jsem vyhodnotila její prvotní potřebu zůstat u techniky, kterou paní Martina považovala za bezpečnou.

Pokud bych měla reflektovat svou práci s paní Martinou, uvědomuji si, že je to vlastně poprvé, kdy jsem postrádala jakoukoliv verbální zpětnou vazbu, a to navzdory klientčiny posunům. Možná právě i z tohoto důvodu pro mě byla těžko čitelná. Díky svým praxím jsem získala dojem, že při práci se seniory, je zpětná vazba téměř automatická. Líbí se mi, že tento typ klientely se nebojí projevit svůj názor, nebojí se pokládat otázky, zeptat se na mé záměry, kritizují i oceňují. Zároveň nabízejí i svůj pohled a své znalosti. U paní Martiny mi tato část komunikace chyběla, ačkoliv v jiných sférách i velmi osobních byla Martina velmi sdílná.

Celková spolupráce s paní Martinou pro mě byla náročnější, přesto že při tvorbě postupovala zcela samostatně a nezávisle.

Věřím, že pokud by mé působení v uměleckých dílnách trvalo déle, Martinina pozice ve skupině by posílila, a tím by se i paní Martina mohla cítit lépe nejen v této konkrétní skupině žen, ale i v samotném domově. Jelikož paní Martina mluvila o vztazích, je zřejmé, že se přímému kontaktu nevyhýbá, všechny její vztahy (o kterých přede mnou mluvila) však byly navázány mimo domov pro seniory. Umělecké dílny tak Martině nabízely nejenom emoční odžití, posílení vlastní autonomie, sebevědomí či zábavu, ale i způsob, jak se realizovat v rámci skupiny, jak se prosadit, jak se seznámit. Paní Martina navíc ve skupině excelovala. Ostatní klientky se o tuto paní velmi zajímaly a jevily zájem o sblížení. Jako další

krok společné arteterapie bych nabídla vzájemnou spolupráci mezi klientkami na nějakém výtvarném artefaktu, zajímalo by mě, jak by se paní Martina ke skupinové či párové činnosti stavěla, případně jak by posléze činnost reflektovala.

6.2 Kazuistika č. 2

Paní Anna (82 let) je klientkou s Alzheimerovou chorobou, během arteterapie jsme společně tvořily vlastní cestou, což se nyní pokusím demonstrovat v následujícím textu.

Jelikož jsem o klientce neměla žádné vstupní informace, musela jsem se řídit svým dojmem a pozorováním. Věděla jsem pouze o diagnóze, avšak bez dalších podrobností.

Paní Anna byla na společné setkání přivezena na invalidním vozíku svou pečovatelkou, klientka přede mnou nehovořila, neodpovídala, nikterak nereagovala. Jméno této klientky jsem se dozvěděla od ostatních klientek domova. Setkání jsem vedla zcela samostatně bez spolupráce s aktivizačními pracovníky. Domov se tou dobou potýkal s nedostatkem personálu.

Při prvním společném setkání tato klientka nepracovala, pouze pozorovala své okolí. Žádné materiály ani nástroje do rukou nebrala. Jen seděla, koukala a svírala v rukou velkou hadrovou panenku, kterou s sebou pravidelně nosila.

Myslela jsem si, že paní Anna už není schopná komunikace, u pokročilé demence by se nejednalo o nijak zvláštní jev. Paní Anně jsem alespoň několikrát nabídla nějaký časopis, protože některé klientky taktéž netvořily, ale alespoň byly součástí skupiny svou přítomností, s oblibou si tyto ženy půjčovaly časopisy, které jsem donesla pro tvorbu koláží, společně pak prodiskutovaly jejich obsahy. Paní Anny jsem se ptala na různé věci, ale žádné odpovědi se mi nedostalo. Klientka reagovala jen kýváním, dále jsme se v komunikaci neposouvaly. Celé první setkání proběhlo tímto způsobem.

Na další setkání paní Anna opět dorazila, vybrala si však místo v části skupiny, která aktivně tvořila (sama poukázala na vybrané místo). K dispozici jsme měly mnoho časopisů, které jsem během studia nasbírala, a tak jsem je rozdala mezi klientelu. Anna na magazíny hleděla, přesto se jich nedotkla. Při práci jsem věnovala pozornost klientkám, se kterými jsem aktivně tvořila, zatímco Anna spolu s několika dalšími ženami jen sledovala, co se děje kolem nás. Zdálo se mi však, že nás pozorovala zaujatě, a tak když vznikl prostor, když ostatní klientky už se svými výtvary pomalu končily, přisedla jsem si k paní Anně. Vzala jsem jeden volný časopis a začala jsem jím listovat. Klientku jsem přizvala ke společnému prohlížení, řekla jsem jí, že pokud by se jí nějaký obrázek líbil, ať mě zastaví a ukáže na objekt. Anna si časopis pozorně prohlížela, ale na žádný obrázek neukázala, jen si všechno se zájmem prohlížela a hladila panenku na klíně.

Zůstala jsem trpělivá a otevřela jsem před námi další časopis, u kterého jsem rovnou sama začala nabízet různé obrázky, jednalo se o lepší způsob spolupráce, protože paní Anna

se najednou připojila. Na některé obrázky začala kývat, když jsem se jí zeptala, jestli je mám vystříhnout, opět souhlasila, a tak jsme začaly skládat i její koláž na téma – můj vysněný den. Fotografii dokončeného artefaktu bohužel nemám, protože paní Anna nesouhlasila s fotografováním.

Koláž byla plná ženských postav a malých miminek. Jednotlivé obrázky klientka hladila a smála se. Snažila jsem se celou dobu klientku podpořit v komunikaci, ale myslím, že přesně tento moment, hovoří o úspěšném počínu, byl to moment, kdy klientka sama komunikovala se svým výsledným dílem.

Rozhovory mezi námi probíhaly svým způsobem. To, že se Anna začala obrázků dotýkat, bylo důležité. Navíc již křečovitě nespírala hadrovou panenku. Nebála se kontaktu se skupinou.

Anna si dokonce vzala sama časopis do rukou a začala v něm listovat, začala se chovat jako ostatní klientky, které měly svou práci hotovou.

Na další setkání dorazila Anna bez panenky. Prý si ji dobrovolně nechala na pokoji (to mi svěřila ošetřující sestra). O panence v případě této klientky můžeme uvažovat jako o přechodovém objektu, který popsal psychoanalytik Winnicott. Domnívám se, že přítomnost panenky paní Anně dodávala pocit jistoty a uklidnění. Dokud se ve skupině necítila dostatečně bezpečně, potřebovala mít na blízku svůj zdroj ujištění. To, že panenku na další setkání klientka nedonesla, mi vyslalo signál o tom, že se klientka při společné aktivitě cítí komfortně a bezpečně.

Při setkání jsme se věnovaly velké společné koláži, které se zúčastnilo snad nejvíce osob. Byla to aktivita, na kterou jsem byla pyšná, protože dokázala zapojit opravdu všechny přítomné. Po skončení tvoření jsme s výsledným obrázkem dále pracovaly tím způsobem, že jsme trénovaly paměť. Byl to autentický spontánní nápad, který se zrodil v tu danou chvíli.

Reflektovali jsme společnou tvorbu z hlediska času, připisovaly jsme jednotlivé výstřižky konkrétním lidem. Skládaly jsme dohromady, kdo na koláž, co přidal. Byla to zdařilá aktivita, kterou jsem původně neměla v plánu, nakonec se ale stala důležitou součástí naší arteterapie.

Anna tentokrát vzala jeden z časopisů a začala jím sama listovat, brzy jsem se k ní připojila stejně jako při předchozím setkání, začala jsem pro ni vybrané obrázky vystříhat. Když jsem jí vybídla k umístění výstřižku na karton, trochu zaváhala, ale při povzbuzení tak učinila.

U paní Anny se ale objevil problém, který jsem si dopředu bez zkušeností nedokázala představit. Anna se připravila na malování, namočila si štětec do vody, ale poté se zastavila, řekla jsem jí, aby si vybrala barvu, která se jí líbí, a aby ji zachytila na štětec. Anna tento pokyn odsouhlasila, řekla mi dokonce nahlas ano a začala štětec obarvovat, když už to trvalo delší dobu, dala jsem jí další pokyn, aby se přesunula štětcem na papír, ona ale začala míchat další a další barvy. Nakonec si opakovaně nabrala celou paletu, v tu chvíli jsem neměla ponětí, jak ji od této činnosti odtrhnout a přesunout do obrázku. Naprosto se v této aktivitě zasekla a stereotypně opakovala míchání barev. Toto chování jsem v tu chvíli připisovala diagnóze klientky, avšak znovu se nabízí i úvaha nad nesmělostí klientky. Dodat klientům ujištění a bezpečí vnímám jako velmi podstatnou potřebu či nutnost pro práci se seniory.

Po několika minutách se klientka přesunula na karton. Hodně váhala, ostýchala se, ale vždy, když jsem ji pochválila a povzbudila, zaktivovala se a pustila se odvázně do malování. Dvakrát jsem zkusila její ruku vést, ale to se klientka stáhla a začala opakovat nabarvování štětce, a tak jsem ji nechala, dokud sama k malování nedospěla. Zdá se, že když klientka cítila nějaký diskomfort nebo pocit nejistoty, uchýlovala se k této stereotypní činnosti.

S dostatečnou podporu tak paní Anna dosáhla vlastní autonomie, sama si vymezila hranice pomoci a já tuto skutečnost respektovala.

Do přiloženého obrázku jsem přidala čtyři červené šipky, které ukazují na místa, kde Anna malovala. Klientka nejprve udělala žluté čáry, které prodlužují pár nad nimi, poté se asi na patnáct minut ponořila do vymalovávání obleku Karla Gotta, ten důkladně několikrát přemalovala. Poté se přesunula do pravého rohu dole, nakonec dlouho natírala plochu pod nápisem: spokojené stáří. Tahy štětce Anna dělala stejně stereotypně jako při nanášení barev. Sama se však mezi těmito objekty přesouvala bez pobídek. Byla touto činností zcela pohlcena, jelikož se ale blížila doba obědu, musely jsme činnost ukončit.

Anna na obrázku malovala kolem výstřižků, které sama nenalepila, lze ale usuzovat, že vybrané objekty pro Annu byly nějakým způsobem blízké či důležité. Přitahovaly její pozornost, zajímaly ji. Zřejmě v ní vyvolávaly pozitivní pocit, protože její zaujetí neutichalo, byla velmi soustředěná a zaktivovaná. Nynější energické chování klientky se ani vzdáleně nepodobalo pasivnímu přihlížení klientky z prvního setkání.

Personál domova se chodil udiveně dívat na paní Annu, která hrdě malovala. Vyslychala si jednu pochvalu za druhou. Viděla jsem, jak za to byla vděčná a jak na sebe byla pyšná. Z paní, o které jsem si myslela, že již nemůže mluvit, že nemůže pracovat rukama, že se přišla jen podívat do společnosti, se tímto okamžikem stala hvězda skupiny. Ve skupině

byly šikovné paní, které malují velmi zdatně, které tvořily kompletně samy, ale od paní Anny tohle nikdo nečekal, a o to větší radost z toho všichni včetně mě měli.

Přikládám také samostatně malovaný obrázek od paní Anny, a to malování květin vodovými barvami. Malovaly jsme podle předlohy květin ve váze, které jsem do domova přivezla. Paní Anna tento den plynně hovořila, sice potichu a pomálu, ale byla to velká změna, kterou jsem si do té doby neuměla představit. Vnímám tuto změnu jako další důkaz toho, že se Anna na společných setkáních cítila stále komfortněji.



Obrázek 5: Květiny dle předlohy, Anna 82 let

Anna začala obrázek malovat samostatně, dokonce nebyla potřeba žádného motivování klientky z mé strany. Znovu se opakovala situace s vodovými barvami, kdy Anna stereotypně obtížně získávala barvu na štětec, tentokrát to ale příliš dlouho netrvalo, posléze zcela samostatně tvořila. Původně autorka namalovala jen horní linii žlutých květin. Poté přestala malovat, seděla a koukala okolo sebe. Přišla jsem se ji zeptat, zdali je s obrázkem hotová, řekla, že ano, ale že by si přála ještě malovat, a tak jsem klientku požádala o to, aby si květiny ve váze ještě znovu prohlédla, aby se zaměřila na barvy na květech i listech rostlin – nikdy není žlutý květ jen žlutý a zelený list jen zelený. Anna tak opravdu udělala a najednou začala do žlutých květin přidávat i další barvy, později přidala do obrázku ještě dolní linii květin.

Samostatně vytvořený obrázek bych přiřadila z hlediska vývoje do preschematického případně schematického období, a to z důvodu např.: kladení jednotlivých objektů vedle sebe, můžeme zaznamenat izolovanost objektů - mezi jednotlivými objekty nenajdeme žádný vztah, můžeme pozorovat i grafický automatismus a opakování, stejně tak řazení objektů na základní linku. Můžeme hovořit i o nesourodé kvalitě artefaktu, kdy květiny v pravém horním rohu považuji za nejpropracovanější, naproti tomu rostliny v pravém dolním rohu neoplývají

žádnými detaily ani barevností. Přesto, že je v tvorbě patrný regres odkazující k předškolnímu věku, došlo u paní Anny k obrovskému pokroku. Její samostatnost byla výrazně posílena, stejně tak komunikační dovednosti i sebevědomí.

Mým primárním cílem při práci s paní Annou bylo zprostředkovat klientce příjemný zážitek z tvorby spolu s maximálně podpůrným prostředím.

Předpokládám, že první setkání paní Anně přinášelo značný stres. Její pasivita, potřeba mít u sebe panenku, sledování dění a celkové stažení vypovídá o strachu klientky. Na druhou stranu, to, že se klientka zúčastnila arteterapie, svědčí i o její odvaze a zvědavosti.

Ze své strany kladně hodnotím vyhodnocení situace ohledně patřičné podpory, kterou klientka potřebovala. Ačkoliv mezi námi zprvu verbální komunikace neexistovala, klientka mi svým chováním vysílala signály, které jsem dokázala adekvátně vyhodnotit. Touto kazuistikou jsem chtěla demonstrovat velmi individuální práci s klientkou v rámci skupinové arteterapie. Tím, že klientka dostávala podporu přesně v té míře, která jí vyhovovala, docházelo stále k lepší spolupráci i samostatnosti klientky. Jako důležitý moment hodnotím i situaci, kdy klientka odmítla mou pomoc při práci se štětcem, byla to chvíle, kdy si klientka bránila své hranice. Považuji to za klientčino vymezení vlastní autonomie. Byla to pro mě velmi důležitá pozitivní zpětná vazba.

Z této kazuistiky si odnáším uvědomění toho, jak moc je adekvátní podpora při práci se seniory důležitá. Podpora musí být vyhodnocena tak, aby působila na klienty funkčně a autenticky. Je obtížné ji vyhodnotit v patřičné míře, ale ještě těžší je určit správný způsob, jakým ji klientům dodávat. Může se stát, že arteterapeut neurčí její hranici správně a její výsledný efekt může naopak klienty demotivovat, v tomto kontextu mě napadá přehnané chválení klientů, které může sklouznout k tomu, že klienty pasujeme do role malých dětí. Proto je důležité neustále reflektovat své kroky a věnovat maximální pozornost klientům. Zhodnotit individuální hranice každého a dle svých nejlepších možností jednat.

6.3 Kazuistika č. 3

Paní Marie žije v domově pro seniory několik let. V době mé praxe oslavila osmdesáté šesté narozeniny. S klientkou jsem se v domově seznámila ještě před tím, než jsem začala vést výtvarnou dílnu v domově pro seniory. Paní Marie je velmi vitální, navštěvuje veškerý program, který domov svým klientům nabízí. Výtvarné dílny však klientku nikdy nelákaly, před mým působením je nenavštěvovala, přidala se až díky mému pozvání. Sama posléze dokonce přivedla další klientky.

Paní Marie je bývalá pedagožka, vyzařuje velmi mladým duchem a pozitivní náladou, je bezesporu mezi všemi velmi oblíbenou. Na ergoterapeutických programech se ostatní doslova dohadovali o místa poblíž paní Marie.

Klientka je navzdory věku stále činorodá a aktivní, letní prázdniny a teplé víkendy tráví mimo domov pro seniory, a to ve vlastním malém domě u lesa, kde se věnuje procházkám po okolí a zahradničení.

Paní Marie začala výtvarné dílny navštěvovat od druhého společného setkání. Patřila mezi klientky, které jsem nazvala jako pozorovatelky. Velmi se o arteterapii a tvorbu druhých zajímala, klientka měla zajímavé postřehy i dotazy, avšak sama aktivně tvořit odmítala. Prý je pro ni malování aktivitou, kterou naposledy vyzkoušela na základní škole. K malování nikdy neměla vztah. Její přítomnost těšila ostatní klientky. Všechny aktivně tvořící ženy dostávaly zpětnou vazbu od paní Marie na své výtvarné artefakty, paní Marie ženy motivovala, chválila, a když mohla někomu pomoci, učinila tak.

Ačkoliv klientka dodávala druhým odvalu, sama o svých schopnostech hovořila velmi negativně. Vyzdvihovala svojí nešikovnost a netajila se ani studem a strachem z malování.

Proto mě překvapilo, že klientka dílny navštívila celkem třikrát, než sama poprvé vytvořila vlastní obrázek. Očekávala jsem, že klientčina první účast bude i její poslední. Vnímala jsem její účast jako symbol slušnosti vůči mému pozvání a solidarity ke svým přítelkyním. Klientka ale zůstala u pravidelné docházky.

Nechtěla jsem klientku nutit do činnosti, ke které se sama neměla, a tak jsem jí respektovala jako milého pozorovatele v naší skupině. Všimla jsem si, že se paní Marie, ačkoliv sama netvořila, neustále slovně srovnávala s hotovými artefakty ostatních klientek. Mohlo jít o její formu chvály druhých, ale postřehla jsem u klientky vždy jakýsi pokles sebedůvěry ve vlastní schopnosti. Několikrát se už připravovala na vlastní tvorbu, ale nakonec vždy při sledování tvorby druhých, výtvarné potřeby odložila. Její strach byl evidentní. Ačkoliv sama dodávala druhým motivaci i podporu, sama bojovala s pocitem velké

nedůvěry. Snažila jsem se klientku v tomto směru ubezpečit a podpořit, ale během prvních třech setkání se v tomto směru neděly žádné změny.

Klientka zřejmě potřebovala dostatek prostoru a času, na to aby k činnosti, kterou tolik let nevykonávala, mohla znovu dozrát. Možná potřebovala dostatečně zmapovat terén i mě samou. Ujistit se, že je v bezpečném prostředí, které ji bude přijímat bez podmínek, tak jako paní Marie laskavě přijímá všechny kolem sebe. Nabízí se zde otázka na vnitřního kritika klientky. Její chování neslo ne jeden odkaz na to, že její superego bude velmi silné. Zřejmě právě díky němu výtvarnou dílnu poprvé navštívila.

Při čtvrtém společném setkání Marie předem oznámila, že dnes si arteterapii vyzkouší z tvůrčí pozice. První Mariin obrázek vznikl na začátku června, tematicky odpovídá aktuálnímu počasí.



Obrázek 6: rozkvetlá louka, Marie 86 let

Paní Marie se rozhodla pro téma rozkvetlé louky. Když klientka obrázek zprvu dokončila, byla z něj velmi zklamaná, styděla se a sama se pasovala do role předškolního dítěte. Přesto brala svou tvorbu humorně (mohlo se jednat o obranný mechanismus), oceňovala jsem její odvalu a nabídla jí několik metodických vstupů.

Snažila jsem se klientku výtvarně vést, tak abychom narušily některé regresní prvky vyskytující se na obrázku.

Původní obrázek obsahoval jen tři větší rostliny stojící na spodní lince, květiny byly velmi vybledlé a kolem nich bylo bílé pozadí. Dále se na obrázku vyskytovalo už jen slunce v pravém horním rohu, modrý mrak a velmi světlá větev keře v dolním pravém rohu.

Obrázek paní Marie stejně jako ostatních klientek ateliéru, které neměly vztah během života k výtvarné tvorbě, vykazoval tyto prvky: kladení objektů na dolní linku nebo na horizontální linku, chybějící perspektiva, chybějící stíny, izolované objekty, velmi často se v obrázcích objevoval grafický automatismus a také střídání více pozorovacích hledisek.

Snažila jsem se klientce vysvětlit práci se stínem, či použití různých barevných odstínů. Doporučila jsem ji některé části více barevně zesílit, přidat černou barvu mezi rostliny, především pak na větev v rohu, paní Marie také dotvořila pozadí, tak abychom vystavily prostor v krajině a mezi mrak a slunce jsme doplnily doplňkovou barvu k zelené. Obrázek se tím zásahem velmi proměnil, na závěr paní Marie ještě přidala ze své vlastní iniciativy tři vrány na obzoru.

S finální podobou odcházela paní Marie velmi povzbuzená. Říkala, že jí tento ateliér dodal sebedůvěru. Ne u každé klientky bych si dovolila tolik vlastních vstupů - navíc ještě v rámci skupinové terapie, ale v tomto případě si trůfám říct, že se jednalo o zcela funkční krok, a že rozdíl mezi původním obrázkem a tím, který jsme společně dotvořily, paní Marii výrazně prospěl. Původní stud a zklamání vystřídala radost a důvěra v sebe samou.

Na dalším setkání klientka chyběla z důvodu nemoci, znovu jsme se setkaly za dva týdny, jednalo se však o naše poslední společné setkání.

V den tvorby jsme s klientkami nejprve hovořily o dávných řeckých bájích, netrvalo dlouho a konverzace se stočila k jednotlivým mýtům. Mýtus o Medúse vzbudil u klientek zájem, sdílely jsme mezi sebou různé verze tohoto příběhu. Lze tedy konstatovat, že klientky byly před tvorbou s mýtem dostatečně seznámeny. Přesto došlo k situaci, kdy paní Marie obešla původní zadání archetypální postavy Medúsy, místo rozrušené nebezpečné ženy vznikl obrázek šedomodré mořské medúzy unášené v prázdné barevně studené vodě.

Přemýšlela jsem nad situací, která se odehrála. Paní Marie ji s úsměvem vysvětlovala jen pokrčením ramen. Jistou hypotézu jsem si během tvorby nechávala pro sebe, jelikož jsme se nejdříve raději zaměřily na samotnou tvorbu a její posun. Původní obrázek byl v dokončeném stavu pouze šedomodrý, v jeho středu se vyskytovala bledá až průsvitná medúza, svět kolem ní byl ve stejných barvách i odstínech, žádný jiný objekt se na obrázku nenacházel a paní Marie opět sebekriticky hodnotila svůj výkon.



Obrázek 7: Medúsa, Marie 86 let

Znovu jsem přemýšlela nad nastalou situací. Paní Marie dokončila obrázek, se kterým nebyla spokojená, poté, co si klientka prohlédla obrázky ostatních žen, její sebekritika ještě více vzrostla. Rozhodla jsem se opět uchýlit k několika metodickým radám.

Můj první vstup do obrázku byl zaměřen na výstavbu prostoru – tedy okolí medúzy. Vzduchoprázdno paní Marie narušila vytvořením zeleného mořského dna, obrázku tím dodala ukotvení. Její krok jsem pochválila, viděla jsem, že paní Marie štětec stále neodkládala, a že byla připravená ještě dále pokračovat. Lze usoudit, že pochvala i posun na papíře k reálnějšímu zobrazení, Marii motivoval k dalším krokům.

Klientka si prohlížela obrázky svých kolegyň, poté sama přidala další živé tvory kolem dosud jediného objektu medúzy. Stále jsem přemýšlela nad barevností obrázku, tak aby barevně odpovídal mořskému dnu, zároveň abychom mohly jeho úroveň výtvarně posunout. Když jsem viděla, jakým způsobem klientka uměla namíchat sytou černou barvu, se kterou namalovala ryby okolo medúzy, navrhla jsem jí, aby ji i v takové míře přenesla na centrální objekt obrázku. Medúza tak získala obrys těla, chapadla zůstala ve světlejších tónech, došlo tak k funkčnímu zachycení medúzy, kdy se paní Marii povedlo vytvořit medúzu, která není statická – rozmazaná chapadla jsou jako by v pohybu, zároveň tím pozorují i naznačenou prostorovost u tohoto živočicha.

Paní Marii jsem ještě dala podnět k představě mořského dna, představa v ní okamžitě asociovala potřebu přidat na mořské dno k zelené barvě i světle oranžovou, tak aby vznikl dojem písku. Barevná paleta i výstavba prostoru tím byla posílena.

Když byla s obrázkem klientka hotová, opět nadšeně refletovala posun, který během tvorby udělala. S původní verzí nebyla spokojená, nyní odcházela mile překvapená tím, co sama dokázala vytvořit. Jelikož jsem si s touto klientkou dokázala rychle vytvořit blízký vztah, dovolila jsem se jí zeptat i na reflexi toho, proč u ní došlo k sabotáži zadání mýtu. Tuto skutečnost refletovala jako snahu vyhnout se malbě postavy. Poukázalo jsem proto na širokou škálu možností zpracování Medúsy, kdy se kolikrát výsledek může přibližovat více podobě zvířete nežli postavě ženy. Navíc sama paní Marie při této tvorbě zvládla zachytit několik živých tvorů.

Sama jsem si k této situaci vytvořila vlastní hypotézu. Jelikož klientka obešla zadání, při kterém měla vytvořit ztělesnění ženského hněvu, navíc jej ještě zaměnila za průhlednou nehybnou medúzu, vzbudilo to ve mně otázku na téma hněvu a negativních emocí klientky. Když jsem ještě vzala v potaz její milou stále vstřícnou osobnost, její způsob zpracování Medúsy mě nepřekvapil. Rozhodla jsem se na závěr toto téma s klientkou otevřít.

Zeptala jsem se klientky, zdali se umí dostatečně rozčílit, a jak taková situace vypadá. Klientka na mě chvíli hleděla s úžasem, ale následně začala květnatě hovořit. Ukázalo se, že jsme dotkly klientčina velkého tématu, se kterým prý celý život bojuje. Ačkoliv negativní pocity samozřejmě prožívá ve velkém množství, nedokáže je s ostatními sdílet, má problém s jejich vyjádřením. Pro mě samotnou i pro paní Marii to byl silný moment, paní Marie mi několikrát poděkovala za otevření tématu, které cítí, že má stále k řešení. Jelikož se jednalo o mou poslední návštěvu domova, poradila jsem paní Marii, aby si Medúsu vytvořila ještě jednou sama ve svém bezpečném prostředí bez sebekritického srovnávání s ostatními. Aby se pokusila zachytit Medúsin hněv, jak jen její ruce dokážou. Třeba pak této paní dokáže mytická Medúsa propůjčit některé své funkční vlastnosti do reálného života.

Ačkoliv jsem měla možnost s paní Marií vytvořit jen dva obrázky, domnívám se, že způsob jejich tvorby i interpretační význam jedinečně představují svou autorku. Pozitivně reflektuji, to, že klientka změnila svou roli pozorovatele na aktivně činnou členku skupiny. Znovu opakuji nutnou potřebu věnovat všem členům individuální způsob zacházení v rámci skupinové terapie.

S klientkou se mi podařilo přejít i do interpretační části arteterapie, což není v práci se seniory primárním cílem. Při reflexi klientčina prožívání v rámci arteterapie, jsem se k tomuto kroku odhodlala. Klientčino téma sebedůvěry, velmi silného superega, spolu s potlačováním emocí jsou témata, která mají souvislost. V rámci našeho krátkého omezeného kontaktu jsem se snažila klientku alespoň výtvarně vést, posílit její sebedůvěru, vnést emoce do tvorby a oslabit vnitřního kritika.

6.4 Charakteristiky ve výtvarném projevu seniorů

V této části bakalářské práce bych ráda poukázala na několik společných znaků v tvorbě klientek, které jsem zaznamenala v získané produkci.

Jedná se celkem o počet čtyřiceti pěti obrázků, které vytvořily klientky za mé přítomnosti. V bakalářské práci zacházím s výtvarnými artefakty od šestnácti klientek.

Získaná produkce pochází ze společných setkání, která probíhala jednou týdně v měsíci květnu a červnu v rámci mé studijní praxe ve třetím ročníku. Volba témat byla dobrovolná, vybraná zadání se vztahovala k aktuálnímu období a počasí. Klientky měly možnost volby vlastních témat. Volba materiálů byla taktéž volena dle potřeb každé klientky. Pokud si klientka nechtěla vyzkoušet novou techniku, nebo materiál, zvolila si dle svého přání. Některé klientky pokračovaly při setkáních na nedokončených obrázcích, jiné si své výtvary dokončovaly individuálně.

Domnívám se, že největším omezením a výzvou při práci s touto skupinou je její heterogenita. Každý člověk je jedinečný a vyžaduje pečlivý individuální přístup, ale v případě arteterapie se staršími lidmi je třeba brát v úvahu mnoho dalších faktorů, které mohou ovlivnit průběh setkání i samotnou realizaci arteterapie. Jen samotný věk účastnic tvoří v této skupině zásadní rozdíly. S rostoucím věkem se pojí více zdravotních fyzických i psychických omezení. Tento aspekt má na arteterapii zásadní vliv.

Často např. docházelo k tomu, že během setkání každá klientka tvořila vlastní zvolené téma, čímž nedocházelo k naplnění mého prvotního záměru.

Mezi staršími klientkami je značný **rozdíl v tempu**, jakým tvoří a postupují při práci. Během skupinové arteterapie jsem se setkala s oběma protiklady. S osobami, které pracovaly na jediném obrázku několik sezení, jiné klientky naopak vytvářely i několik obrázků během jediného setkání.

Rozdílnou shledávám i **motivaci** klientek docházejících na setkání, motivy mohou být opravdu různorodé – od vyhledávání zábavy, společenského kontaktu po edukaci i touhou sebepoznání. Některé klientky dokonce ani nikdy aktivně netvořily, pouze docházely na společná setkání a pozorovaly ostatní během tvorby.

Velmi podstatně ovlivňují průběh setkání i **individuální potřeby** klientek a jejich **osobnostní charakteristika**. Skupinová arteterapie je především o práci s lidmi, a každý člověk je naprosto výjimečný, skupinová dynamika taktéž přináší další situace, které nelze předpovídat. Při práci se seniory bychom u arteterapeuta měli předpokládat znalost vývojové psychologie. V tomto kontextu jsem se setkala např. s velmi rychlou změnou atmosféry a

nálady u seniorů (spojitost s proměnlivostí emocí), při tvorbě se např. vynořila silná a bolestivá témata, která během vteřiny vystřídal veselí a smích, je potřeba být v takový moment maximálně přítomen, vyslechnout a provést účastně. Důležitá je i adekvátní práce s **pozorností** seniorů a stejně tak s jejich motivací.

Bezesporu nejdůležitějším aspektem je **zhodnocení zdravotního stavu** klientů, od kterého se následně odvíjí volba způsobu práce s klientem. Povolání arteterapeuta však neoprávněje k nahlížení do zdravotní dokumentace klientů center a zařízení. V této pozici se arteterapeut spoléhá na informace získané od účastníků sezení, případně od pečovatelů a na postřehy vlastního pozorování. Ne všichni klienti o sobě takové informace prozradí, což je zcela přijatelné. O to těžší pro mě tato situace byla

Je důležité, si uvědomit, s jakými zdravotními omezeními a nemocemi se u klientů můžeme setkat, a jak těmto lidem můžeme jako arteterapeuti pomoci. Snažila jsem se adekvátně zhodnotit možnosti každého jedince, případně vymyslet způsoby, kterými jsem klientovi mohla usnadnit proces tvoření/komunikace/aktivizace...

Při praxi se seniory jsem se setkala např. s těmito zdravotními limity: obecně mobilita seniorů, a s tím související i příchody a odchody na setkání. Někteří jedinci jsou upoutáni na invalidní vozík, jiní se pohybují s jistou formou opory, někteří jedinci potřebují dovést na místo setkání (necítí se např. na to pohybovat se po areálu sami) – je potřeba počítat s časovým prostorem pro tyto úkony, případně osobně pomoci. Tato situace přináší narušení průběhu sezení, protože někteří jedinci, stráví v místnosti i o celou hodinu více času než jiní, je dobré s tím počítat a dále pracovat.

Častým problémem starších lidí je obtížná práce s jemnou motorikou. Tyto potíže se vyskytují zejména u osob vysokého věku, osob s Parkinsonovou chorobou a u osob s demencí. Je na místě těmto lidem pomoci tak, aby nebyli v tvorbě tímto postižením limitováni. Osobně jsem pomáhala klientům vést ruku, pomáhala jsem jim s vystřihováním, nabízela jsem jiné možnosti jako např. trhání. Nechávala jsem klienty vybírat si techniku, která pro ně byla nejsnazší a nejpříjemnější.

Běžnou potíží seniorů je nedoslýchavost a zhoršující se zrak. Oslabení smyslů je jedním z nejčastějších fyzických projevů stáří, můžeme se setkat se skupinou osob, kde variabilita těchto potíží je velmi početná i rozdílná.

Starší osoby jsou také náchylnější k respiračním a sezonním onemocněním. Může tak docházet k častým absencím klientů.

Vzhledem k výskytu neurodegenerativních onemocnění v této věkové skupině je velká pravděpodobnost, že arteterapeut bude pracovat s lidmi trpícími některou z forem demence.

U těchto osob se doporučuje používat technika koláže. Sama jsem se o kladech této techniky několikrát přesvědčila.

V následujících podkapitolách, se zaměřím na výtvarné aspekty. K jednotlivým obrázkům, na kterých demonstruji své hypotézy, přikládám text se jménem autorky obrázku, její věk a symbol + či -. Symbol znaménka plus reprezentuje klientky výtvarně poučené a se zkušeností s výtvarnou tvorbou. Symbol znaménka mínus zastupuje klientky, které toto poučení a zkušenost nemají.

6.4.1 Zacházení s barvou

Na získaném vzorku obrázků nelze jednoznačně říci, zdali je paleta klientek v seniorském věku bohatá či omezená pouze na několik základních barev. V produkci lze vystopovat míchání barev, ke kterému docházelo spíše u klientek, které mají k výtvarné tvorbě celoživotní vztah. Jejich obrázky se vyznačují nejenom lépe zvládnutou technickou stránkou, ale i bohatší barevností. Využívání užší palety barev může odkazovat na chudší emocionální prožívání. Avšak nabízí se i otázka na aktuální emoční prožívání klientek během samotné tvorby. Chybějící sebedůvěra, strach ze selhání, z nové činnosti, ze skupinové aktivity, z cizí osoby, to vše mohlo zacházení s barvou ovlivnit. Tyto aspekty lze vypořádat např. v nejasných neobratných tazích, světlejších odstínech a tónech barev, a na celkové úspornosti výtvarného projevu.



Obrázek 8: moje zahrada, Gisela, 79 let, +



Obrázek 8: květiny dle živé předlohy, Františka 80 let, -



Obrázek 9: akční akvarel, Miroslava 77 let, +



Obrázek 10: moje zahrada, Stanislava 71 let, -

V získané produkci výrazně převládá zelená barva, můžeme ji nalézt téměř na každém obrázku i koláži. Zelenou barvu vnímáme jako pomalou sílu, jako barvu přítomnosti, je to barva, která klade důraz na ego. Zde shledávám paralelu egocentrického období, kterou jsem popisovala v teoretické části práce. Zelená barva nabízí i potenciál úzkosti.

Početný výskyt zaznamenávám také u modré barvy, barvy klidu, konzervatismu, sensitivity. Některé obrázky jsou tvořeny kombinací právě modré a zelené barvy, ačkoliv bychom tyto barvy řadili do studených odstínů získanou tvorbou, nelze označit jako tvorbu s převažující studenou paletou. Na druhou stranu kombinace těchto barev interpretačně vypovídá o potlačené emocionalitě, o nepřehlednosti emocí, úbytku energie, nabízí se i deprivanční a depresivní potenciál této barevné kombinace – vše však záleží na kontextu obrázku. Následující obrázek je příkladem modro zelené kombinace barev.



Obrázek 7: Medúsa, Marie 86 let, -

Ačkoliv na obrázcích můžeme zaznamenat výskyt červené barvy, nejedná se o čistou červenou barvu ve své pravé intenzitě a odstínu. Ve většině případů se červená barva přetransformovala do růžové, vínové barvy případně oranžové nebo do barvy hnědé. Některé obrázky postrádají červenou barvu úplně, ostatní ji obsahují avšak v jiných odstínech. Červenou barvu vnímá projektivně-intervenční arteterapie jako barvu zastupující energii a vitalitu. U seniorů může absence červené barvy značit zpomalenou životní dynamiku, úbytek sil, ale i důraz na tělesnost (transformace do růžové barvy) a zdravotní problémy. Na následujícím obrázku můžeme pozorovat jednotlivé odstíny plamenů, které se však přibližují spíše růžové barvě.



Obrázek 11: pálení čarodějnic Gisela 76 let, +

Běžný výskyt lze vysledovat i u hnědé barvy, což je zemitá barva, která bývá asociována s pravidly a kontrolou. Tyto vlastnosti můžeme spojovat s chodem zařízení, ve kterém klientky žijí, případně s rutinou či rozvrhem, které mohou mít starší lidé v oblibě. Hnědá může být spojována s problémy s vyjadřováním emocí.

Klientky ve své tvorbě využívaly černou barvu. Ačkoliv si veřejnost často spojuje černou barvu s depresí, v pojetí projektivně-intervenční arteterapie je tomu právě naopak, černá barva v sobě nese sílu. Používají ji osoby, které umějí odmítat nevyhovující stav věcí, lidé, kteří se nebojí říci ne. Na druhou stranu může nést význam již vícekrát zmíněné nejasnosti v emocích. Znovu zde tak vystává téma emocionality – to, jak se klientky ve svých emocích vyznají i to, jak je vyjadřují.

Získaná výtvarná produkce postrádá výskyt fialové barvy. Fialová barva souvisí s mateřskou figurou a s péčí. Její absence může značit strádání klientek v kontextu bezpodmínečného přijetí, lásky a péče.

Kombinace oblíbené zelené, modré, hnědé a černé může signalizovat deprivační potenciál – ovšem vždy záleží na kontextu konkrétní osoby a její tvorby.

V analyzovaných obrázcích se vyskytuje i žlutá barva, a to jak v dominantním formátu, tak v drobných detailech.

V souvislosti s barevností produkcí bych ráda zmínila zajímavou preferenci klientek. Jednou jsem na schůzku přinesla anilinové barvy, což vyvolalo doslova rozruch. Klientky je opakovaně vyžadovaly, někdy tím vznikl i problém při jejich obsazenosti a nedostatku. Přemýšlela jsem nad touto preferencí. Anilinové barvy vytváří nereálné tóny a odstíny, a tak

tu vystává možné téma útěku do fantazijního snového světa, je to svět, který klientky preferují před tím reálným?

Zároveň jsem postřehla, že klientkám tyto barvy vyhovovaly z hlediska jasnosti a čistoty barev, u temper a anilinových barev nedocházelo k takovému zašpinění barev jako při práci s barvami vodovými.

Z interpretačního hlediska souvisí čistota barev s jasností emocí. Je možné, že tyto materiály klientkám vyhovovaly právě z tohoto důvodu, díky jasnějším barvám, klientky dokázaly vytvořit čistší odstíny, tedy docházelo tak k lepší orientaci v emocích? Téma orientace ve vlastních emocích, zde vyvstalo již několikrát.

6.4 .2 Kompozice

Kompozice obrazu v sobě nese mnoho informací. Může nám přiblížit autorovu integritu, může nám nastínit to, jak autor funguje ve svém životě, především pak v komunikaci s druhými.

Téměř všechny získané produkce obsahují centrální kompozici. Klientky, které byly více výtvarně poučené, volily i jinou cestu zpracování, většina klientek však vystavila prostor na kompozici centrální. Následující obrázky ilustrují tento typ kompozice.



Obrázek 12: Medúsa, Miroslava 77 let, +



Obrázek 13: Jaro, Helena 77 let, -

Centrální kompozici v projektivně-intervenční arteterapii nepovažujeme za zcela funkční zpracování. Arteterapeut se snaží klienta posunout k ideální kompozici zlatého řezu. Středová kompozice akcentuje naši pozornost především na dominantní námět. U seniorů bych se však nesnažila tento způsob zpracování kompozice pozměnit. Volba středové kompozice může značit to, že se klient velmi soustředí, že ho tvorba stojí velké vypětí sil. Je

možné, že klientky setkání prožívaly velmi intenzivně, že je tvorba opravdu stála mnoho energie a koncentrace. Vyvstává zde také paralela s dětským egocentrismem. Jelikož centrální kompozici lze vyzorovat v devadesáti procentech získaných obrázků, nabízí se zde úvaha nad tím, zdali se nejedná o rys výtvarného projevu seniorů.

S volbou této kompozice souvisí i podoba obrázku s plakátem. Tuto podobnost nepotvrzuje jen samotné středové umístění, ale i fakt, že mnoho centrálních objektů je do obrázku umístěno bez kontextu. Pokud klient zvolí plakátové zobrazení, je pro nás obtížné se v obrázku zorientovat, vysledovat odehrávající se děj i jeho kontext.

Tato skutečnost může souviset s nižší schopností seniorů uvažovat v kontextu. Lze ji připodobnit k fenoménu tunelového vidění. Soustředění se jen na jediné.

Jelikož mnoho objektů působí nepropojeně, můžeme hovořit i o jejich izolovanosti. Tento fenomén je možné spojit s neschopností adekvátně prožívat emoce. Izolovanost objektů byla zaznamenána u několika obrázků, avšak nelze jej považovat za typický rys. U výtvarně poučených klientek ji nelze pozorovat. Řazení prvků vedle sebe lze připodobnit egocentrickému období u dítěte.



Obrázek 5: Květiny dle předlohy, Anna 82 let, -



Obrázek 14: rodinná koláž Františka, 80 let, -

S nepropojeností jednotlivých prvků souvisí i absence jejich vzájemného překrývání. Jednotlivé prvky tímto způsobem nevytvářejí kontext, nenabízí se prostor pro vzájemný kontakt – pro vztahovost.

To, že se předměty vzájemně nepřekrývají, brání k funkční výstavbě prostoru. Nepřekrývání objektů lze vysledovat u mnoho obrázků klientek bez výtvarného poučení a zkušeností. Lze tento prvek v tvorbě označit jako regresní prvek, kdy dítě ještě nedokáže zařadit jevy do vztahů – místo toho je vyjmenovává vedle sebe.

Bezkontaktnost mezi jednotlivými prvky obrázků může naznačovat citovou deprivaci, problémy v komunikaci či ve vztahovosti klientek. Klientky mohou mít problém se zasazováním věcí do kontextu i v životě, nejen na papíře.

S výstavbou prostoru souvisí neodmyslitelně i práce s plány. V získané produkci lze vysledovat akcent na první plán, který většinou není dále perspektivně rozvinut. První plán nese význam provozní roviny, tématu vztahovosti i aktuálního zaujetí klienta. Tato charakteristika zapadá do souvislosti středové kompozice a potvrzuje tak další odkaz na zaujetí sebou samým.

Výskyt této skutečnosti v tvorbě klientek lze propojit i s důrazem klientek na aktuální období neboli jako důraz na přítomnost. V této souvislosti můžeme hovořit o absenci především třetího plánu. Druhý plán lze vystopovat v několika produkcích. Nelze však konstatovat, že se jedná o specifický rys. U absence třetího plánu si dovoluji tuto hypotézu nabídnout. Ani výtvarně zdatnější klientky třetí plán pravidelně nevytvářejí.

Absence druhého a třetího plánu napovídá o menší orientaci na budoucnost. Téma plánů přináší otázku toho, co je přede mnou. Jaká je má perspektiva? V této souvislosti může docházet k záměrnému vyhýbání se tomuto tématu vzhledem k vysokému věku klientek. Tuto hypotézu by mohl podpořit význam bílé barvy, kterou klientky na svých obrázcích často mají, a to ve formě, kdy ponechají pozadí jen jako prázdnou čtvrtku. Pokud by spolupráce s klientkami pokračovala, direktivní rysy projektivně intervenční arteterapie by nabízely metodické vstupy zaměřené na rozvoj klientek při vytváření prostoru.



Obrázek 15: vlastní téma: malování dle živé předlohy, Hana, 70 let, -



Obrázek 16: jaro, Drahomíra, 94 let, +

V získané produkci lze zaznamenat absenci stínů, které svou funkcí napomáhají k vytvoření dojmu objemu a hloubky objektů, zároveň napomáhají vytvoření prostoru. Ačkoliv obrazy klientek často obsahují světelný zdroj ve formě slunce, světelnou dominantu ani stín v produkci nenalezneme. Práce se stíny napomáhá objekty v obrázku ukotvovat, lze tak přemýšlet nad paralelou kotvy, kterou by stíny v obrázcích mohly klientkám do života přinést.



Obrázek 17: moje zahrada, Jitka, 73 let, -



Obrázek 18: rozkvetlá louka, Gisela 79 let, +

U několika obrázků můžeme vysledovat patrný nepoměr velikostí mezi jednotlivými prvky. Tento fenomén lze nazvat významovou perspektivou, kdy autor obrázku zvětšuje proporce u objektů, které považuje za důležité, nebo je umisťuje na prostředek obrázku. Jedná se o regresní prvek. Prostor je tímto způsobem vystaven podle psychologického významu objektu, nikoli podle reality či optického významu.



Obrázek 19: svatý Jiří, Helena 77 let, -



Obrázek 10: moje zahrada, Stanislava 71 let, -

U klientek, které pracovaly s prostorovým zobrazováním lze vyzorovat zachycení některých objektů z jejich nejtypičtějšího úhlu, a to i na úkor deformace. Objekty z typického pohledu tak mají zdůrazněné své klíčové vlastnosti. V získané produkci se tento jev promítá sklápěním do půdorysu. Tento prvek se vícekrát objevil u klientek, které mají k výtvarné tvorbě vztah, u ostatních klientek nalezneme práci s prostorem v menší míře. V souvislosti s tímto způsobem zobrazení koreluje i střídání pozorovatelských stanovišť. Interpretačně může tato skutečnost asociovat jakousi proměnu či nestabilitu – může se týkat např. střídání názorů, emocí, postojů, které klientky zaujímají.



Obrázek 20: Květiny dle živé předlohy, Miroslava 77 let, +



Obrázek 21: svatý Medard, Stanislava 71 let, -

6.4 .3 Prvky objevující se v tvorbě seniorů

V některých obrázcích můžeme vysledovat prvek armování. Jedná se o obrázky i koláže, kde je vynechané výtvarné zpracování celého pozadí obrázku, dochází tak k dojmu, kdy je většinou centrální objekt obklopen bílou prázdnotou. V produkci nalézáme, ale i obrázky, které jsou zaplněné po celé své ploše, přesto jsou jako by lemované bílým rámem. Tento jev můžeme vnímat jako jakousi potřebu ochrany, kterou si klientky kolem svých artefaktů vystavily. Může se jednat o konkrétní emočně náročná témata, ale i o způsob, kterým se klientky záměrně obklopují, ať už se jedná o stavění pomyslného plotu nebo třeba ochranné zdi. V souvislosti s armováním může také vyvstávat téma přílišné sebekontroly.

I samotná aktivní účast na uměleckých dílnách mohla klientkám přinášet značný stres. Rám obrázku mohl v tu danou chvíli sloužit jako ochranný štít pro klientku.



Obrázek 22: rodinná koláž, Radka 70 let, -



Obrázek 23: akční akvarel, Jana 91 let, -

V teoretické části práce jsem popisovala již provedené výzkumy, které často zaznamenávaly schematické zobrazení, kdy senioři volili jednodušší zpracování objektů, čímž unikali od reálného zobrazení.

Tento prvek lze opakovaně najít i v mnou získané produkci. Avšak není možné konstatovat, že by se jednalo o běžný rys v tvorbě seniorů. V produkci můžeme najít stejný počet propracovaných obrázků. Tato skutečnost může odkazovat k tomu, že účast na arteterapeutických setkáních byla dobrovolná, a tudíž klientky, které docházely aktivně tvořit, měly bližší vztah k výtvarné tvorbě nežli tomu je obecně v populaci seniorů.

V získané produkci se schematické zobrazování objektů vyskytovalo především u klientek, které nebyly výtvarně poučené a postrádaly zkušenosti s tvorbou, jednalo se o zobrazení jednoduchých motivů, jako jsou květiny, slunce, měsíc nebo dům. Někdy schematické prvky doplňují pozadí obrázku – možná se jedná o bezradnost s vyplněním prostoru.



Obrázek 24: krajina, Marta, 76 let, -



Obrázek 25: den otevírání bazénů, Miroslava 77 let, +

Ve stejném měřítku se vyskytuje tvorba v pásech. Najdeme ji na několika obrázcích. Na pásovitost lze nahlížet jako na regresní prvek odpovídající vývojově schematickému období. Nad tvorbou v pásech lze uvažovat jako o zmenšujícím se potenciálu vnímat život v celém kontextu



Obrázek 26: krajina, Stanislava 71 let, -



Obrázek 27: svatý Petr, Marta, 76 let, -

S tvorbou v pásech souvisí i kladení objektů na základní linii, což je rys objevující se v dětské tvorbě taktéž v schematickém období. V získané produkci tento prvek lze vystopovat napříč výtvarnou zkušeností, avšak ne pravidelně.



Obrázek 28: jaro, Gisela, 79 let, +



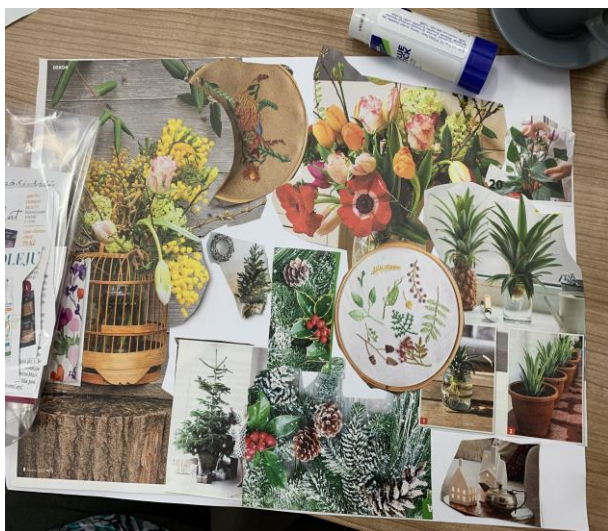
Obrázek 6: rozkvetlá louka, Marie 86 let, -

Lze však hovořit o chudosti motivů v tvorbě seniorů, chudost motivů se pravidelně opakovala bez vazby na zadané téma. Úzkou paletu motivu můžeme propojit s potlačenou vitalitou či potlačením citů, což jsou témata, která se v získané produkci několikrát vynořila.

Velmi oblíbeným motivem klientek byly květiny. O této skutečnosti mě klientky informovaly již při prvním setkání. Proto jsem klientkám nabízela témata, kde by tento svůj

oblíbený motiv mohly uplatnit. Snažila jsem se tímto krokem klientky motivovat k tvorbě a dodat jim pocit bezpečí skrze jejich oblíbené bezpečné téma.

Zálibu v rostlinách můžeme spatřit i na kolážích, které jsou květinami doslova zaplněny. Květiny v tvorbě často vytvářejí prvek dekorativismu, kdy je klientky využily k tomu, aby zaplnily prostor čtvrtky. Může se jednat o volbu z důvodu výtvarného zvládnutí prvku, o energicky nenáročné stereotypní zaplnění formátu. Zaplňování pomocí květin může souviset s bezradností s výstavbou a vyplněním prostoru. Pokud pracuji s obrázkem, který je tvořen jen z rostlin, nevzniká příliš prostoru k nějakému ději a kontextu. Může se tak jednat i o záměr, kdy se klientky snažily o sobě příliš neprozradit. Obzvláště pokud v tomto kontextu figuruje např. i armování obrázku. Dále se v tomto kontextu dá o květinách přemýšlet jako o srozumitelnějším motivu pro klientky seniorského věku. Vzhledem k tématu vztahovosti, které se napříč tvorbou několikrát objevilo, může být zobrazení květin pro klientky z emoční stránky jednodušší nežli zacházení s lidskou figurou.



Obrázek 29: mé zdroje, Radka 70 let, -



Obrázek 30: květiny dle živé předlohy, Jitka 73let, -

Mezi další oblíbené motivy klientek patří bezesporu zvířata. Zvířata můžeme pojit s pudy, avšak v kontextu výběru klientek, se ve většině případů jednalo o domácí zvířata a mazlíčky, které nám jako lidem přinášejí lásku a potěšení. Jak již zaznělo v samotné teoretické části, častý výskyt zvířat v tvorbě může naznačovat citovou deprivaci. Klientky volily zobrazení zvířat, která mají spíše charakteristiku zvířat domácích. Dalo by se uvažovat podobným způsobem, jako tomu bylo u květin, že se pro klientky jedná o jednodušší a čitelnější a méně ohrožující formu kontaktu, nežli pokud by se klientky věnovaly kresbě člověka. Kresebné vyjádření lidské postavy může být pro klientky velmi náročné, a to nejen dovednostně, ale především emočně.



Obrázek 31: vlastní téma: kočka, Marta, 76 let, -



Obrázek 32: vlastní téma: kůň, Drahomíra, 94 let, +

Téma odkazující k problémům s emocemi lze spatřit v absenci kresbě postav. Klientky se doslova vyhýbaly ztvárnění lidské figury, což samy nahlas deklarovaly.

V získané produkci můžeme lidskou postavu zaznamenat jen na několika obrázcích. Avšak jejich provedení můžeme označit jako schematické a statické. Dynamický pohyb lze spatřit jen u vlajících vlasů v obrázku čarodějnice, náznak pohybu je naznačen i u obrázku bazénu, kde se vyskytuje hned několik postav. Ačkoliv jsou tyto figury několikrát zachyceny při nějaké činnosti, výsledný dojem působí strnule. Nabízí se paralela mezi dynamikou na papíře a dynamikou v životě klientek.

Vyhýbání se kresbě postavy může značit distanci od lidí či distanci od vlastních pocitů, nebo problém v mezilidské komunikaci. Distanci od svých emocí lze pozorovat i u koláží, kde se postavy vyskytují častěji. Jejich výskyt je však téměř vždy redukován na výstřižek jen samotné hlavy nebo busty případně torza, pouze jednou se na koláži objevila postava s naznačenými dolními končetinami. Touto formou ztvárnění je tak naznačeno odpojení hlavy od těla – odpojení od emocí. Tyto postavy nejsou vybaveny pro pohyb, činnost či kontakt se světem. Vnímají klientek takto i svou současnou situaci?



Obrázek 33: mé zdroje, Miroslava, 77 let, +



Obrázek 34: mé zdroje, Jana 91 let, -

7. Shrnutí výsledků

V1: Jaké výtvarné charakteristiky lze vypožorovat ve výtvarném projevu seniorů?

V analyzované produkci existuje rozdíl mezi klientkami, které jsou výtvarně poučené, mají zkušenosti s výtvarnou tvorbou a klientkami, které toto poučení a zkušenost nemají.

U výtvarně zdatnějších klientek lze zaznamenat méně regresních prvků.

Jejich tvorba je více propracovaná, obsahuje častěji detaily, nenabízí jen středovou kompozici, můžeme vysledovat i práci s prostorem především pak s druhým plánem. Propracovanější kompozice se vyznačuje propojenějším kontextem, v produkci nedochází k izolovanosti objektů, naopak dochází k překrývání objektů. Přesto i u těchto klientek sleduji chudost motivů, vyhýbání se kresbě postav a minimální výskyt stínů.

Barevná paleta je o něco bohatší, avšak stále v ní dominuje především kombinace zelené a modré. Červená barva povětšinou absentuje, případně bývá nahrazena odstíny růžové, vínové či hnědé. Nedá se však hovořit o úplné absenci této barvy v tvorbě.

Mezi regresní prvek může být řazeno sklápění do půdorysu, které řadíme do schematického období (6-8 let). Pozoruji i výskyt dekoratismu a schematismu, který můžeme taktéž spojit s tímto obdobím.

U výtvarně méně poučených klientek lze vysledovat více regresních prvků.

Kompozice je téměř vždy centrální. Nalezneme v ní méně důrazu na detail. Klientky někdy zůstanou jen u jednoho objektu, jehož okolí dále nerozvíjejí. Pozadí bývá nepropracované, často zůstává prázdné – tedy bílé. Jednotlivé prvky na papíře působí nepropojeně, nedochází k překrývání objektů, místo toho jsou jednotlivé prvky jako by vyjmenovány vedle sebe, tak jako tomu bývá v preschematickém období (4-6 let). Není tak vytvářen kontext a prostor. Obrázek působí dojmem plakátu. V tvorbě často najdeme jen první plán, případně zpracování druhého plánu, třetí plán nikoliv.

Perspektiva se vyskytuje v menším měřítku nežli u klientek, které mají větší zkušenosti s výtvarnou tvorbou.

Barevná paleta disponuje především kombinací zelené, modré, hnědé, žluté, růžové a černé barvy.

V tvorbě lze zaznamenat více regresních prvků např. tvorbu v pásech, častější schematické zobrazování, disproporčnost poměrů jednotlivých prvků, stereotypizaci a prvky dekoratismu, výskyt významové perspektivy nebo také motivy, které rády malují i děti: slunce, měsíc, mraky či ptáky na obzoru.

V obou skupinách lze hovořit o vyhýbání se kresbě lidské postavy. V případě, že se postava na obrázku objevila, její zpracování postrádalo dynamiku.

V kolážích se postavy vyskytují, většinou však postrádají znázornění celého těla. Jedná se nejčastěji jen o zachycení hlavy, obličeje, busty, případně postavám chybí dolní končetiny.

V produkci lze vysledovat motiv armování, preferenci středové kompozice, akcent na první plán, chudost motivů či absenci práce se stíny.

Celková barevnost odkazuje na tradiční oblíbené barvy klientely této věkové skupiny. V produkci absentovala fialová barva. Téma akčního akvarelu přinášelo bohatší barevnou paletu do tvorby klientek.

Zajímavým zjištěním pro mě bylo to, že klientky preferovaly anilinové a temperové barvy, tedy barvy sytější, zářivější, jasnější až nereálné.

V ostatních studiích zaznamenávaly odlišnou preferenci, kdy seniorští klienti využívali spíše omezenou barevnost a světlejší odstíny.

Lze hovořit o tom, že v tvorbě seniorů (v případě mého malého vzorku) můžeme nalézt odkazy na preschematické a schematické období. Avšak záleží na výtvarných zkušenostech autora obrázků.

V2: Jaká témata lze vypořádat ve výtvarném projevu seniorů?

V získané produkci se objevilo několik témat, která by nabízela další vzájemnou spolupráci. Nejčastěji opakujícím se tématem je emocionalita klientek, toto téma je možné rozvíjet hned v několika rovinách. Téma emocí se během samotných setkání, ale především pak při interpretování obrázků, objevovalo opakovaně.

Na základě řady postřehů, včetně celkové barevné charakteristiky, zpracování kompozice, chudosti motivů a dokonce i významu jednotlivých objektů, prvků a jejich zvláštností, všechny tyto aspekty nabízejí hypotézu vztahující se k potlačování emocí klientek.

Potlačovanou emocionalitu popisují i u třetí kazuistiky s paní Marií.

Práce s emocemi, je téma, které při interpretaci vyvstalo mnohokrát.

Chudší barevná paleta, chudost motivů, absence výtvarně zpracovaných postav nabízí hypotézu na chudší emocionální prožívání klientek. Téma vztahovosti vyvstává ve zpracování, ale i absenci postav nebo nepropojování jednotlivých prvků v obrázku. Na druhou stranu najdeme v produkci mnoho obrázků se zvířaty, které v tomto kontextu fungují jako metafora vztahu, bezpečného kontaktu, i jako možnost doteku.

V tvorbě lze vysledovat i stopy odkazující k citové deprivaci, byl by to např. právě přehnaný výskyt zvířat v obrázcích, volba postav do koláží, barevnost obrázků, která se opravdu pravidelně a specificky podobá barevné charakteristice pro citovou deprivaci.

Hypotézu vztahující se k citové deprivaci osobně považuji již za velmi silnou, avšak nemohu ignorovat opakující se signály v tvorbě klientek.

Výtvarné zpracování vypovídá o emocionální samotě, které klientky, ačkoliv žijí v domově plném dalších lidí, pocítují.

S citovým strádáním můžeme spojit i téměř úplnou absenci fialové barvy v tvorbě klientek, fialovou lze vystopovat pouze u akčních akvarelů a u několika detailů květů – nikdy v dominantním měřítku. Charakteristiku barvy spojujeme s bezpodmínečnou láskou, přijetím a péčí. Je tedy otázkou, zdali je pro klientky téměř absentující zastoupení fialové barvy na papíře metaforou pro chybějící bezpodmínečné přijetí. Vzhledem k výše uvedeným zjištěním, lze tvrdit, že klientky postrádají blízké vztahy a kontakt.

Arteterapie by mohla být jedna z cest, která by tyto základní potřeby pomáhala naplňovat, a to nejen aktivní formou tvoření. Již jen samotné pravidelné setkávání dávalo klientkám možnost navázat nové vazby. Ze své pozice jsem klientkám nabízela velmi individuální přístup s bezpodmínečným přijetím.

V tvorbě klientek se opakovaně objevuje téma nepřehlednosti emocí – zmiňovala jsem např. preferenci materiálů, kdy nedocházelo k zašpinění barev, charakteristiku barevných kombinací, ale i významy jednotlivých barev.

V produkci nalezneme i odkazy na úbytek energie. Jedná se nejen o téma barevnosti, chudosti motivů ale objevují se i významy jednotlivých motivů v tvorbě, dále se v tvorbě vyskytují prvky, které fungují na bázi energické úspornosti – opakování (stereotypizace), schematismus, dekoratismus v tomto směru. Vzhledem k věku klientek, se nejedná o nečekaný aspekt, avšak pokusem narušit obvyklou barevnou paletu či způsob výtvarného projevu můžeme klientkám alespoň nějakou formou pomoci.

V tvorbě klientek jsem zaznamenala i téma útěku do fantazijního či snového světa, jelikož je jedním ze stavebních kamenů Rožnovské intervenční arteterapie kotvení klienta do reality, bylo by vhodné rozvíjet u klientek např. výtvarné zpracování stínů, které jsem v analyzované tvorbě postrádala. Toto zjištění však může být v arteterapii i využito. Jelikož je mnoho klientek nějakým způsobem fyzicky handicapovaných, nemohou se tím pádem věnovat aktivitám, na které byly dříve zvyklé. Arteterapie nabízí práci s imaginací, kterou by arteterapeut mohl klientkám nabídnout jako jistou formu náhrady.

Několikrát jsem se setkala s problémem klientek s vnímáním v celkovém kontextu. K tomuto tématu odkazovala především roztržitá tvorba, nepropojenost prvků, ale např. i na několika obrázcích objevující se tvorba v pásech. Tento výtvarný projev může ilustrovat přirozený jev vyskytující se u této věkové skupiny.

Egocentrismus jako důraz na sebe, můžeme sledovat v častém výskytu zelené barvy a v početně bohatě zastoupené produkci středových kompozic. Tento způsob lze vnímat jako signál růstového potenciálu, kterým klientky disponují. Jejich soustředění umožňuje posuny, kterých jsem byla sama svědkem. S tímto tématem se částečně pojí i téma důrazu na přítomnost, kterou jsem opakovaně nalézala v prvních plánech, středové kompozici a absenci perspektivy. Téma orientace na teď a tady může otevírat i další naznačené téma, a to obavy z budoucnosti. Jedná se o téma, které souvisí s nepropracovanou perspektivou, často i s ponechanou bílou barvou na pozadí obrázků.

Pokud bych s klientkami dále pracovala, snažila bych se výtvarný projev kultivovat především ve výstavbě prostoru, dále bych využívala technik, které by nabízely uvolnění emocí, příkladem může být kazuistika č. 1 s paní Martinou, které akční akvarel pomohl k velkému posunu. Dalším důležitým krokem by bylo pokračování v mé snaze upevnit a posílit sebevědomí klientek. Zkušenosti z praxí i z popsanych kazuistik naznačují velký pocit nedůvěry, který klientky chovají nejen k nové zkušenosti, ale především ke svým schopnostem. Arteterapie může být cestou, která má potenciál tento aspekt pozměnit.

7.1 Nedostatky výzkumu

Jsem si vědoma nedostatků výzkumu. Jelikož je arteterapie velmi specifický obor po metodologické stránce nelze výsledky zobecňovat.

Nelze tvrdit, že má zjištění odpovídají obecně platné charakteristice tvorby seniorů. Že témata, která jsem v produkcích identifikovala, řeší lidé této věkové kategorie.

U některých klientek jsem během tvorby vstupovala do procesu tvoření, čímž jsem ovlivnila výsledný výtvar.

Má zjištění se týkají pouze malé skupiny účastníků výzkumu. I v rámci tohoto nízkého počtu dochází ke zkreslení vzhledem k pozitivnímu vztahu k výtvarné tvorbě všech účastníků a vzhledem k jejich dobrovolné účasti. Přeci jen arteterapie je především o práci s lidmi a nelze tak nikoho nutit do tvorby, pokud o ni sám nestojí.

IV. Použitá literatura

- Agrigoroaei, S., & Lachman, M. E. (2011). Cognitive Functioning in Midlife and Old Age: Combined Effects of Psychosocial and Behavioral Factors. *The Journals of Gerontology: Series B*, 66B(suppl_1), i130-i140. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbr017>
- Boss, G. R., & Seegmiller, J. E. (1981). Age-related physiological changes and their clinical significance. *The Western journal of medicine*, 135(6), 434–440.
- Campbell, J. (1998). *Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi: [skupinové výtvarně-terapeutické činnosti pro děti i dospělé]* (přeložil Michaela ŠÁROVÁ). Portál.
- Drucker, K. (1990). Swimming upstream: Art therapy with the psychogeriatric population in one health district. In M. Liebmann (Ed.), *Art therapy in practice* (pp. 89-103). London: Jessica Kingsley.
- Dziechciaż, M., & Filip, R. (2014). Biological psychological and social determinants of old age: Bio-psycho-social aspects of human aging. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 21(4), 835-838. <https://doi.org/10.5604/12321966.1129943>
- Edwards, D., Edwards, D., & Wilkins, P. (2014). *Art Therapy*. SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781526401533>
- Gruss, P. (Ed.). (2009). *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Portál.
- Hromádková, K. (2017). Historie a současnost arteterapie v psychiatrických zařízeních v ČR Rožnovská arteterapie v psychiatrickém kontextu. Bakalářská práce. Č. Budějovice: PedF JČU
- Hrouzek, P. (2006). *Arteterapie ve speciální pedagogice: účinné faktory vývojové arteterapie – integrativní přístup*. Disertační práce. Brno : MU.
- Jardim, V. C. F. da S., Vasconcelos, E. M. R. de, Vasconcelos, C. M. R. de, Alves, F. A. P., Rocha, K. A. de A., & Medeiros, E. G. M. S. de. (2020). Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 23(4). <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200173>
- Jonas, W. (2017). ART THERAPY POCKET GUIDE. Samueli Integrative Health Programs.
- Kolaříková, M. (2019) . *Psychologie stárnutí a stáří*.
- Kyzour, M. ml. (2002). Rožnovská intervenční arteterapie, Rožnovská intervenční arteterapie. *Psychologie dnes*, 7-8, 26-27.
- Kyzour, M. (2010). *Arteterapeutické postupy užití při práci se žáky se speciálními vzdělávacími potřebami*. Projekt ESF.
- Langmeier, J. & Krejčíková D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- León, L. P., Mangin, J. P. L., & Ballesteros, S. (2020). Psychosocial Determinants of Quality of Life and Active Aging. A Structural Equation Model. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6023. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176023>

Lhotová, M. (2010). *Proměny výtvarné tvorby v arteterapii*. České Budějovice: Jihočeská univerzita - Teologická fakulta.

Lydia, F., & Aurora, F. (2014). THE ART THERAPY, AN AESTHETIC AND ARTISTIC EXPERIENCE TO SUPPORT THE INTEGRATION AND PREVENTION OF UNEASINESS.

Mahendran, R., Gandhi, M., Moorakonda, R. B., Wong, J., Kanchi, M. M., Fam, J., Rawtaer, I., Kumar, A. P., Feng, L., & Kua, E. H. (2018). Art therapy is associated with sustained improvement in cognitive function in the elderly with mild neurocognitive disorder: findings from a pilot randomized controlled trial for art therapy and music reminiscence activity versus usual care. *Trials*, 19(1).

<https://doi.org/10.1186/s13063-018-2988-6>

Mauk, K. L. (2018). *Gerontological nursing: competencies for care* (Fourth edition). Jones & Bartlett Learning.

McMillan J., Moo A., Arora R., Costa B. (2018). The clinical effectiveness and current practice of art therapy for trauma. *Evidence Rev. Inst. Saf. Compens. Recov. Res. (ISCRR)* 212 1–23.

Mendes Ferracioli, N. G. (2018). Psychological aspects of aging and psychology's contributions to gerontology: theoretical and technical interface. *MOJ Gerontology & Geriatrics*, 3(2).

<https://doi.org/10.15406/mojgg.2018.03.00101>

Mendoza-Ruvalcaba, N. M., Arias-Merino, E. D., Flores-Villavicencio, M. E., Rodríguez-Díaz, M., & Díaz-García, I. F. (2018). Cognitive Aging. In G. D'Onofrio, A. Greco, & D. Sancarlo (Eds.), *Gerontology*. InTech. <https://doi.org/10.5772/intechopen.71551>

Miller, B. (1992). Art therapy with the elderly and the terminally ill. In T. Dalley (Ed.), *Art as therapy: An introduction to the use of art as a therapeutic technique* (pp. 127-140). London: Tavistock/Routledge

Mittal, S., & Mahapatra, M. (2021). Art Therapy & Care of Individuals. *International Journal of Mechanical Engineering*, 6(3), 2815-2820.

Mitina, M., Young, S., & Zhavoronkov, A. (2020). Psychological aging, depression, and well-being. *Aging*, 12(18), 18765–18777. <https://doi.org/10.18632/aging.103880>

Pathath, D. A. W. (2017). Theories of Aging. *International Journal of Indian Psychology*, 4(4), 15-22. <https://doi.org/10.25215/0403.142>

Plassová, M. (2010). Využití barevné modifikace Warteggova kresebného testu u seniorů v centrech sociální péče. Bakalářská práce. Č. Budějovice: PedF JČU

Petrucci, J. (2023). What is Art Therapy.

Ravid-Horesh, R. (2004). "A temporary guest": The use of art therapy in life review with an elderly woman. *Arts in Psychotherapy - ART PSYCHOTHER*. 31. 303-319. 10.1016/j.aip.2004.07.001.

Rovenská, L. (2007). *Vymezení a srovnání pojmu arteterapie a nově zaváděného pojmu artefietika* [diplomová práce]. Filozofická fakulta Univerzity Karlovy.

- Sharma, Y. P. (2019). Art Therapy: Creativity for Cure. *Tribhuvan University Journal*, 31(1-2), 239-244. <https://doi.org/10.3126/tuj.v31i1-2.25359>
- Slavík, J. (2001). *Umění zážitku, zážitek umění (teorie a praxe artefiletiky 1. díl)*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Pedagogická fakulta.
- Stefanacci, R. G. (2022). *Changes in the Body With Aging*. Thomas Jefferson University. College of Population Health.
- Šicková-Fabrici, J. (2016). *Základy arteterapie* (Vydání třetí, rozšířené, přeložil Jana KŘÍŽOVÁ, přeložil Tereza HUBÁČKOVÁ). Portál.
- Švancara, J. (1983). *Psychologie stárnutí a stáří* (2. přeprac. vyd). SPN.
- Ulman, E. (2001). Variations on a Freudian Theme: Three Art Therapy Theorists. In *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, London: Brunner-Routledge.
- Wadeson, H. (1980). *Art psychotherapy / Harriet Wadeson*. Wiley.
- Wadeson, H. (2000). *Art therapy practice: Innovative approaches with diverse populations*. John Wiley & Sons Inc.
- Waller, D. (2006). Art Therapy for Children: How It Leads to Change. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 11(2), 271-282. <https://doi.org/10.1177/1359104506061419>
- Wamboldt, M. Z. (2019). Art therapy in children and its effectiveness. *IAA Journal of Scientific Research*, 5(1), 1-5.
- Wang, Q. -Y., & Li, D. -M. (2016). Advances in art therapy for patients with dementia. *Chinese Nursing Research*, 3(3), 105-108. <https://doi.org/10.1016/j.cnre.2016.06.011>
- Yochim, B. P., & Woodhead, E. L. (Eds.). (2017). *Psychology of Aging*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826137296>
- Zahodne L. B. (2021). Psychosocial Protective Factors in Cognitive Aging: A Targeted Review. *Archives of clinical neuropsychology : the official journal of the National Academy of Neuropsychologists*, 36(7), 1266–1273. <https://doi.org/10.1093/arclin/acab051>
- Zacharová, E. (2012). *Základy vývojové psychologie*.
- Zeman S. (2021). Základy arteterapeutické metodiky. Přednáška pro 2. ročník bakalářského studia arteterapie. České Budějovice: PF JČU.

V. Přílohy



Obrázek 1: mé zdroje, Martina 81 let, +



Obrázek 2: mé zdroje, Martina 81 let, +



Obrázek 5: Květiny dle předlohy, Anna 82 let, -



Obrázek 6: rozkvetlá louka, Marie 86 let, -



Obrázek 7: Medúsa, Marie 86 let, -



Obrázek 8: moje zahrada, Gisela, 79 let, +



Obrázek 8: květiny dle živé předlohy, Františka 80 let, -



Obrázek 9: akční akvarel, Miroslava 77 let, +



Obrázek 10: moje zahrada, Stanislava 71 let, -



Obrázek 11: pálení čarodějnic Gisela 79 let, +



Obrázek 12: Medúsa, Miroslava 77 let, +



Obrázek 13: jaro, Helena 77 let, -



Obrázek 14: rodinná koláž Františka, 80 let, -



Obrázek 15: vlastní téma: malování dle živé předlohy, Hana, 70 let, -



Obrázek 16: jaro, Drahomíra, 94 let, +



Obrázek 17: moje zahrada, Jitka, 73 let, -



Obrázek 18: rozkvetlá louka, Gisela 79 let, +



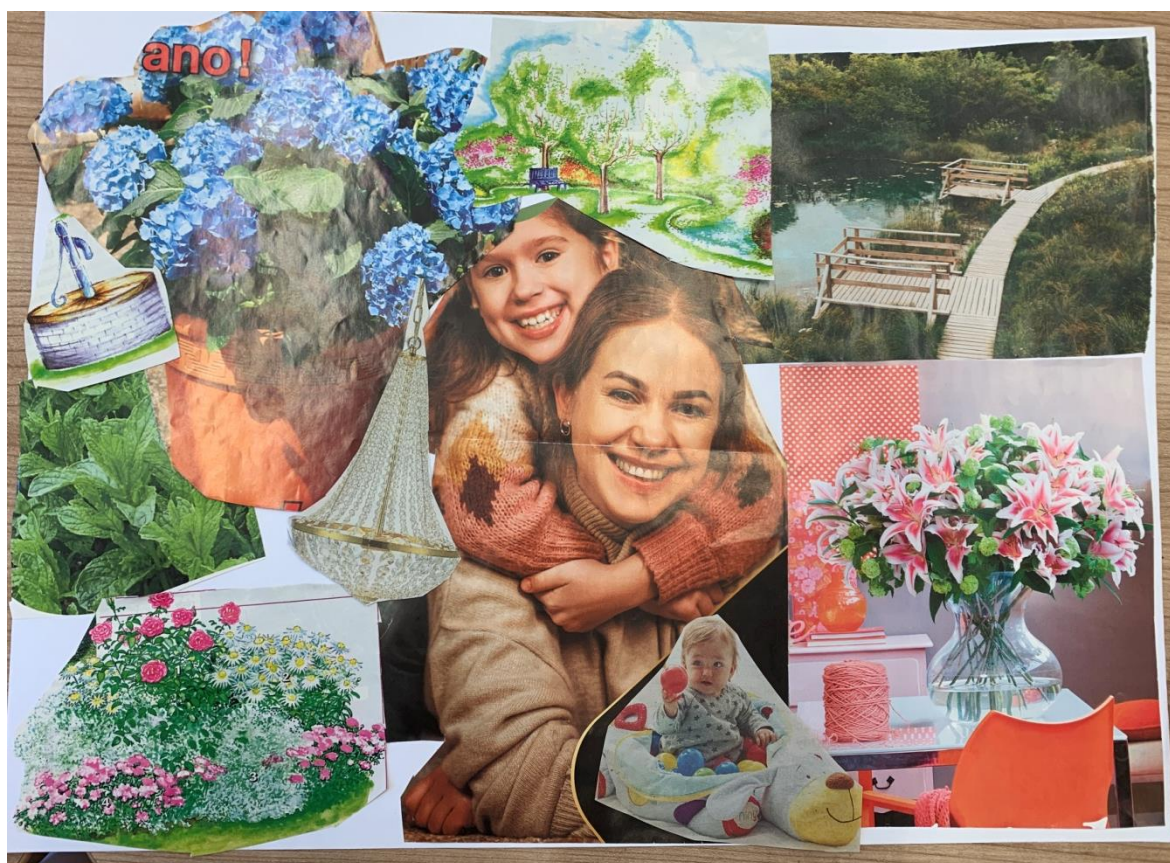
Obrázek 19: svatý Jiří, Helena 77 let, -



Obrázek 20: Květiny dle živé předlohy, Miroslava 77 let, +



Obrázek 21: svatý Medard, Stanislava 71 let, -



Obrázek 22: rodinná koláž, Radka 70 let, -



Obrázek 23: akční akvarel, Jana 91 let, -



Obrázek 24: krajina, Marta, 76 let, -



Obrázek 25: den otevírání bazénů, Miroslava 77 let, +



Obrázek 26: krajina, Stanislava 71 let, -



Obrázek 27: svatý Petr, Marta, 76 let, -



Obrázek 28: jaro, Gisela, 79 let, +



Obrázek 29: mé zdroje, Radka 70 let, -



Obrázek 30: květiny dle živé předlohy, Jitka 73let, -



Obrázek 31: vlastní téma: kočka, Marta, 76 let, -



Obrázek 34: mé zdroje, Jana 91 let, -



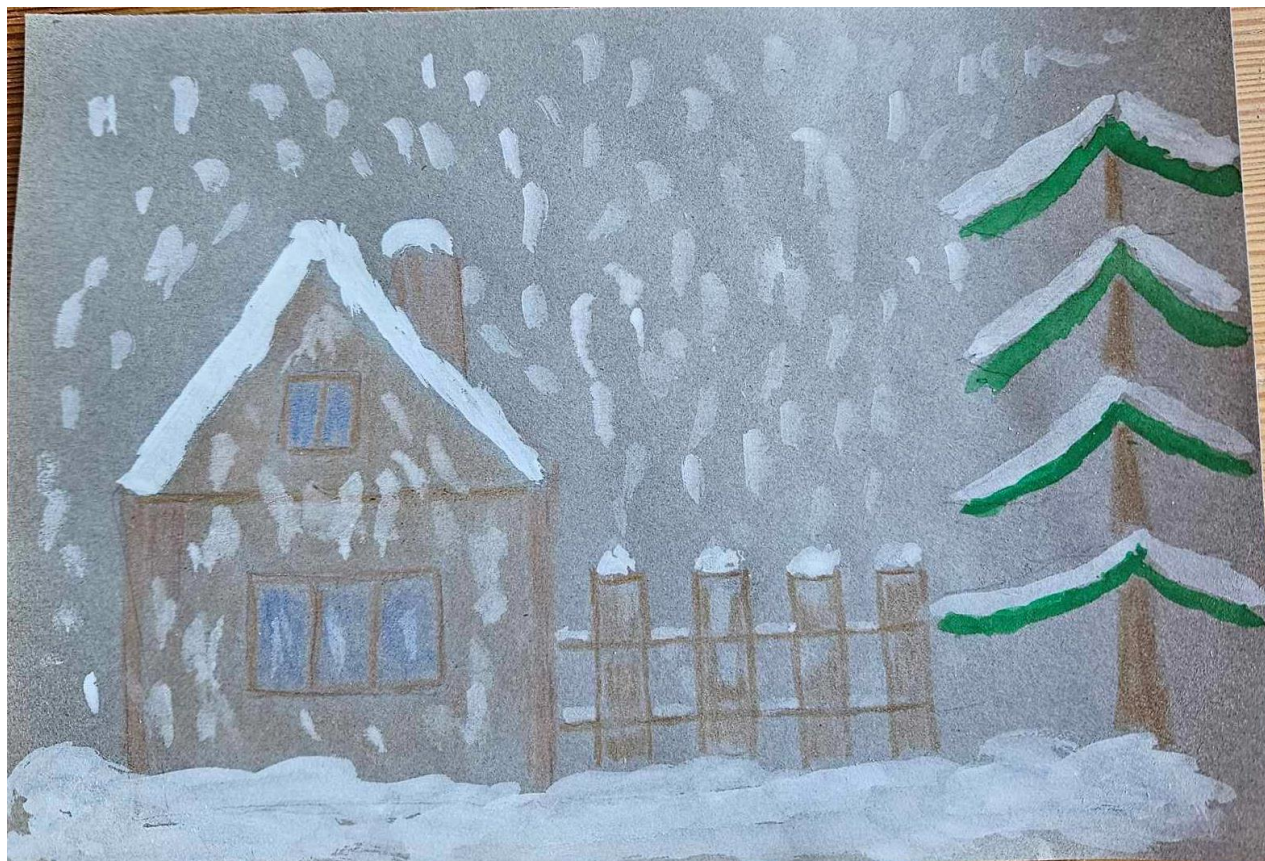
Obrázek 35: vlastní téma: mamičiny perníčky, Kateřina 75 let, +



Obrázek 36: vlastní téma: ježeček, Kateřina 75 let, +



Obrázek 37: jaro, Kateřina 75 let, +



Obrázek 38: vlastní téma: domov, Kateřina 75 let, +



Obrázek 39: mé zdroje, Františka 80 let, -



Obrázek 40: mé zdroje, Markéta, 81 let, -



Obrázek 41: květiny dle živé předlohy, Markéta, 81 let, -



Obrázek 42: akční akvarel, Markéta, 81 let, -



Obrázek 43: akční akvarel, Drahomíra, 94 let, +



Obrázek 44: květiny dle živé předlohy, Drahomíra, 94 let, +



Obrázek 45: vlastní téma: květiny, Gisela 79 let, +