

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra psychologie a patopsychologie



BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Výtvarná tvorba v terapii a její využití v praxi

Autor: Lucie Chmelařová

Studijní obor: Výtvarná tvorba a německý jazyk se zaměřením na vzdělávání

prezenční studium

Vedoucí práce: Mgr.,et Mgr. Iveta Tichá

Olomouc 2012

Čestné prohlášení:

Tímto prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma výtvarná tvorba v terapii a její využití v praxi vypracovala sama s využitím odborné literatury a pramenů v práci uvedených.

Současně dávám souhlas se zveřejněním práce nebo jejích částí se souhlasným postojem katedry.

V Olomouci dne 18. 6. 2012

.....

Poděkování

Dovolte mi, prosím, touto cestou poděkovat vedoucí bakalářské práce Mgr. Ivetě Tiché za odborné a metodické vedení a poskytování velmi cenných rad.

Obsah

Úvod.....	6
1 Výtvarné umění.....	7
1.1 Význam umění.....	7
1.2 Umění jako terapie.....	8
2 Arteterapie	9
2.1 Historie arteterapie	9
2.2 Arteterapie receptivní a produktivní.....	10
2.3 Arteterapie skupinová a individuální.....	10
2.4 Arteterapie v ČR.....	11
3 Východiska arteterapie	13
3.1 Psychodynamická východiska arteterapie	13
3.1.1 Freudovská psychoanalytická teorie.....	13
3.1.2 Arteterapie podle C. G. Junga	14
3.1.3 Arteterapie inspirovaná individuální psychologíí A. Adlera.....	16
3.2 Humanistický přístup.....	16
3.3 Psycho-edukační přístupy.....	17
3.3.1 Behaviorální terapie.....	17
3.3.2 Kognitivně-behaviorální arteterapie	18
4 Struktura arteterapeutického sezení	19
4.1 Osobnost arteterapeuta.....	19
5. Arteterapie se zrakově postiženými	19
5.1 Zrakově postižený jedinec	22
5.1.1 Osoby nevidomé	22
5.1.2 Osoby slabozraké.....	22
5.1.3 Osoby se zbytky zraku.....	22
5.2 Hmat a umělecké cítění	23
5.3 Kazuistiky.....	24
5.3.1 Hana, 62 let.....	24
5.3.2 Lucie, 7 let	24
6 Arteterapeutické metody	26
6.1 Imaginace.....	26

6.1.1 Imaginace v terapii	26
6.2 Animace	27
6.3 Mandala	28
6.3.1 Terapie mandalou	29
6.3.2 Postup při vytváření mandaly	29
6.4 Strom života.....	30
7 Modelování.....	31
7.1 Modelovací materiál - hlína.....	31
7.2 Techniky modelování	32
7.2.1 Vymačkávání	32
7.2.2 Tvorba z válečků	32
7.2.3 Tvorba z plátů.....	33
7.3 Metody esteticko-haptické stimulace	33
8. Barva v terapii	36
8.1 Symbolika barev	36
Závěr.....	39
Seznam zkratek.....	40
Prameny a použitá literatura.....	41
Seznam příloh.....	44
Anotace	

Úvod

Cílem bakalářské práce je seznámit čtenáře s výtvarnou tvorbou v terapii a jejím využitím v praxi.

I když je arteterapie poměrně mladý psychoterapeutický obor, rozšiřuje se po celém světě. Prostřednictvím tohoto druhu terapie můžeme vyjádřit své pocity, zážitky a vzájemné vztahy. Napomáhá odstraňovat psychické bloky, podporuje vytváření a rozvíjení pozitivních vztahů, sjednocuje osobnost a posiluje sebevědomí.

Teorie tohoto oboru je velmi obtížná a rozsáhlá, jelikož spojuje dvě oblasti. Výtvarné umění a psychoterapii. Důležitá je tedy znalost základních pojmů, která čtenářům pomůže lépe pochopit tuto problematiku.

Bakalářská práce je strukturovaná do osmi kapitol, které se věnují problematice jednotlivých, výše uvedených oblastí. První kapitola vymezuje základní pojem umění. Značnou pozornost věnuje spojitosti mezi uměním a terapií.

Druhá kapitola je zaměřená na význam pojmu arteterapie. Charakterizuje druhy terapie, její historii a vývoj u nás. Významným počinem v této oblasti se stalo založení České arteterapeutické asociace.

Třetí kapitola se zabývá východisky terapie, které hledá nejen v psychoterapii, filozofii, teologii ale i v umění. U každého klienta jde o naplnění různých cílů, a proto je potřebné najít kritéria, která se dají použít k dané struktuře osobnosti.

Čtvrtá kapitola popisuje strukturu arteterapeutického sezení od seznámení se klienta s léčítelem k hlavní činnosti.

Pátá kapitola se zaměřuje na využití léčby uměním u osob zrakově postižených. Obsahuje charakteristiku zrakového postižení a jeho rozdělení. Důležitým mezníkem v této oblasti jsou příklady z praxe.

Šestá kapitola představuje postupy, které jsou velmi důležité pro terapeutickou praxi a jejich vytváření.

Sedmá kapitola se věnuje modelovacímu materiálu – hlině, která je velmi prospěšná pro osoby se zrakovým postižením. Představuje pro ně možnost obohacení života a seberealizace. Poslední kapitola popisuje významy barev, které působí pozitivně i negativně na psychické a fyzické zdraví člověka.

Touto problematikou se u nás zabývá spousta autorů, například E. Perout nebo J. Šicková-Fabrice. Dostupná je i zahraniční literatura nebo časopis České arteterapeutické asociace.

1 Výtvarné umění

Výtvarné umění označuje několik uměleckých druhů. Zahrnuje malířství, sochařství, grafiku, kresbu, architekturu a užité umění, jejichž výsledkem jsou předmětné výtvoř jako např.: obraz, socha, stavba.¹ Pod pojmem umění si můžeme představit nejen proces tvorby, ale i její výsledek, při kterém využíváme různé techniky a prostředky (malba, kresba, grafika, modelování).²

1.1 Význam umění

Možnost, jak znázornit své pocity a vnitřní prožitky, nám poskytuje umění. Může sloužit jako prostředek k vyjadřování vztahu k okolnímu prostředí. Plní funkci nejen náboženskou, kdy je umění vnímáno jako druh komunikace mezi člověkem a Bohem, ale je využíváno i při společenských rituálech.³

Jedná se o formu alternativní řeči.⁴ Můžeme ji definovat jako druh myšlení, které odráží skutečnost. V každém díle lze najít duši člověka, jeho tělesnost, duchovnost, ale také dobu, ve které žil a tvořil, a v neposlední řadě i spektrum sociálních vazeb.⁵

„*O umění se dá tvrdit, že slouží cílům, jež ho přesahují.*“ Uměním lze vyjádřit to, co slovy vyjádřit nelze.⁶

Umění hraje velkou roli ve všech etapách vývoje člověka. Již v době pravěku plnilo několik funkcí. Jedna z nejdůležitějších funkcí bylo a je uspokojování estetických potřeb lidí.⁷

Výtvarnou činností dále dochází k obohacování života. V klinických psychiatrických zařízeních a ústavech má velký význam pro léčbu psychických obtíží.⁸

H. Read, významný teoretik umění, tvrdí, že: „*výtvarná tvorba napomáhá intelektuálnímu, citovému a duchovnímu růstu.*“ A z těchto myšlenek arteterapie vychází.

¹ BALEKA, Jan. *Výtvarné umění: výkladový slovník (malířství, sochařství, grafika)*. Praha: Academia, 1997, s. 385

² CAMPBELLOVÁ, Jean. *Techniky arteterapie: ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Praha: Portál, 2000, s. 12

³ tamtéž

⁴ CASEOVÁ, Caroline a Tessa DALLEYOVÁ. *Arteterapie s dětmi*. Praha: Portál, 1995, s. 20

⁵ JEBAVÁ, Jana. *Úvod do arteterapie*. Praha: Karolinum, 1997, s. 56

⁶ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 18-22

⁷ MIŠURCOVÁ, Věra a Marie SEVEROVÁ. *Děti, hry a umění*. Praha: ISV, 1997, s. 30

⁸ CAMPBELLOVÁ, Jean. *Techniky arteterapie: ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Praha: Portál, 2000, s. 13

1.2 Umění jako terapie

Svět, který pociťujeme v srdci, ale i svět naší duše patří mezi prvky projevu umění, ale také celého bytí člověka. Expresivní - výrazová tendence je stále součástí našeho života. Důkazem je vnitřní touha po projevu. Potřebu vyjádřit se si člověk v průběhu kulturního vyvíjení kultivuje a dotváří po stránce estetické a umělecké.⁹

„Umění začíná teprve člověkem, který je arci sám živou tvořící přírodou, tělem jejího těla a duchem jejího ducha. Toho ducha, který dríme i v kameni, temně procítá v puzení bylin, hýbe se ve zvířeti a bloudí a vzlétá v lidské myšlence.“¹⁰

Tím, že přetvoříme skutečnost a vložíme do ní část jedinečnosti našeho JÁ, měníme sebe. K tomuto procesu uplatňujeme uměleckou tvorbu.¹¹

„Umělec nemůže postihnout vnější svět, aniž spolu s ním odhalí svůj vnitřní svět, a rovněž nemůže ukázat svůj vnitřní svět a netlumočit přitom svět vnější. Poprvé žije každý z obou jen díky tomu druhému, podruhé jsou pochopitelné jen jeden prostřednictvím druhého a vytvářejí mezi sebou třetí skutečnost, jež je svatou podstatou společná jednomu i druhému.“¹²

Umění má velký podíl na rozšiřování hranic vnímání a získání poznatků v oblasti lidské reality a nitra. Je vnímáno jako denní potřeba, která je schopna odpovědět na otázky sužující člověka.¹³

Výtvarná tvorba jako terapeutický prostředek tedy prohlubuje emoční klima klienta přes umělecký zážitek.¹⁴

⁹ PAVLŮ, Dagmar. *Kvalita života zdravotně postižených a starších občanů: Sborník příspěvků z pracovní konference s mezinárodní účastí konané 9. -11. listopadu 1995 na FTVS UK*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, 1996, s. 161

¹⁰ tamtéž

¹¹ PAVLŮ, Dagmar. *Kvalita života zdravotně postižených a starších občanů: Sborník příspěvků z pracovní konference s mezinárodní účastí konané 9. -11. listopadu 1995 na FTVS UK*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, 1996, s. 162

¹² tamtéž

¹³ JEBAVÁ, Jana. *Úvod do arteterapie*. Praha: Karolinum, 1997, s. 53

¹⁴ *Časopis České arteterapeutické asociace: Arteterapie jako aplikované umění* [online]. 2009 [cit. 2012-05-07]. Dostupné z: <http://casopisca.wz.cz/cas17.htm>

2 Arteterapie

Arteterapie vznikla spojením latinského slova „ars“ - umění a řeckého slova „**thérapeuta**“ - léčba, léčení.¹⁵

V arteterapii se jedná o cílený proces, který řídí nebo usměrňuje arteterapeut. Tento proces může být realizován individuálně, ale také i skupinově. Cílem je dosáhnout u pacienta nebo handicapovaného jedince vnitřní relaxace za pomoci výtvarných disciplín. Dále tato terapie podporuje emoční vývoj, interpersonální vztahy a odstraňuje psychické tenze. Umělecká činnost ovlivňuje osobnost jedince. Dochází při ní k rozšiřování estetických znalostí, kultivuje osobnost a inovuje vitální síly.¹⁶

V širším smyslu znamená tato terapie léčbu uměním, kde k vyjádření slouží všechny druhy umění. Arteterapii v tomto smyslu lze nazvat „kulturní terapií“, jelikož jako výrazový prostředek využívá hudbu, tanec, divadlo, mimiku, výtvarnou činnost a slovesnost.

V užším pojetí se jedná o druh terapie, který využívá pouze výtvarných výrazových prostředků.¹⁷

2.1 Historie arteterapie

Arteterapie je poměrně mladý obor, i když kultivace vlivem umění je známa již delší dobu. Úplně první zmínku můžeme datovat až do prehistorie, kdy nám naši předchůdci zanechali na stěnách jeskyní mnoho maleb, kterými se pokoušeli vyjádřit chápání jejich světa.¹⁸

Jako disciplína vznikla v 30. letech 20. století v USA. Poprvé se pojem **art therapy** objevil v tvorbě M. Naumburgové. Právě její tvrzení, že proces terapie je postaven na poznání a že pocity člověka lze vyjádřit lépe v obrazech než ve slovech, jsou považována za východiska arteterapie.¹⁹

Další významnou osobností v oblasti arteterapie je E. Kramerová. Ve své práci **Art as therapy with children** (1972) se zaměřuje především na děti, na posílení jejich ega a pocit vlastní identity prostřednictvím výtvarné exprese.²⁰

¹⁵ *Časopis České arteterapeutické asociace: Pojem arteterapie* [online]. 2001 [cit. 2012-04-26]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas01.htm>

¹⁶ JEBAVÁ, Jana. *Úvod do arteterapie*. Praha: Karolinum, 1997, s. 5

¹⁷ *Časopis České arteterapeutické asociace: Pojem arteterapie* [online]. 2001 [cit. 2012-04-26]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas01.htm>

¹⁸ tamtéž

¹⁹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 26

²⁰ tamtéž

Pojem **art therapy** se v Evropě začal používat až v roce 1940. Avšak kořeny této disciplíny sahají už do 18. a 19. století, kdy byly úzce spjaty s psychopatologií schizofrenie. Díky zájmu odborníků o výtvarnou tvorbu při léčbě duševně nemocných se zrodila myšlenka jejího terapeutického využití. Ve 20. letech 20. století navázal na tuto myšlenku německý psychiatr H. Prinhorn, jehož sbírky nashromážděných prací jeho pacientů byly prezentovány na výstavách po celém světě. Prinhornova publikace **Bildneri der Geisteskranken** vyvolala velký zájem o problematiku psychopatické tvorby.²¹

K prvnímu profesionálnímu školení arteterapeutů začalo docházet v 80. letech 20. století. Nové pojetí výtvarné tvorby a terapie ovlivnila práce V. Löwenfelda (1982) s nevidomými a slabozrakými dětmi. Díky svým výzkumům dokázal stanovit dodnes používané rozdělení populace na haptické a vizuální typy.²²

2.2 Arteterapie receptivní a produktivní

Arteterapie receptivní se zaměřuje na vnímání umělecké produkce, která byla vybrána léčitelem za účelem pochopení vlastního nitra a poznání pocitů druhých lidí.²³

Estetik T. Fechner se zabýval tzv. subjektivními stránkami umění, kladl důraz při vnímání uměleckého díla na vcítění. Znamená to, že dochází k promítání vlastních emocí diváka do uměleckého díla. Do této skupiny patří návštěvy výstav, galerií, projekce diapozitivů nebo videozáznamy. Divák takto může objevit neuvědomělé pocity, novou pohled na život, smutek i naději.²⁴

Oproti tomu je arteterapie produktivní zaměřena na konkrétní uměleckou činnost v oblastech kresby, malby, modelování, nebo na intermediální činnost, která propojuje různá média.²⁵

2.3 Arteterapie skupinová a individuální

Stejným způsobem jako psychoterapii můžeme rozdělit arteterapii na skupinovou a individuální. Rozhodující při volbě druhu terapie je onemocnění jedince, složení skupiny, časová náročnost, osobnost arteterapeuta, okamžitá nálada i stav pacienta.²⁶

²¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 27

²² tamtéž

²³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 30

²⁴ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 50

²⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 30

Při individuální arteterapii je terapeut zaměřen pouze na jednoho klienta s cílem navázání úzkého kontaktu, přičemž dochází ke vzniku intenzivního zážitku kontaktu s chápajícím člověkem - terapeutem.²⁷

Trvání jednoho sezení závisí na osobnosti pacienta, po jakou dobu je schopen soustředění. Zpravidla sezení trvá 90 minut, ale v některých případech pouze pár minut. Arteterapeut začíná technikami, které odbourávají strach, nejistotu a tenze. Společně s klientem tvoří, poté pomocí zásahů do jeho práce s pacientem komunikuje.²⁸

Podle Horňákové je individuální terapie příhodná pro klienty, u kterých je vyžadována celá pozornost arteterapeuta nebo jejichž chování by se jevilo rušivě a negativně ovlivňovalo ostatní klienty.²⁹

U skupinové formy terapie je skupina uzavřena. Sestavení klientů je určováno věkem, typem onemocnění, jeho průběhem.³⁰

Jedná se o náročnější formu terapie, ale sociální učení je rychlejší a intenzivnější. Lze využít technik, které jsou dynamičtější a zajímavější. *“Skupina je mikrosvětlem, z něhož mohou klienti přenést svoje zkušenosti do svého přirozeného prostředí”*³¹

2.4 Arteterapie v ČR

K rozkvětu české arteterapie došlo v padesátých a šedesátých letech, kdy byla uplatňována jako doplňující technika v komplexní psychoterapeutické péči.³² Poměrně velké popularity dosáhla arteterapie až v 80. letech a to zejména u studentů, jelikož umožňovala dostatek prostoru k svobodnému tvůrčímu vyjádření a duchovnímu růstu. Po sametové revoluci se na začátku 90. let zasloužili právě studenti o rozšíření možností arteterapeutické přípravy. Začala vznikat nová pracoviště určená k výchově arteterapeutů s vynikající úrovní (např. pracoviště při sdružení pro péči o duševně nemocné FOKUS).³³

²⁶ Časopis České arteterapeutické asociace: Pojem arteterapie [online]. 2001 [cit. 2012-04-26]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas01.htm>

²⁷ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 43

²⁸ Časopis České arteterapeutické asociace: Pojem arteterapie [online]. 2001 [cit. 2012-04-26].

²⁹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 43

³⁰ Časopis České arteterapeutické asociace: Pojem arteterapie [online]. 2001 [cit. 2012-04-26]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas01.htm>

³¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 44

³² LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 56

³³ *Současná arteterapie: v české republice a v zahraničí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-pedagogická fakulta, 2000, s. 8

V rámci České psychoterapeutické společnosti vznikla pod vedením PhDr. Darji Kocábové tzv. psychoterapeutická sekce, která pořádala semináře, výcviky a sloužila jako místo k setkávání pracovníků různých oborů.³⁴

V roce 1990 byl v Českých Budějovicích při Jihočeské univerzitě založen Ateliér arteterapie. Zakladatelem a ředitelem byl PhDr. M. Kyzoun (pedagog, malíř, hudebník). Jeho škola vycházela z jeho mnoholeté terapeutické pedagogické praxe.³⁵

V roce 1994 došlo k založení významného sdružení Česká arteterapeutická asociace (ČAA) sídlícího v Praze. ČAA slouží ke sdružování lidí majících hlubší zájem o arteterapii. Snaží se vytvořit dostatek prostoru pro komunikaci mezi zájemci o tuto terapii. Shromažďuje a zprostředkovává svým členům co nejvíce informací z oblasti arteterapie u nás i v zahraničí. Každý rok pořádá shromáždění nejen českých ale i zahraničních terapeutů (Velká Británie, USA) doprovázené přednáškami, semináři a dílnami.³⁶

Jako důkaz rozvoje u nás slouží rozšiřování možností vzdělávání a odborné přípravy.³⁷ V oblasti vzdělávání se v České republice vyskytují dvě linie. První linie zahrnuje pětiletý psychoterapeutický výcvik České arteterapeutické asociace (1998) navazující na tradici české psychoterapeutické školy. Druhou linií je možnost vysokoškolského vzdělání.³⁸

Čím dál tím častěji se vyskytují i nabídky víkendových arteterapeutických dílen nebo vzdělávacích programů (při Národní galerii v Praze).³⁹

V poslední době u nás dochází ke snaze o přesné vymezení kompetencí mezi výchovnou a léčebnou oblastí arteterapie. S touto snahou se před několika lety začal objevovat i nový název artefiletika - **art-philetic approach** za účelem dokonalého rozhraničení výtvarné výchovy, která využívá některé prvky arteterapie od specificky léčebné, neboli klinické arteterapie.⁴⁰

³⁴ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 56

³⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 28

³⁶ *Současná arteterapie: v české republice a v zahraničí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-pedagogická fakulta, 2000, s. 9

³⁷ tamtéž

³⁸ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 57

³⁹ *Současná arteterapie: v české republice a v zahraničí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-pedagogická fakulta, 2000, s. 9

⁴⁰ tamtéž

3 Východiska arteterapie

Arteterapie nepředstavuje pouze jednu podobu psychoterapie. Velké množství teoretických východisek současných psychoterapeutů má úzký vztah s návrhy psychoterapeutických škol. Další důležitá východiska získáváme z teorie umění, filozofie, teologie, pedagogiky a sociální práce.⁴¹

3.1 Psychodynamická východiska arteterapie

3.1.1 Freudovská psychoanalytická teorie

Tato teorie je postavena na pracích významného psychologa a psychiatra S. Freuda (1856-1939). Zjistil, že řada jeho pacientů vyjadřuje pocity svými vizuálními představami.⁴² Tohoto zjištění se poprvé snažil docílit s použitím techniky „koncentrace“ za účelem vyvolání zapomenutých vzpomínek u jedné z jeho patientek. Kládl důraz na kontakt svých rukou s obličejem pacienta. Buď se dotýkal čela, nebo vzal hlavu do rukou a řekl: *„Teď vás napadne pod tlakem mé ruky. V okamžiku, kdy tlak přestane, uvidíte něco před sebou, nebo něco jako nápad vám proběhne hlavou. Je to to, co hledáme.“*⁴³

Prvním psychologickým modelem mysli S. Freuda byla tzv. **topografická teorie**, kterou byl schopen pojmenovat jednotlivé vrstvy lidského vědomí.⁴⁴

K této teorii o něco později zařadil Freud pojem „id“, který považoval za původ zakázaných myšlenek. Prezентuje energii zvanou „Ego“, jejímž účelem je usměrnit projevy „id“.⁴⁵ Činnost „Ega“ uspokojuje nebo uvolňuje podněty bez narušení morálky nebo reality jedince. Tato morálka neboli morální kodex vystupuje ve Freudově teorii jako „superego“,⁴⁶ které formuluje individuální stupnici morálních hodnot.⁴⁷ Dále se Freud snažil o tzv. katarzi a abreakci zaškrbeného efektu, čímž chtěl docílit odhalení potlačovaných traumatických zážitků a vyléčení neurotických nemocí.⁴⁸

⁴¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 33

⁴² LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 51

⁴³ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 38

⁴⁴ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 40

⁴⁵ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 51

⁴⁶ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 41

⁴⁷ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 51

⁴⁸ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 41

Psychoanalytická teorie umožňuje pacientovi co největší svobodu projevu, ve kterém se poté terapeut s pacientem snaží nalézt zvnitřněný konflikt bránící lepšímu výkonu pacienta. Důležitými prostředky jsou přenos a protipřenos. Nevyřešené konflikty z minulosti způsobují narušené vnímání. K určení původu tohoto narušení slouží přenos. Naopak protipřenos slouží k vyvolání pocitů pacienta u terapeuta. Vzbuzené pocity bývaly brány jako rušivý element, dnes jsou zdrojem důležitých informací.⁴⁹

Otázky, objasňování, konfrontace a především interpretace pomáhají pacientovi pochopit příčiny nepohody.⁵⁰ Cílem této metody je nalezení vlastního zjištění či interpretace.⁵¹

Mezi cíle psychoterapie se zahrnuje:

- zjištění původu problémů skrytých v nevědomí,
- získání vhledu do významů chování pacienta.⁵²

Psychické neshody u člověka bývají ovlivněny vnějšími situacemi - extrapsychický konflikt nebo vnitřními činiteli - intrapsychický konflikt. Podle Freuda jde u intrapsychického konfliktu o konflikt mezi superegem, egem a id.⁵³

3.1.2 Arteterapie podle C. G. Junga

Teorie C. G. Junga (1882-1961) se podstatně liší od teorie S. Freuda. Freud se zabýval především představami snovými, fantazijními a nevědomými, které je potřebné vysvětlit, kdežto Jung nahlížel na představy nejen z hlediska kulturního, ale i psychologického.⁵⁴

Vytvořil nový koncept chápání lidské psychiky, nový úhel pohledu na přemítání o duši a osobnosti a v neposlední řadě i chápání údělu psychoterapie.⁵⁵

Do psychologie přispěl pojmem **archetyp**. Šlo o praobrazy, které byly důležité v životě člověka. Jung tvrdil, že je duše člověka složená z vědomí (vzpomínky, které mohou být snadno rozpoznány), osobního nevědomí (vzpomínky, vjemy, zkušenosti, které lze

⁴⁹ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 42

⁵⁰ tamtéž

⁵¹ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 43

⁵² LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 51

⁵³ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 52

⁵⁴ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 138

⁵⁵ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 52

přesunout pomocí snů a náhlých vzpomínek do vědomí) a kolektivního nevědomí (praobrazy, archetypy a naše pradávna minulost).⁵⁶

Podle Junga lze najít čistou formu archetypů v pohádkách, mýtech, legendách. Jeho jazykem je symbol vyjadřující etické hodnoty lidského života (pravdu, moudrost, odvahu, lásku).⁵⁷ Jedním ze symbolů muže být i symbol celistvosti- **mandala**. Sám Jung si každé ráno nakreslil mandalu. Tato mandala vypovídala o jeho vnitřním rozpoložení.⁵⁸

Studiem a zkoumáním vymežil hlavní archetypy. První archetyp ztvárňuje ženské prvky- **anima**. Mezi projevy anima patří zvýšená citlivost, náladovost, soucit a jemnost. V opačném případě vypočítavost a bezcitnost. **Animus** naopak představuje mužské principy. Ztvárňuje ideál muže, hrdinu, odvážného muže, dobrodruha, ale v záporné formě krutého dobyvatele. V ženské psychice by tento druh archetypu znamenal agresivitu, neústupnost a touhu po moci.⁵⁹

Mezi další důležité archetypy patří archetyp **matky**- symbol starostlivosti, výchovné péče, **otce**- symbol vlády nad hmotou, **rarach**- symbol vzdorné energie, která odmítá status quo a archetyp **stín** představující ničivou energii.⁶⁰

Dalším rozdílem Jungovy teorie od Freudovy byl symbolismus. Jung se zaměřoval na pochopení symbolických představ empatických způsobem, kdy vycházel ze svého zkoumání.⁶¹

Zjistil, že jde především o nevědomé kulturní představy závisejících na metafoře incestu. Jung patřil mezi menšinu psychologů 20. století, kteří byli přesvědčeni, že vývoj člověka po psychické stránce nekončí v mládí, ale pokračuje i ve stáří. Toto přesvědčení prosazoval až zarputile termín **individuace**.⁶²

Arteterapie podle C. G. Junga se zaměřuje především na diagnostiku, analytickou terapii a snovou, fantazijní a mytologickou symboliku.⁶³

⁵⁶ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 52

⁵⁷ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 53

⁵⁸ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 36

⁵⁹ tamtéž

⁶⁰ Tamtéž

⁶¹ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 140

⁶² LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

⁶³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 36

3.1.3 Arteterapie inspirovaná individuální psychologií A. Adlera

A. Adler (1870-1937) - psychiatr a psycholog zavrhoval klasickou teorii a postupy psychoanalýzy. Nesouhlasil s tvrzením S. Freuda, že potřeby člověka potlačené do nevědomí způsobují neurotické problémy. Jeho teorie byla zaměřena na vliv sebevědomí a sebeúcty člověka na vývoj neurotických poškození.⁶⁴

Byl přesvědčen, že v životě člověka je důležitá potřeba sebeuplatnění a touha po moci. Nenaplnění potřeby sebeuplatnění u člověka může vyvolat pocit méněcennosti. Tento pocit je pak příčinou vzniku duševních poruch.⁶⁵

Adler patří mezi zakladatele moderní formy sociální práce. Sociální hledisko hrálo klíčovou roli v jeho přístupu k pacientům. Tvrdil, že sociální pomoc druhým je důležitější než osobní cíle ve snaze dosáhnout životního naplnění.⁶⁶

„Lidské konání v podstatě představuje interakci s ostatními lidmi.“⁶⁷

Navrhoval skupinovou terapii konanou v tzv. terapeutických klubech. Hlavním prvkem jeho terapie byla hra, která podle jeho názoru zprostředkovávala klientovi bezpečné zázemí.⁶⁸

Adlerovi žáci pokračovali v pořádání terapeutických klubů, do kterých zavedli i umělecké terapie (arteterapii, muzikoterapii, taneční terapii i terapii poezí).⁶⁹

3.2 Humanistický přístup

Humanistický přístup v arteterapii často vychází z filozofie C. R. Rogerse, který je považován za představitele humanistické terapie zaměřené na klienta⁷⁰, kterou nazýval **nedírekní psychoterapie**. Tato terapie je podložena nejpřirozenější zákonitostí lidské psychiky.⁷¹

Člověk v sobě ukrývá schopnost samostatně osobnostně se rozvíjet za předpokladu pozitivního přijímání okolím, v opačném případě může dojít k zablokování cesty

⁶⁴ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

⁶⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 36

⁶⁶ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

⁶⁷ tamtéž

⁶⁸ tamtéž

⁶⁹ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

⁷⁰ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 38

⁷¹ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

zdravého sebehodnocení.⁷²

Terapeut zaměřený na humanistické východisko je přesvědčen, že:

- každý člověk v sobě ukrývá zdroje, které mu pomáhají růst,
- přirozeností člověka je být konstruktivní a sociální,
- každý člověk je motivovaný najít pravdu,
- v terapii je důležité zřít se autority, dokazování si moci.⁷³

V praxi terapeut podporuje myšlenku, že člověk představuje něco nového, jedinečného, originálního, co tu dříve nebylo. Jedním z cílů terapie je budování empatie, naučení člověka poslouchat druhé a reflektovat jejich problémy.⁷⁴

Představitelem rogerovské metody je britská terapeutka s českým původem L. Silverstone.⁷⁵

Výběr technik v této metodě není až tak důležitý. Arteterapeuti využívají řízenou imaginaci a různé jiné techniky sloužící k vyjádření nevědomí obsahů.⁷⁶

3.3 Psycho-edukační přístupy

3.3.1 Behaviorální terapie

Behaviorální terapie slouží k léčení nežádoucího chování tzv. symptomů. Behavioristé považují anomálie v chování za naučený jev ovlivněný určitým prostředím a situací. Nesouhlasí s názorem, že základem těchto odchylek jsou konflikty uložené v nevědomí.⁷⁷

Oblast zájmu behaviorální arteterapie je zaměřena na úzkostné příznaky vyjádřené výtvarnou výchovou. Spadá k nim např. velké množství tmavých barev, omezené množství barevnosti, nepřítomnost doplňkových barev, bílá nezaplňovaná místa, opakující se prvky nebo objekty a absence perspektivy. U těchto „symptomů“ dochází k přeucení a změnám (doplňují se, zaměňují a nahrazují jinými prvky a formacemi).⁷⁸

Behaviorální terapie se zaměřovala na dva směry. Na pavlovský koncept (emoční učení) a skynerovskou metodologii (změny způsobené prostřednictvím bezprostředního

⁷² LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

⁷³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 38

⁷⁴ Tamtéž

⁷⁵ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 54

⁷⁶ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 38

⁷⁷ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 299

⁷⁸ LHOTOVÁ, Marie. *Proměny výtvarné tvorby v terapii*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, 2010., s. 38

zpevňování). První směr se orientoval na individuální přístup k ambulantním pacientům (behaviorální terapie), naopak druhý na léčbu hospitalizovaných pacientů (behaviorální modifikace).⁷⁹

*„Cílové vzorce chování musí být definovány explicitně, aby je bylo možné sledovat, měřit a shodnout se na nich.“*⁸⁰

Frekvence chování je určena objektivně, čímž docílíme základní míry naplnění. Poté se stanoví vhodné techniky, za pomoci kterých dojde k požadovanému výsledku v rámci změny chování.⁸¹

3.3.2 Kognitivně-behaviorální arteterapie

Z našeho chování vyplývá to, jakým způsobem myslíme a uvažujeme.⁸² Myšlenky a pocity v této metodě znamenají tzv. **vyšší kognitivní procesy**.⁸³

Počátek tohoto typu terapie je datován od 80. let 20. století. Tato léčba se zaměřuje převážně na léčení zkrasleného myšlení a dysfunkčního jednání.⁸⁴

Při arteterapeutickém sezení se pacienti učí rozpoznat vzorce a způsoby svého myšlení a následně s nimi pracovat. Jakmile dojde u pacienta k porozumění kognitivním procesům, jsou vystaveni technikám, které mají za úkol změnit procesy, které mohou být škodlivé pro psychické, emoční a fyzické zdraví.⁸⁵

Podle Praška a Šlepeckého se k hlavním rysům řadí krátká časová omezenost, zaměření na přítomnost, aktivní spolupráce, snaha pracovat na ohraničených problémech, snaha o zaměření klienta k soběstačnosti a v neposlední řadě je kladen důraz na vědeckost.⁸⁶

⁷⁹ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 299

⁸⁰ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 302

⁸¹ Tamtéž

⁸² RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 319

⁸³ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 319

⁸⁴ LEČBYCH, Martin. *Úvod do psychoterapie pro pracovníky v institucionální výchově*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, s. 116

⁸⁵ RUBINOVÁ, Judith Aron. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Praha: Triton, 2008, s. 319

⁸⁶ LEČBYCH, Martin. *Úvod do psychoterapie pro pracovníky v institucionální výchově*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, s. 116

4 Struktura arteterapeutického sezení

Velmi důležitý je první kontakt mezi arteterapeutem a klientem. Dochází k seznámení se s novým prostředím a s terapeutem samotným. První sezení by proto mělo být dostatečně dlouhé pro oboustranné seznámení, při kterém zároveň terapeut zjistí, po jakou dobu je klient schopen se soustředit na výtvarnou činnost.⁸⁷ V této fázi se pozvolna začíná formovat terapeutický vztah.⁸⁸

Další sezení se poté dělí do tří částí. První část je zaměřena na instrukci, vysvětlení tématu. Do druhé části spadá vlastní výtvarná činnost. Poslední část zahrnuje diskuzi. Klient s terapeutem hovoří o pocitech, které v něm vyvolal jeho výtvarný produkt a také jak se odráží od jeho nitra. Množství terapeutických sezení je podmíněno závažností problému a mírou reakce pacienta na terapii.⁸⁹

Soudobá terapeutka Rileyová, pracující s adolescenty, charakterizuje krátkou terapii jako tzv. *brief therapy aproah*. Tento druh vychází z myšlenky, že klient není schopen setrvat v dlouhodobé terapii založené na náročných psychologických procesech, zprostředkovaných kontemplativní introspekci. Namísto toho je klientovi poskytována krátkodobá arteterapeutická intervence, během které je včleněn do externalizace problému a do vypravování o výtvarném výtvaru zde a nyní.⁹⁰

Pro úspěšnost arteterapeutického procesu je dobré si zodpovědět pár otázek:

- kdy a kde se objevil problém,
- jakým způsobem se problém projevuje,
- kdo je přítomen při objevení problému,
- jak demonstruje klient svůj problém.

Zásadou terapeutického procesu je brát vážně klientův výtvarný produkt a podílet se s ním na postupu jeho tvoření. Výtvarnou představivostí získává terapeut možnost vstoupit do světa pacienta a nalézt cestu k jeho uzdravení.⁹¹

4.1 Osobnost arteterapeuta

Osoba věnující se profesi arteterapeuta by měla mít určité znalosti a dovednosti.

⁸⁷ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 53

⁸⁸ LANDISCHOVÁ, Mgr. Erika. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2007, s. 67

⁸⁹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 53

⁹⁰ tamtéž

⁹¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 54

Nejdůležitější je orientace v psychologii, medicíně a pedagogice. V této terapii jde i o kontakt s člověkem, je tedy dobré zaměřit se i na obor antropologie.⁹²

Mezi důležité předpokládané vlastnosti léčitele patří intuice a schopnost předvídat. Měl by být schopen propojit zjištěné informace do souvislostí. Jelikož se jedná o léčbu uměním, měl by terapeut znát dějiny umění, teorii umění a psychologii umění.⁹³

Koblicová dokonce tvrdí, že opravdu dobrý terapeut se neobejde bez tzv. zážitkového výcviku a supervize.⁹⁴

V arteterapii je kladen důraz na vztah klient-terapeut. Tento vztah představuje důvěru, rovnocennost a úctu k osobě, se kterou terapeut pracuje. Cílem je ukázat klientovi cestu, aby se dokázal oprostít od chování a vztahů působících mu bolest.⁹⁵

Umělecká aktivita je směřována u klienta k vytvoření si nadhledu, prožívání a akceptování svých pocitů, k otevřenosti a pocitu svobody a schopnosti akceptovat ostatní.⁹⁶

L. Hoffman si stojí za názorem, že by tyto léčitelé měli být součástí procesu arteterapie a nestát mimo ni.⁹⁷

⁹² ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 58

⁹³ tamtéž

⁹⁴ tamtéž

⁹⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 59

⁹⁶ tamtéž

⁹⁷ tamtéž

5. Arteterapie se zrakově postiženými

Sluch a hmat nahrazují chybějící funkci zraku u osob zrakově postižených. Podle Perouta (1999) lze cvičením dosáhnout zdokonalení těchto smyslů.⁹⁸

Při terapii nevidomého dochází k rehabilitaci, která mu umožňuje důstojně a samostatně žít.⁹⁹

Průkopníkem práce se zrakově postiženými byl V. Löwenfeld. Měl za to, že cílem arteterapie u těchto lidí je léčba **subjektivního** a **objektivního** handicapu. Objektívni handicap u něj představoval ztrátu zraku.¹⁰⁰ Subjektivní oproti tomu znamenal ztrátu sebevědomí, sebehodnocení, nezávislosti a schopnosti adaptace. Lidé se stejnou ztrátou se od sebe odlišují schopností akceptování a přizpůsobení se danému handicapu. Terapie umožňuje zrakově postiženým vnímat své okolí a napomáhá rozvíjet jejich kreativitu. Jako příklad lze uvést modelování, které pro zrakově postižené znamená způsob vhodný k sebevyjádření.¹⁰¹ Hlavním cílem je snaha o vybudování celistvého obrazu za pomoci dílčí hmatové percepce.¹⁰²

Tzv. hmatová modelace, vyvinutá Axmanem a Peroutem, dovoluje tvorbou zviditelnit představy a dojmy o sobě samém, ale také o okolním světě.¹⁰³ Modelování probíhá bez použití jakýchkoliv nástrojů, pouze prsty.¹⁰⁴

Přínosem v této oblasti byla J. Puškárová. Je autorkou programu pro zrakově postižené děti mladšího školního věku. Snažila se vysvětlit, jakým způsobem dochází kvůli zrakovému postižení k ovlivnění kognitivních schopností, postoje a emocionality. Její zkoumání prokázalo, že nevidomost redukuje nejen percepci, ale i kognici v šířce i variabilitě zkušeností, schopnosti pohybu, interakci s prostředím, ale může také negativně ovlivnit sebeobraz nevidomého.¹⁰⁵

S přispěním arteterapeutické intervence se schyluje k integraci představ zrakově postižených, které se často nachází na nízkém stupni zevšeobecnění. Arteterapie formuje

⁹⁸ FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 113

⁹⁹ WIENER, Pavel a Renata RUCKÁ. *Terapie zrakového handicapu*. Praha: Institut rehabilitace zrakově postižených UK FHS, 2006, s. 7

¹⁰⁰ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 92

¹⁰¹ tamtéž

¹⁰² FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 113

¹⁰³ tamtéž

¹⁰⁴ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 94

¹⁰⁵ tamtéž

zmenšený svět předmětů, lidí i jevů, díky kterým představy, emoce a myšlenky nevidomých získají reálnější strukturu.¹⁰⁶

5.1 Zrakově postižený jedinec

Zrakově postižený jedinec je osoba trpící oční vadou nebo chorobou, u které je i po optimální korekci narušeno vnímání natolik, že způsobuje potíže v běžném životě.¹⁰⁷

5.1.1 Osoby nevidomé

Osoby nevidomé lze definovat jako osoby s nejtěžším zrakovým postižením.¹⁰⁸ Vada zraku se zakládá na poškození orgánu v takovém rozměru, že dochází k postižení zrakové percepce na úrovni nevidomosti. Takto postižené osoby vůbec nejsou schopny vnímat světlo.¹⁰⁹

Nevidomost se projevuje nepřítomností zrakových schopností, vnímáním, vytvářením zrakových představ a značným omezením pohybu.¹¹⁰

5.1.2 Osoby slabozraké

Do této skupiny spadají osoby s vnímáním na úrovni slabozrakosti.¹¹¹ Snížení zrakové ostrosti způsobuje i po korekci zraku brýlemi potíže, a to především při výuce a v zaměstnání. Při slabozrakosti dochází ke vzniku nepřesných, neúplných nebo zkreslených představ. Dále se snižuje způsobilost grafického nebo právního výkonu.¹¹²

5.1.3 Osoby se zbytky zraku

Osoby se zbytky zraku vytváří skupinu nacházející se mezi skupinou osob

¹⁰⁶ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 94

¹⁰⁷ FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 13

¹⁰⁸ FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 17

¹⁰⁹ ŠTRÉBLOVÁ, Miroslava. *Poznáváme svět se zrakovým postižením: Úvod do tyflopédie*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, s. 24

¹¹⁰ tamtéž

¹¹¹ FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 19

¹¹² ŠTRÉBLOVÁ, Miroslava. *Poznáváme svět se zrakovým postižením: Úvod do tyflopédie*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, s. 32

nevidomých a slabozrakých.¹¹³ Dochází k podstatnému omezení, snížení nebo úplné ztrátě zrakových schopností, kdy je jedinec postižen nejtěžšími zrakovými vadami s velmi nízkou zrakovou ostrostí.¹¹⁴

5.2 Hmat a umělecké cítění

Podstatou hmatového chápání jsou u člověka ruce. Hmat představuje schopnost kožního a pohybového analyzátoru odrážet prostorové a fyzikální vlastnosti a kvality objektů. Ruka znázorňuje tzv. symbol poznání, který odráží svět.¹¹⁵

Hmat se u nevidomého stává nezbytnou součástí jeho života, která nahrazuje poznávací a kontrolní funkce. V určitých okamžicích může hmat zachytit vlastnosti a kvality objektů lépe než zrak.¹¹⁶

Podstata hmatu je uložena v celé pokožce. Psychologové rozlišují dva typy hmatu. Trpný dotyk (syntetický) a pohyb (hmat analytický). Princip prvního typu spočívá v dotyku po dvou nebo více bodech předmětu. Druhý znázorňuje svalový pohyb po větší nebo menší části linií povrchu.¹¹⁷

Na hmat je v životě zrakově postiženého jedince nahlíženo jako na zdroj uměleckých požitků. Hmat ani jiné smysly nejsou oproštěny od uměleckého vnímání. Smysly zaujímající stanovisko užitkové neslouží jen k tomu, aby jejich vnímání způsobovalo potěšení, nýbrž mají možnost vyvolat dojem krásy. Estetická záliba je důsledek složité duševní práce pramenící v hloubi osobnosti, která naši mysl může zbarvit uměleckým citem. Umělecké cítění však může být skryto v duši, která má dost vnitřní produktivity, aby přetvořila své domněnky pod úhlem krásy.¹¹⁸

Slepec není připraven o možnost pocítit krásu tvaru a pohybu. Zrakovým vnímáním se vytváří pocit krásy sám, který si vidomý člověk málokdy uvědomuje. Bez pomoci zraku lze dojít k uvědomění síly, půvabu, souladu, které tvoří krásu. Nevidomý umělec dokáže imitovat např. ladný pohyb těla získaný za příznivých podmínek hmatem a přitom z něj mít estetický

¹¹³ ŠTRÉBLOVÁ, Miroslava. *Poznáváme svět se zrakovým postižením: Úvod do tyflopédie*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2002, s. 33

¹¹⁴ ŠTRÉBLOVÁ, Miroslava. *Poznáváme svět se zrakovým postižením: Úvod do tyflopédie*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2002, s. 33

¹¹⁵ FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 27

¹¹⁶ FINKOVÁ, Dita. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, s. 25

¹¹⁷ VILLEY, Pierre. *Svět slepých: Le Monde des Aveugles*. Praha: Školní nakladatelství, 1940, s. 117

¹¹⁸ VILLEY, Pierre. *Svět slepých: Le Monde des Aveugles*. Praha: Školní nakladatelství, 1940, s. 154

požitek.¹¹⁹ Jedná se o tzv. vnitřní vidění, které není zajisté tolik přesné jako zrak, nicméně, pro nevidomého člověka je velmi důležitá, jelikož mu umožňuje chápat a cítit¹²⁰

5.3 Kazuistiky

5.3.1 Hana, 62 let

Hanka byla nucena v r. 1968 kvůli onkologickému onemocnění podstoupit operaci, která jí i přes její úspěšnost velice poškodila zrak.¹²¹

Do kontaktu s hlinou se poprvé dostala v r. 2005 v ergoterapeutické skupině. Terapeut nejprve předvedl postup, podle kterého pak pacienti pracovali. Podle druhu zrakového postižení a znalosti práce s hlinou se dostavovaly výsledky. Počáteční sezení byla zaměřena na seznámení se s modelovacím materiálem- hlinou. Později byly postupně začleňovány další techniky, jejichž cílem byl princip napětí, uvolňování, imaginace. Pacienti své pocity a emoce doopravdy prožívali, dělili se o ně s jinými a byli schopni o nich hovořit.¹²²

Hanka současně trpěla cukrovkou, a proto musela pravidelně chodit na glykemické kontroly. Často byla rozrušená, což mělo za následek neschopnost soustředit se na výtvarnou činnost a její stav se tímto zhoršoval. Bylo nutné změnit terapeutický přístup. Posléze u Hanky docházelo k opětovnému uvolňování, byla kreativnější a její stav se začal zlepšovat.¹²³

Terapie Hanku obeznámila s tvárností a plastickou stránkou modelovacího materiálu. Od hmatově modelovaných reliéfů postupně přecházela k tvorbě prostorových objektů.¹²⁴

Pro Hanku představuje hlína obohacení života a seberealizaci. Díky tvorbě se „ve svých očích“ stala samostatnější a schopnější.¹²⁵

5.3.2 Lucie, 7 let

Ve třech letech podstoupila Lucie operaci k odstranění nádoru. Od té doby je nevidomá. Je neposedné a veselé dítě, které ale dbá na to, aby se nestřetla s neočekávanou překážkou.¹²⁶

¹¹⁹ VILLEY, Pierre. *Svět slepých: Le Monde des Aveugles*. Praha: Školní nakladatelství, 1940, s. 154

¹²⁰ VILLEY, Pierre. *Svět slepých: Le Monde des Aveugles*. Praha: Školní nakladatelství, 1940, s. 155

¹²¹ *Časopis české arteterapeutické asociace: Využití arteterapie u zrakově postižených dospělých* [online]. 2009 [cit. 2012-06-06]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas20-21.htm>

¹²² tamtéž

¹²³ tamtéž

¹²⁴ tamtéž

¹²⁵ tamtéž

První setkání s hlínou jí přinesl radost. Neustále si kladla otázku: „ Co je to? Je to takové hlad'oučké.“ Lucie si ji přirovnala k blátu, o kterém věděla, že se nazývá keramická hlína, ze které si může vymodelovat úplně vše. Zpočátku se Lucie s hlínou seznamovala, hrála si s ní. Vymodelovala z hlíny kouli a přemýšlela, co z ní vytvořit. Po krátké době došla k závěru, že vytvaruje rybu.¹²⁷

Rybě chyběly oči, nevymodelovala je. Oproti tomu však rybě vytvořila jazyk a tím ji zbavila němoty. Tvrdila, že ryby nejsou němé. I po hodině modelování Lucii nevadilo, že hlína začíná vysychat a ztrácí svou plasticitu. Svou rybu nechtěla dát z rukou, protože kontakt se svým výtvořem ji činil šťastnou.¹²⁸

Její ryba pro ni měla hlubší význam. Byl to amulet. Ryba totiž vidí, ale je němá. Její ryba ale nebyla němá, protože jí vytvořila jazyk. Právě tak z pohledu ryby nebyla Lucie slepá, protože svět můžeme vidět i jinak než očima.¹²⁹

¹²⁶ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 94

¹²⁷ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 95

¹²⁸ tamtéž

¹²⁹ tamtéž

6 Arteterapeutické metody

6.1 Imaginace

Naši představivost, domýšlivost, fantazii a snění vystihuje pojem imaginace. Jde tedy o způsob vhodný ke zhotovení představy.¹³⁰ Schopnost imaginace u člověka znamená vědomě vidět obraz, který ještě není a který se s velkou pravděpodobností nikdy nestane.¹³¹ Imaginací máme možnost vytvořit svět, který je podivný, šokující nebo kouzelný.¹³²

Představy zobrazují momentální emoční stav člověka a jeho problémy. Slouží k vyjádření nejen tvořivosti člověka, ale i jeho tužeb a obav. Imaginace představuje způsob, jakým se může člověk vrátit k některým vzpomínkám, opětovaně je prožít, zpracovat a reflektovat. Dává nám příležitost nahlížet na problém z jiného pohledu a tím docílit změny postoje.¹³³

Imaginace nese velký význam v životě člověka, i když se netěší velké oblibě. Často žijeme představivostí a realitu poté vnímáme špatně.¹³⁴

Neurofyziolog Ecclese je přesvědčen, že imaginace je jednou ze základních perceptivních kompetencí člověka. V každém člověku je tato schopnost ukryta, ale u každého v jiné míře.¹³⁵

Fantazii můžeme cvičit. Anglický malíř Hogarth záměrně procvičoval svou obrazotvornost. Představoval, vybavoval si lidi, které předtím viděl. Oproti němu se W. Blake úmyslně přivedl do stavu tzv. vnitřního vidění. Svě vize poté prezentoval ve svých obrazech.¹³⁶

6.1.1 Imaginace v terapii

Imaginace je prezentována ve všech terapeutických směrech. Všechny pracují se vzpomínkami, obavami, nadějí, což znamená, že pracují s imaginativní schopností člověka.¹³⁷

¹³⁰ HODGE, Anthony. *Výtvarné techniky pro začátečníky: Kresba, malba, animace, koláž*. Havlíčkův Brod: Fragment, 1999, s. 56

¹³¹ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 13

¹³² HODGE, Anthony. *Výtvarné techniky pro začátečníky: Kresba, malba, animace, koláž*. Havlíčkův Brod: Fragment, 1999, s. 56

¹³³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 125

¹³⁴ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 13

¹³⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 125

¹³⁶ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 126

¹³⁷ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 21

Terapii lze rozdělit na léčbu využívající pouze imaginaci nebo na typ pracující s terapeutickými formami. U imaginativní formy vytváříme obrazem obraz člověka samotného a jeho okolního světa. Toto vyjádření pro nás představuje emoce, které také získají podobu obrazů. Je velmi důležité mít emoce, protože uvolňují energii a pomocí nich zažíváme vztah k sobě samým.¹³⁸

Všechny naše umělecké práce vypovídají o našem stavu. Tedy o momentálním rozpoložení. To znamená, kde se člověk nachází ve svém vývoji, jaké ho sužují problémy. Dále tyto obrazy představují, jakým způsobem jsme schopni chápat sami sebe a celý svět.¹³⁹

C. G. Jung vytvořil metodu aktivní imaginace. V bdělém stavu se zavřenýma očima vyvolává pacient vnitřní obrazy a pocity, které se zahrnou do výtvarné podoby. Představitelství dosáhneme příhodného sebepochopení a zároveň dojde k uvolnění emocí, klíčových při vyjasnění postojů nejen k sobě, ale i k druhým.¹⁴⁰

Při psychoanalytickém druhu léčby se používají různá témata (strom, voda, čtyři živly). Britský terapeut John Allan navrhl techniku řízené imaginace. Při sezení mají klienti za úkol zapomenout na to, kde se nacházejí a uvolnit se. Po dosažení stavu uvolnění si představují, že se stali růžovým keřem. Mají vnímat všechny jeho detaily. Po nějaké době mají tento keř výtvarně znázornit a být schopni o něm diskutovat.¹⁴¹

Řízená imaginace je často spojována s pojmem vizualizace, jejíž princip je shodný s principem imaginace. Využívá se především k diagnostice. Britové tuto techniku používali u zneužívaných dětí.¹⁴²

Účinnost terapie spočívá v tom, že je člověk otevřenější. Místo fixních představ je navozen jiný druh jednání.¹⁴³ Představitelství překračuje a posouvá hranice a současně vytváří hranice nové.¹⁴⁴

6.2 Animace

Na pojem animace je občas nahlíženo jako na „posuvný znak“. Jedná se o formu umění, kterou lze obrázky přivést do stavu pohybu.¹⁴⁵ Jazykovědec R. Jakobson na ni nahlížel jako na znak, který je prázdný a právě z toho důvodu naplňován smyslem.¹⁴⁶

¹³⁸ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 21

¹³⁹ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 22

¹⁴⁰ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 126

¹⁴¹ tamtéž

¹⁴² ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 127

¹⁴³ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 22

¹⁴⁴ KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010, s. 23

¹⁴⁵ HODGE, Anthony. *Výtvarné techniky pro začátečníky: Kresba, malba, animace, koláž*. Havlíčkův Brod: Fragment, 1999, s. 90

Významově je animace přiřazována k pojmu oživit, dát něčemu duši nebo ji naplnit životem. Můžeme ji chápat jako metodu, která podporuje socializaci člověka v určitém společenství. Podle Kaplánka představuje animace soubor nedirektivních a nemanipulativních metod ovlivňující skupinu lidí. Dále ji lze chápat jako metodu, která usnadňuje přístup k tvořivosti.¹⁴⁷

V praxi se při arteterapeutickém sezení využívá animace převážně u dětí. Jedná se o dialog mezi klientem a terapeutem v třetí osobě, kdy se jeden z nich ztotožňuje s vytvořenou postavou a vystupuje jejím jménem. Pomocí této metody dochází k uvolňování důležitých informací a to bez zábran. Ztráta zábran hovořit o svých problémech má za následek efektivnější komunikaci. V zastoupení jiné osoby nebo zvířete tak dítě terapeutovi zprostředkuje svůj problém. Díky animaci si tak terapeut může vytvořit komunikační most ke klientovi, a tím lépe zprostředkovat diagnózu rodičům.¹⁴⁸

6.3 Mandala

V překladu ze sanskrtu znamená mandala střed. Mandalou se tedy stává každý kruhovitý tvar mající střed.¹⁴⁹ V některých slovnících je mandala pojmenována jako „magický kruh“, v jiných je zase definována jako „kruh opisující čtverec, ve kterém se nachází centrální symbol“. V pravém slova smyslu znázorňuje mandala symetrický diagram, rozdělený do čtyř kvadrantů. Je složena z kruhů (‘khor) a čtverců (dkjil).¹⁵⁰

Mandalou člověk znázorňuje svou touhu po celistvosti a seberealizaci. U malých dětí představuje mandala zrod jejich identity. Dochází k začleňování do prostoru, času a místa. C. G. Jung tvrdí, že mandala znamená střed osobnosti, tedy centrální bod v duši, ke kterému se vše vztahuje. Proto tedy může mandala znamenat symbol sebepoznání a sebeodhodlání. Díky ní člověk může zjistit, kde se nachází jeho střed, to znamená, co stojí v jeho centru.¹⁵¹

Velké množství mandal se využívá k meditaci, vizualizaci a zasvěcení. Tibetský pramen uvádí čtyři typy mandal. Dvě vnější, které jsou zhotoveny z písku nebo na hedvábí, meditační mandala a lidské tělo.¹⁵²

¹⁴⁶ *Objekt animace. Třetí smysl: Principy animace v současném umění.* Zlín: Krajská galerie výtvarného umění ve Zlíně, 2009, s. 25

¹⁴⁷ *Artslexikon: Animace (animation)* [online]. 2012 [cit. 2012-06-07]. Dostupné z: <http://artslexikon.cz/index.php/Animace>

¹⁴⁸ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie.* Praha: Portál, 2002, s. 128

¹⁴⁹ ŠÍPOVÁ, Libuše. *Andělské mandaly: Malujeme mandaly pro zdraví a duši.* Olomouc: Fontána, 2005, s. -4

¹⁵⁰ BRAUNEN, Martin. *Mandala: Posvátný kruh tibetského buddhismu.* Praha: Volvox Globator, 1998, s. 11

¹⁵¹ ŠÍPOVÁ, Libuše. *Andělské mandaly: Malujeme mandaly pro zdraví a duši.* Olomouc: Fontána, 2005, s. -4

¹⁵² BRAUNEN, Martin. *Mandala: Posvátný kruh tibetského buddhismu.* Praha: Volvox Globator, 1998, s. 11

Již ve starověku byl člověk okouzlen kruhem. Objevoval se ve východních náboženstvích a křesťanství ve formě rozetových oken, které vyvolávaly u člověka harmonii, úctu a radost. V 11. století se snažila Hildegard z Bingen za pomoci mandal docílit spojení s Bohem. Boha přirovnávala ke kruhu, který všechno uzavírá a přesahuje.¹⁵³

Renesanční umělec G. Bruno maloval úmyslně kruhovitě obrazy, jejichž cílem bylo ponechat člověka ve stavu harmonie a formovat jeho představivost.¹⁵⁴

6.3.1 Terapie mandalou

„Stále zřetelněji poznávám, že mandala je centrem, výrazem všeho živého, je cestou k individualitě.“¹⁵⁵

Mandala v terapii přináší velmi mnoho a je snadné ji využívat.¹⁵⁶ Při vytváření mandaly se stává každý svým vlastním léčitelem. Tato vlastní léčba nemá žádné vedlejší negativní účinky.¹⁵⁷

Člověk, který si je jistý svým vnitřním centrem, vymalovává mandalu od středu směrem ven. To znamená, že dává prostor ke vstupu do rozvíjejícího světa. Na druhé straně lidé bez dostatku sebedůvěry a hledající svou cestu, vybarvují mandaly směrem od okraje ke středu. Tím dochází k autoterapii.¹⁵⁸

Nálada při tvorbě mandaly má hlubší význam. Člověk se buď postaví čelem ke svému problému, což vyústí v terapii (homeopatický postup), nebo se svému problému bude snažit vyhnout (alopatický postup). Pacienti začínající s fází alopatickou, avšak sami, aniž by si to uvědomovali, přejdou postupně k fázi homeopatické.¹⁵⁹

Mandaly nám dávají možnost naučit se nejen přijímat to, co je nezbytné, ale i jít sám do sebe a najít klid.¹⁶⁰

6.3.2 Postup při vytváření mandaly

Tvorba mandal vychází z čmáranic. Jde o techniku, která představuje způsob formování představivosti a volnou asociaci. Čmáranice vytváří pro mandalu tzv. psychomotorický základ. Každý pacient si čmárá na papír buďto rukou, oběma nebo

¹⁵³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 128

¹⁵⁴ tamtéž

¹⁵⁵ DAHLKE, Ruediger. *Mandaly léčí: Terapie mandalou*. Olomouc: Fontána, 1999, s. 7

¹⁵⁶ DAHLKE, Ruediger. *Mandaly léčí: Terapie mandalou*. Olomouc: Fontána, 1999, s. 15

¹⁵⁷ DAHLKE, Ruediger. *Mandaly léčí: Terapie mandalou*. Olomouc: Fontána, 1999, s. 16

¹⁵⁸ DAHLKE, Ruediger. *Mandaly léčí: Terapie mandalou*. Olomouc: Fontána, 1999, s. 17

¹⁵⁹ tamtéž

¹⁶⁰ DAHLKE, Ruediger. *Mandaly léčí: Terapie mandalou*. Olomouc: Fontána, 1999, s. 33

pomocí úst a nohou, až vznikne síť čar. Okénkovou metodou si vybere část, kterou vymaluje. Poté se barevný obrázek zvětší na formát A4.¹⁶¹

Dalším bodem je vytvoření kruhu kružítkem na zvětšenině, který se průsvitným papírem přenese na čistý, na kterém je již zhotoven kruh se stejným poloměrem. Tím vytvoříme mandalu, kterou barevně dotvoříme.¹⁶²

Tuto mandalu můžeme vytvořit i v hliněné podobě, kdy nakreslenou mandalu přeneseme přes průsvitný papír vpichy do hlíny.¹⁶³

Tato technika je vhodná převážně pro dospělé pacienty, jelikož pro děti je velmi zdoluhavá a náročná. Terapeut má možnost v těchto mandalách najít různé asociace, osobní projekce a aktuální stav pacienta.¹⁶⁴

6.4 Strom života

Strom života znamená tvorbu nového obrazu ze starých vzpomínek. V praxi arteterapie nese tato technika restrukturalizace velký potenciál. „*Cítím se tak, jakoby se můj život rozsypal na malé fragmenty. Snažím se je posbírat a poskládat do původní podoby, vynakládám na to velkou námahu a přece se mi nedaří.*“ Pomoc tento pacient našel v arteterapii, která fragmenty seskupila do nové podoby, akceptovala ji.¹⁶⁵

Strom života je založen na principu skládání čtverců. Skládáním jednotlivých fragmentů (čtverců) vznikají nová východiska, nové konstelace a kompozice.¹⁶⁶

Na papír o formátu A3 si klient vytvoří svůj strom života s využitím šrafování a jiných struktur. Následně celý strom barevně dotvoří a rozstříhá na 6 čtverců. Tyto části pak seskládá do nových variací, díky kterým vznikají nové obrazy. Dalším bodem je vyrobení kostky, kde má strana stejný rozměr jako čtverec z výkresu. Každý klient ze skupiny nalepí jeden čtverec na jednu stranu kostky.

V rámci skupiny poté mají pacienti za úkol najít variace, ve kterých na sebe linky nebo barvy navazují, i když to nebylo záměrné.¹⁶⁷

¹⁶¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 129

¹⁶² tamtéž

¹⁶³ tamtéž

¹⁶⁴ tamtéž

¹⁶⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 130

¹⁶⁶ tamtéž

¹⁶⁷ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 131

7 Modelování

7.1 Modelovací materiál - hlína

Hlína je neobyčejný materiál jak v oblasti umění, tak v terapii.¹⁶⁸ Představuje surovinu, která vzniká rozkladem živcových skal.¹⁶⁹ Podle Bible se jedná o materiál archaický, ze kterého byl stvořen člověk. Díky tomu do něj Bůh vložil potřebu a touhu tvořit svůj obraz. Hlína je příhodný materiál pro terapii převážně v logoterapeutickém kontextu. S jeho pomocí lze odstranit agresivitu, zuřivost, hněv i smutek.¹⁷⁰

Tento modelovací materiál je nositelem vlastností potřebných k terapii. Hlína je měkká, příjemná na dotek a s její pomocí můžeme vytvarovat jakýkoliv trojrozměrný útvar.¹⁷¹ Je lehce zpracovatelná, tvárná a dostupná. Rozvíjí smysly (zrak, hmat), obrazotvornost, trpělivost a vytrvalost.¹⁷² Z hlíny můžeme s dětmi vymodelovat věci, které u nich od útlého věku vyvolávají cit pro krásu.¹⁷³

V německých v lékárnách se běžně prodává mletá zemina jako lék na malá zranění. Šicková - Fabrici se proto domnívá, že hlína může sloužit k léčbě zraněné duše.¹⁷⁴

Modelování figur přispívá ke snadnější diagnostice postojů pacientů k sobě, k okolí a ke svým problémům. V rodinné arteterapii usnadňuje terapeutovi zjistit rodinnou dynamiku a hierarchii autorit.¹⁷⁵

H. Petzold vyzdvihuje potenciál hlíny, který spočívá v tzv. přeformování autoagresivních impulzů. U drogově závislých docházelo modelováním k přenosu vpichování drog (agresivních podnětů) do hlíny. Za zmínku stojí i jeho případové studie popisující práci s hlínou u umírajících lidí. Jedna taková studie vypovídá příběh mladé ženy umírající na rakovinu prsu. V poslední fázi svého života se modelováním zbavila všech negativních pocitů, hněvu, výčitek a našla klid na duši a usmíření. Její poslední prací bylo hnízdo s vajíčkem. Vyjadřovalo nejen její zdravotní potíže, ale i touhu, aby ji zem přijala.¹⁷⁶

¹⁶⁸ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 135

¹⁶⁹ CHAVARRIA, Joaquim. *Velká kniha keramiky*. Praha: Knihcentrum, 1996, s. 27

¹⁷⁰ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 135

¹⁷¹ ELLISOVÁ, Mary. *Keramika pro děti: Základy práce s hlínou a výtvarné návrhy*. Praha: BB/art, 2005, s. 7

¹⁷² HLADÍKOVÁ-MILEROVÁ, Anna. *Modelování z hlíny a jiných tvárných hmot: Ve školách pro mládež vyžadující zvláštní péči*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1963, s. 5

¹⁷³ HLADÍKOVÁ-MILEROVÁ, Anna. *Modelování z hlíny a jiných tvárných hmot: Ve školách pro mládež vyžadující zvláštní péči*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1963, s. 6

¹⁷⁴ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 135

¹⁷⁵ tamtéž

¹⁷⁶ tamtéž

Hlína ve formě arteterapeutického prostředku se velmi dobře uplatňuje při odbourávání strachu. Slouží jako pomůcka nahrazující verbální komunikaci a snižuje míru agresivního chování. Rozvíjí představivost, trojdimenzionální vnímání a vytváří prostor pro nadhled. Handicapovaným umožňuje tělesné vnímání a dává prostor k pochopení souvislostí, které jsou graficky nebo verbálně složité.¹⁷⁷

7.2 Techniky modelování

Modelování patří k nejstarším technikám výroby keramiky.¹⁷⁸ V tomto oboru se setkáváme s třemi technikami. Vymáčkáváním, tvorbou z válečků a z plátů.¹⁷⁹ Všechny tyto techniky je možné kombinovat. Formováním hlíny se rozvíjí citlivost pro tento materiál.¹⁸⁰

7.2.1 Vymáčkávání

Technika vymáčkávání je první možnost pro začátečníka jak pracovat s hlínou. Můžeme využít jakéhokoliv druhu hlíny. Například kameninový jíl dobře drží tvar, oproti tomu u porcelánu lze vytvarovat tenké stěny. Vymáčkávání je dobrý způsob, jak se seznámit s vlastnostmi hlíny a jak se naučit s ní pracovat.¹⁸¹

Tato technika slouží převážně k vytvarování nádob z hroudy hlíny. Zároveň slouží i k modelování rozevřených předmětů. Princip spočívá v tom, že si do rukou vezmeme kouli hlíny. Vmáčkneme do ní palec a mezi palcem a ukazováčkem hlínu vymáčkáme. Otáčíme ji a vytahujeme, dokud nezískáme požadovaný tvar.¹⁸²

Již na začátku bychom měli mít představu o tvaru. Hlína při tomto druhu zpracování rychleji vysychá a poddává se snadněji tlaku.¹⁸³

7.2.2 Tvorba z válečků

Jde o metodu tzv. ručního stavění z válečků nebo šňůrek zhotovených z hlíny.

¹⁷⁷ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 136

¹⁷⁸ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčíře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 43

¹⁷⁹ CHAVARRIA, Joaquim. *Velká kniha keramiky*. Praha: Knihcentrum, 1996, s. 44

¹⁸⁰ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčíře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 43

¹⁸¹ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčíře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 44

¹⁸² CHAVARRIA, Joaquim. *Velká kniha keramiky*. Praha: Knihcentrum, 1996, s. 48

¹⁸³ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčíře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 44

Pro tento typ techniky je důležitá použitá hmota. Měli bychom zvolit tvárnější, aby nedocházelo k praskání.¹⁸⁴

Tento způsob umožňuje vymodelovat jakýkoliv tvar nebo nádobu. Musíme ale dodržovat velikost válečků, které by měly být stejně silné.¹⁸⁵ Tloušťka válečků musí být o něco větší, než je předpokládaná šířka stěn. Spojováním se stěny zúží. Uvnitř nádoby se spoje jednotlivých válečků vyhladí, aby nedocházelo k tvorbě horizontálních prasklin. Vnější stranu můžeme zachovat a odekorovat, nebo ji lze také vyhladit. Průběžně se musí nechat nádoba zaschnout. Při dalším vrstvení by jinak mohlo dojít ke zborcení.¹⁸⁶

Mnoho keramiků považuje tuto metodu za přirozeně výrazovou.¹⁸⁷

7.2.3 Tvorba z plátů

Pláty umožňují tvarovat, v závislosti na tuhosti hlíny, hranaté, špičaté nebo i jemné tvary.¹⁸⁸

Z kartonu si zhotovíme model požadované nádoby, rozložíme ho a šablony použijeme k vytvoření požadovaných tvarů. Spojovací hrany musíme nejdříve zdrsňit a potřít šlikrem.¹⁸⁹ Tímto postupně sestavíme výsledný produkt.¹⁹⁰

Tuto techniku využívá např. E. Andaluz. Jeho architektonické plastiky zhotovoval z plátů, které byly zároveň perforované pro dosažení zvýraznění prostoru a objemu.¹⁹¹

7.3 Metody esteticko-haptické stimulace

Abychom v arteterapii docílili uvědomění si svého těla a rozvoje taktilních vjemů, je dobře využít prstové hry s hlínou.¹⁹² Stimuluje nejen poškozenou funkci vnímání sebe a okolí, ale má za následek i posílení vizuálně-motorické koordinace.¹⁹³

¹⁸⁴ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčáře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 46

¹⁸⁵ CHAVARRIA, Joaquim. *Velká kniha keramiky*. Praha: Knihcentrum, 1996, s. 50

¹⁸⁶ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčáře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 46

¹⁸⁷ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčáře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 48

¹⁸⁸ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčáře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 50

¹⁸⁹ CHAVARRIA, Joaquim. *Velká kniha keramiky*. Praha: Knihcentrum, 1996, s. 53

¹⁹⁰ tamtéž

¹⁹¹ MATTISON, Steve. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčáře a keramiky*. Bratislava: Slovart, 2004, s. 51

¹⁹² ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 143

¹⁹³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 144

Házení hlíny je jedna z haptických her, která je určena především dětem předškolního věku. Terapeut si při této metodě vezme do rukou hroudu hlíny o velikosti pomeranče a zahřeje ji. Poté ji ze svých rukou postupně hází dětem, čímž docílí procvičování jejich koordinace. Děti řeší situaci, kdy musí chytit něco, co neznají a čeho se bojí. Díky tomu se děti naučí akceptovat hlínu.¹⁹⁴

Další metodou je otiskování dlaní a chodidel. Na podložce terapeut vytvoří plochu z keramické hlíny, která by neměla být moc měkká, aby se nelepila na chodidla a dlaně. Děti postupně otiskují ruce a nohy. Z těchto otisků mají potom za úkol vytvořit tvary, které jim otisky připomínají.¹⁹⁵

Jednou z nejčastějších her je hledání vlastního tvaru. V úvodu si každý klient vezme kousek hlíny. A to tak, aby se mu vlezl do jedné ruky.¹⁹⁶ Pokud má někdo ze skupiny strach z kontaktu s hlínou, lze využít výše uvedenou metodu házení hlíny. Jakmile mají všichni v ruce hlínu, nabádá je terapeut k tomu, aby z této hmoty bez tvaru vytvořili kouli. Celý postup léčitel v průběhu komentuje, což má za následek otevřenost a odstranění pocitu nedůvěry. Jejich asociace bývají převážně přívětivé. Tvar koule v nich nejčastěji evokuje slunce, vesmír, hlavu nebo začátek. Stejně tak jako děti, u kterých je první „nakreslený“ tvar koule, tvrdí P. Cézanne, že „koule je prvotní tvar všeho“.¹⁹⁷

V dalším kroku účastníci přetvoří kouli na kostku. Změna tvaru na hranatý vyvolává jiné asociace a rozdílné haptické zážitky. Kostka je symbol pro dům, pokoj a stabilitu. Představuje možnost uvědomění se v zavřeném prostoru.¹⁹⁸

Z kostky se poté vymodeluje mnohoúhelník a to stíráním hmoty z rohů. Na rozích tak vznikne osm trojúhelníků. Trojúhelník znázorňuje buďto vítězství ducha nad hmotou nebo je to znak pro muže i ženu. Vznikne tvar, který je u každého zúčastněného odlišný, i když byl vytvořen stejným postupem. V poslední fázi každý pojmenuje svůj výtvar a tím mu dá i život.¹⁹⁹

Metoda hledání vlastního tvaru je vhodná i pro klienty trpící depresemi. Přináší změny a dynamiku, kterou částečně ovlivňuje každý člověk, jenž je tvůrcem své existence.²⁰⁰

Tento tvořivý proces lze obohatit ještě tak, že klienti ze svých výtvarů sestaví

¹⁹⁴ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 144

¹⁹⁵ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 145

¹⁹⁶ tamtéž

¹⁹⁷ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 146

¹⁹⁸ tamtéž

¹⁹⁹ tamtéž

²⁰⁰ tamtéž

sousoší,²⁰¹ nebo mohou ze svého tvaru vyřezat část, která je pro ně nejvýznamnější. Tvar se pak dvakrát zvětší a domodeluje. Tento způsob „recyklace“ očišťuje tvar a myšlenky. V úvodu drželi účastníci v rukou beztvarou hlinu, které ale postupně vtiskli zručností a kreativitou svůj příběh.²⁰²

²⁰¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 146

²⁰² ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 147

8. Barva v terapii

Barvy jsou považovány za nositele psychologického, estetického a kulturního kontextu.²⁰³ Mají vliv na tělesnou a psychologickou rovnováhu. Jedná se o síly, které nám v životě mohou být nápomocné, nebo naopak mohou mnohé ztížit. S barvou se setkáváme prvně v přírodě, kde její výskyt není náhodný. Její význam se zde nenachází pouze ve formě pestrosti a barevnosti.²⁰⁴ Barva je tedy projevem síly.²⁰⁵

Staré indoevropské jazyky neměly pojem pro barvu. Například kultura Ářjů (1500 př. n. l.) vše popisovala jako černé. K prvním popsitelným barvám patřila červená, černá a žlutá.²⁰⁶

Barvy jsou představiteli tvůrčích sil, bez kterých by ani ve vesmíru nedošlo k žádnému vývoji. Barva a energie tvoří jakýsi celek, proto ji lze považovat za indikátor energie.²⁰⁷

V arteterapii znázorňuje barva stav emočního života. Působení barev je individuální. Někteří terapeuti tvrdí, že je pro člověka důležité, poznat svou barvu.²⁰⁸

8.1 Symbolika barev

V arteterapii je důležité ovládat zákonitosti vnímání barev, působení barev na psychiku i jejich vlastnosti. Dále je potřebné znát kategorii barev základních (červená, modrá, žlutá) a komplementárních (zelená, oranžová, fialová).²⁰⁹

Bílá barva představuje duševní obraz ducha.²¹⁰ Je považována za matku barev. Symbolizuje neposkvrněnost a věrnost a do prostoru přináší jasnost a čistotu.²¹¹ Pro bílou je výstižný výraz „ *vnášet do něčeho světlo nebo jasno* “. ²¹²

Kellogová tvrdí, že použití bílé barvy na bílý papír znamená potlačování, ukryvání nebo nechť přijmout pocity.²¹³

Černá barva je protipólem barvy bílé. Znamená tajemno a smutek.²¹⁴ Symbolizuje konec nebo tíseň. Je to barva tmy, která pohlcuje a skrývá a ve které se vytváří budoucnost

²⁰³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 114

²⁰⁴ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 8

²⁰⁵ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 9

²⁰⁶ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 114

²⁰⁷ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 13

²⁰⁸ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 114

²⁰⁹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 116

²¹⁰ STEINER, Rudolf. *Tajemství barev*. Hranice: Fabula, 2011, s. 28

²¹¹ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 136

²¹² PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2008, s. 5

²¹³ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 116

²¹⁴ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 117

dalšího dne. Obsahuje napětí, aktivitu a zároveň je i tajemná. Ve výtvarném projevu signalizuje využití černé barvy trauma a depresi.²¹⁵

Červená barva je nositelem životního tepla, intenzivního životního pocitu a zralosti. Pomáhá přelomit hranice a posunout se směrem vpřed.²¹⁶ Symbolizuje vitalitu, sílu, revoluci a požár. Je velmi oblíbenou barvou u dětí mladšího věku.²¹⁷

Růžová barva je spojena s nezralostí, která vyžaduje pozornost, náklonnost, něhu a ochranu. Růžová barva rozvíjí potřebu chránit.²¹⁸

Je jemnější formou červené. V kombinaci s černou vyjadřuje negativní myšlenky o sobě samém.²¹⁹

Oranžová barva symbolizuje barvu vycházejícího slunce.²²⁰ Je tvořena žlutou a červenou barvou, kdy jde o jakousi kombinaci životní energie a intelektu.²²¹

Žlutá barva patří do kategorie základních barev a symbolizuje barvu tepla. Velmi často se můžeme setkat se spojením této barvy s levou hemisférou, kterou stimuluje a podporuje.²²² Jedná se o barvu slunce, která v nás vzbuzuje radost ze života a chuť žít. Vytváří pro člověka možnost dobrého upevnění ve hmotném světě a naučení se v něm působit.²²³

Z psychoanalytického hlediska jde o barvu otce. Nechuť k této barvě vyjadřuje strach a neschopnost pohledu do sebe.²²⁴

Modrá barva je pro člověka osvobozující barvou, která ho může přinutit ke změně svých představ a názorů.²²⁵ Řadí se do kategorie barev chladných. Vyjadřuje moře, nebe, konzervatismus a povinnosti. V diagnostice při záměně za jinou barvu symbolizuje prožité trauma. Z psychoanalytického hlediska popisuje vztah dítě-matka.²²⁶

Zelená barva znamená rovnováhu mezi barvou žlutou a modrou.²²⁷ Představuje symbol hledání rovnováhy a hledání pravdy.²²⁸

²¹⁵ ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 117

²¹⁶ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2008, s. 10

²¹⁷ ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 117

²¹⁸ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 93

²¹⁹ ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 117

²²⁰ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 77

²²¹ ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 120

²²² ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 118

²²³ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 82

²²⁴ ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 118

²²⁵ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 104

²²⁶ ŠICKOVÁ-FABRICE, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 118

²²⁷ tamtéž

²²⁸ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 88

Pozitivně působí na nervový systém. Zelená barva je znak pro naději a klid.²²⁹

Hnědá barva je symbolem půdy a pevniny.²³⁰ Patří tedy do skupiny rudimentárních barev. Symbolizuje trpělivost, solidnost a spolehlivost. Tuto barvu upřednostňují lidé, kteří berou zodpovědnost za něco, co nikdo jiný nechce přijmout.²³¹

Fialová barva znamená spirituálnost. Většinou je spojována s barvou smutku a utrpení. V křesťanství se jedná o barvu pokání.²³²

Šedá barva je kombinací světla a tmy. Má zcela výjimečnou neutralitu, kterou můžeme využít k řešení konfliktních nebo nepřehledných situací.²³³ Barvě ležící hned vedle ní snižuje intenzitu. Představuje kompromis mezi barvou bílou a černou. V kombinaci s hnědou nebo černou ji často využívají děti, které prošly traumatem a klienti trpící depresemi.²³⁴

²²⁹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 118

²³⁰ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 120

²³¹ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 120

²³² tamtéž

²³³ PALOUČEK, Jan. *Poselství barev*. Brno: Integrál, 2009, s. 123

²³⁴ ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002, s. 118

Závěr

Cílem mé bakalářské práce bylo charakterizovat výtvarného umění v terapii a jeho využití v praxi a poukázat na možnosti technik terapie s osobami se zrakovým postižením. Arteterapie se zrakově postiženými má své specifické techniky a metody. Převážně využívá práci s hlinou.

Ve své práci jsem se zabývala všemi předeslanými tématy a tím považuji cíl své práce za naplněný. Vzhledem k obsáhlosti této problematiky je zde možnost dalšího zpracování.

První polovina mé práce popisovala výtvarné umění, jeho estetickou, užitkovou, výchovnou dimenzi a léčivý potenciál. Důležitým mezníkem zde bylo spojení pojmů umění a terapie. Umění tedy slouží k vyšším účelům jako je například léčba duše. Napomáhá nám i k osobnostnímu růstu, porozumění sama sebe a podporuje sebeuzdravující procesy.

První použití výrazu art therapy pro umění jako léčbu použila M. Naumburgová. Ona sama tvrdí, že pocity člověka lze vyjádřit lépe v obrazech než ve slovech.

Čtenáři se mohli dále seznámit s širokou škálou přístupů, jež do velké míry ovlivnila teorie S. Freuda, C. G. Junga a A. Adlera. U každého klienta jde totiž o různé naplnění cílů a je tedy nezbytné nalézt kritéria, která jsou v rámci terapeutických postupů vhodná pro danou problematiku.

V druhé polovině měli čtenáři možnost pochopit problematiku arteterapie u zrakově postižených, metody a techniky, převážně tedy techniku modelování. Důležité pro pochopení této oblasti bylo vymezení základních druhů zrakového postižení. Nemalá část zde byla věnována hmatu. Hmat totiž v životě nevidomého hraje velkou roli, je to způsob, kterým poznává svět. L. Buscaglia je dokonce přesvědčen, že existuje vztah mezi dotykem a duševním zdravím.

V neposlední řadě byla pozornost věnována barvě v terapii, která má vliv nejen na tělesnou, ale i psychologickou rovnováhu.

Arteterapie je obor, který lze uplatnit nejen u lidí s těžkou psychickou poruchou, ale i u lidí zdravých. I když jde o poměrně mladý obor, těší se velké obliby u lidí všech věkových kategorií, a je znám po celém světě.

Bakalářskou práci lze využít k pochopení této problematiky. Pro ty, jež chtějí hlouběji porozumět arteterapii a jejímu praktickému využití, doporučuji studium další odborné literatury.

Svou práci bych chtěla ukončit citátem, jehož autorkou je J. Šicková-Fabricei. „ *Umění není pouze podstatné jméno, je i slovesem, které se děje ku pomoci člověku samému.* “

Seznam použitých zkratek

FOKUS	Sdružení pro péči o duševně nemocné
ČAA	Česká arteterapeutická asociace
USA	Spojené státy americké (United States of America)

Prameny a použitá literatura:

Publikace

BABYRÁDOVÁ, H. *Výzkum kazuistik výtvarných prací v arteterapii a jeho aplikace v praktické metodologii*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-4998-7.

BALEKA, J. *Výtvarné umění: výkladový slovník*. Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200 0609-5.

BRAUNEN, M. *Mandala: Posvátný kruh tibetského buddhismu*. Praha: Volvox Globator, 1998. ISBN 80-7207-145-9.

CAMPBELLOVÁ, J. *Techniky arteterapie: ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-428-1.

CASEOVÁ, C. a T. DALLEYOVÁ. *Arteterapie s dětmi*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-065-0.

DAHLKE, R. *Mandaly léčí: Terapie mandalou*. Olomouc: Fontána, 1999. ISBN 978-80-7336-628-5.

ELLISOVÁ, M. *Keramika pro děti: Základy práce s hlinou a výtvarné návrhy*. Praha: BB/art, 2005. ISBN 80-7341-410-4.

FINKOVÁ, D. *Rozvoj hapticko-taktního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2742-3

HLADÍKOVÁ-MILEROVÁ, A. *Modelování z hlíny a jiných tvárných hmot: Ve školách pro mládež vyžadující zvláštní péči*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1963. ISBN 14-009-63.

HODGE, A. *Výtvarné techniky pro začátečníky: Kresba, malba, animace, koláž*. Havlíčkův Brod: Fragment, 1999. ISBN 80-7200-323-2.

CHAVARRIA, J. *Velká kniha keramiky*. Praha: Knihcentrum, 1996. ISBN 80-9021 82-9-6.

JEBAVÁ, J. *Úvod do arteterapie*. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 382-102-97.

KASTOVÁ, V. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-702-2.

Kvalita života zdravotně postižených a starších občanů: Sborník příspěvků z pracovní konference s mezinárodní účastí konané 9. -11. listopadu 1995 na FTVS UK. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, 1996.

LANDISCHOVÁ, E. *Teorie a praxe arteterapie: Taneční a výtvarné formy.* Praha: Univerzita Karlova v Praze-pedagogická fakulta, 2007. ISBN 978-80-7290-297-2.

LHOTOVÁ, M. *Proměny výtvarné tvorby v terapii.* České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, 2010. ISBN 978-80-7394-209-0, s. 38

LEČBYCH, M. *Úvod do psychoterapie pro pracovníky v institucionální výchově.* Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2647-1

MATTISON, S. *Jak se dělá keramika: Podrobný průvodce nástroji, materiály a technikami pro hrnčíře a keramiky.* Bratislava: Slovart, 2004. ISBN 80-7209-599-4.

MIŠURCOVÁ, V. a M. SEVEROVÁ. *Děti, hry a umění.* Praha: ISV, 1997. ISBN 80-85866-18-8.

Objekt animace. Třetí smysl: Principy animace v současném umění. Zlín: Krajská galerie výtvarného umění ve Zlíně, 2009. ISBN 978-80-85052-82-4.

PALOUČEK, J. *Poselství barev.* Brno: Integrál, 2009. ISBN 978-80-87176-03-0.

PALOUČEK, J. *Poselství barev.* Brno: Integrál, 2008. ISBN 978-80-87176-02-3.

RUBINOVÁ, J. A. *Přístupy v arteterapii: teorie a technika.* Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-093-5

Současná arteterapie: v české republice a v zahraničí. Praha: Univerzita Karlova v Praze-pedagogická fakulta, 2000, ISBN 80-7290-004-8.

STEINER, R. *Tajemství barev.* Hranice: Fabula, 2011. ISBN 978-80-86600-25-3.

ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie.* Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-616-0.

ŠÍPOVÁ, L. *Andělské mandaly: Malujeme mandaly pro zdraví a duši.* Olomouc: Fontána, 2005. ISBN 80-7336-214-7.

ŠTRÉBLOVÁ, M. *Poznáváme svět se zrakovým postižením: Úvod do tyflopédie.* Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2002. ISBN 80-7044-448-7.

VILLEY, P. *Svět slepých: Le Monde des Aveugles.* Praha: Školní nakladatelství, 1940

WIENER, P. a R. RUCKÁ. *Terapie zrakového handicapu*. Praha: Institut rehabilitace zrakově postižených UK FHS, 2006. ISBN 80-239-6774-6

Elektronické zdroje

Artslexikon: Animace (animation) [online]. 2012 [cit. 2012-06-07]. Dostupné z: <http://artslexikon.cz/index.php/Animace>

Časopis české arteterapeutické asociace: Využití arteterapie u zrakově postižených dospělých [online]. 2009 [cit. 2012-06-06]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas20-21.htm>

Časopis České arteterapeutické asociace: Pojem arteterapie [online]. 2001 [cit. 2012-04-26]. Dostupné z: <http://casopiscaa.wz.cz/cas01.htm>

Seznam příloh

Příloha č. 1: Buddhistická mandala

Příloha č. 2: Kazuistiky

Příloha č. 3: Techniky modelování

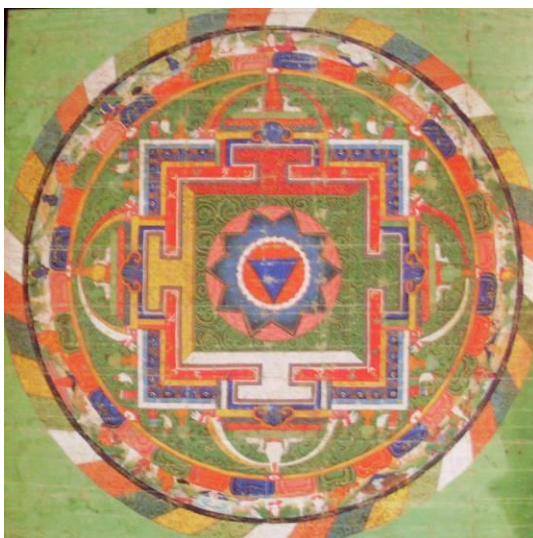
Příloha č. 4: Modelování se zrakově postiženými

Příloha č. 1: Buddhistická mandala

Obr. č. 1, 2: Buddhistická mandala



Obr. č. 3 : Buddhistická mandala



Obr. č. 4 : Postup vytváření mandaly



Obr. č. 5: Postup vytváření mandaly



Obr. č. 6: Postup vytváření mandaly

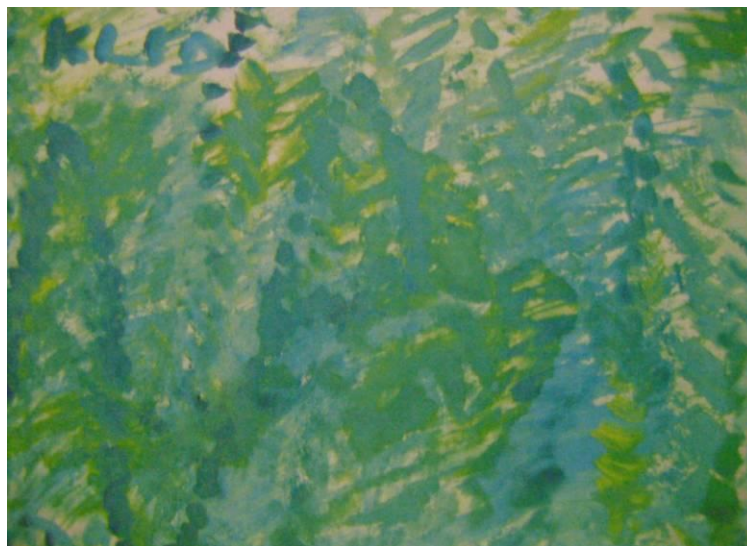


Příloha č. 2: Kazuistiky

Obr. č. 1: Jan, 57 let



Obr. č. 2: Ludmila, 45 let



Obr. č. 3: Viktor, 19 let



Příloha č. 3: Techniky modelování

Obr. č. 1, 2: Postup techniky vymačkávání



Obr. č. 3, 4: Postup techniky vymačkávání



Obr. č. 5, 6: Postup tvorby z válečků



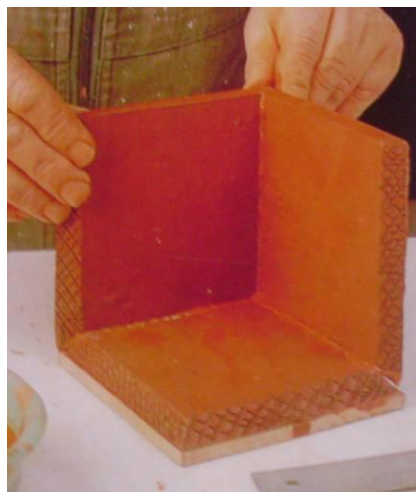
Obr. č. 7, 8: Postup tvorby z válečků



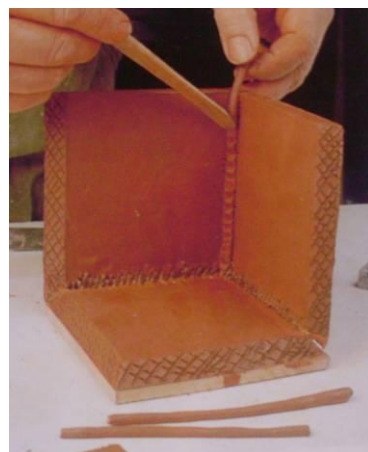
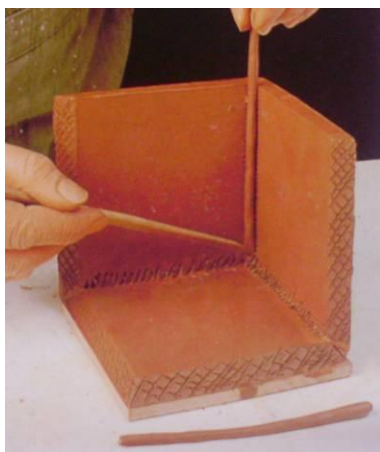
Obr. č. 9,10: Postup vytváření z válečků



Obr. č. 10, 11: Postup vytváření z plátů

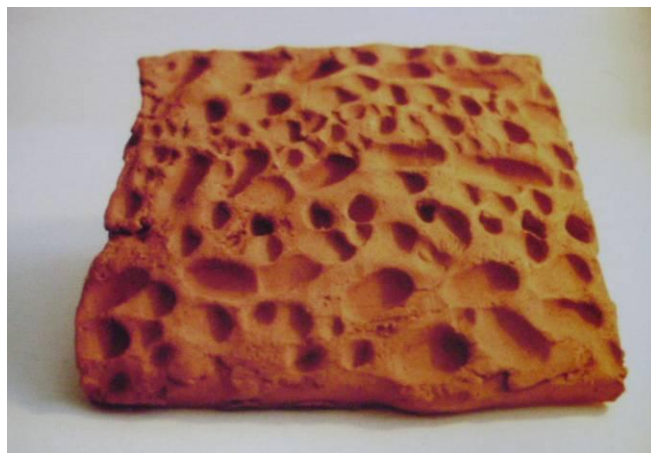


Obr. č. 12, 13, 14: Postup vytváření z plátů



Příloha č. 4: Modelování se zrakově postiženými

Obr. č. 1: Otisky



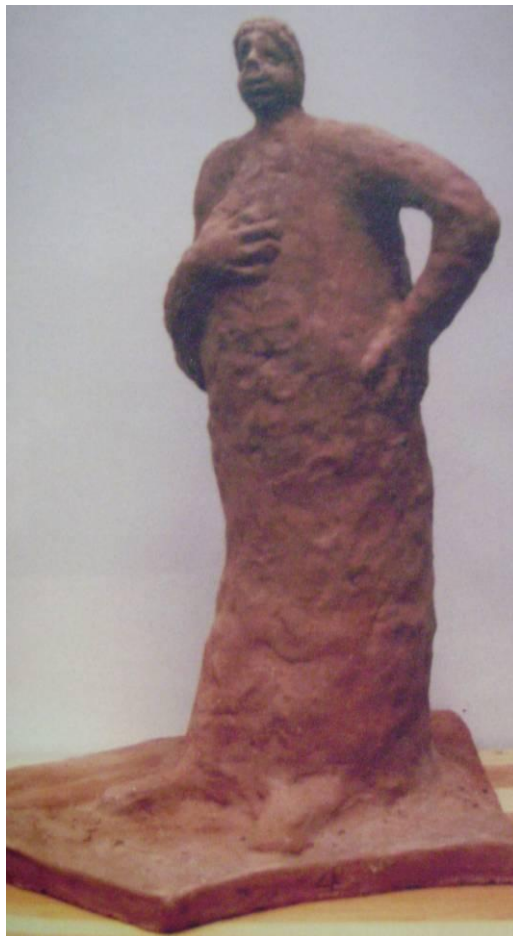
Obr. č. 2: Oblouk-duha



Obr. č. 3: Dívka a květiny



Obr. č. 4: Děda



ANOTACE

Jméno a příjmení:	Lucie Chmelařová
Katedra:	Psychologie a patopsychologie
Vedoucí práce:	Mgr.,et Mgr. Iveta Tichá
Rok obhajoby:	2012

Název práce:	Výtvarná tvorba v terapii a její využití v praxi
Název v angličtině:	Fine art in therapy and its application in practice
Anotace práce:	Bakalářská práce se zabývá výtvarnou tvorbou v terapii a jejím využitím v praxi. Zaměřuje se především na možnosti terapie u zrakově postižených osob. Důraz je kladen na přístupy v arteterapii a na techniky upotřebitelné v praxi.
Klíčová slova:	arteterapie, výtvarná tvorba, osoby zrakově postižené, přístupy v arteterapii
Anotace v angličtině:	This thesis deals with the artistic creation in therapy and its use in practice. It focuses primarily on therapeutic options for visually impaired persons. The emphasis is on art therapy approaches and techniques used in practice.
Klíčová slova v angličtině:	Art Therapy, fine art, visually impaired persons, approaches in art therapy
Přílohy vázané v práci:	4
Rozsah práce:	44
Jazyk práce:	Český jazyk

