
UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Ústav speciálně pedagogických studií

Bakalářská práce

Karina Langová

Rituály, archetypy a mýty v dramaterapii

Olomouc 2014 Vedoucí práce: Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D.

Ráda bych vyjádřila poděkování panu Mgr. Dominiku Polínkovi, Ph. D. za pomoc při vedení bakalářské práce. Dále bych ráda poděkovala všem terapeutům za čas a informace, které mi poskytly.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svoji bakalářskou práci na téma „Rituály, archetypy a mýty v dramaterapii“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího bakalářské práce a za použití pramenů uvedených v seznamu citované literatury.

V Olomouci dne 22. dubna 2014

.....
Karina Langová

Obsah

1	Úvod	6
2	Dramaterapie	8
2.1	Definice dramaterapie	8
2.2	Cíle dramaterapie	9
2.3	Klientela dramaterapie	10
2.4	Formy dramaterapie	10
2.5	Prostředky dramaterapie.....	12
3	Archetypy, rituály a mýty	13
3.1	Nevědomí	13
3.1.1	Kolektivní nevědomí.....	14
3.2	Archetyp	14
3.2.1	Klasifikace archetypů podle C.G. Junga.....	15
3.3	Mytologie	18
3.3.1	Mýtus	18
3.3.2	Mýty a archetypy	19
3.4	Rituál	20
3.4.1	Dělení rituálů	20
4	Interdisciplinarita	22
4.1	Analytická psychologie	22
4.2	Mytologie jako východisko pro dramaterapii	23
4.3	Rituál a dramaterapie.....	26
5	Praktická část	28
5.1	Metodologie.....	28
5.1.1	Úvod do problematiky výzkumu	28
5.1.2	Cíle a výzkumné otázky.....	28
5.1.3	Metoda výběru vzorku	29

5.1.4	Metoda sběru dat.....	29
5.1.5	Respondenti výzkumu.....	30
5.2	Realizace výzkumu.....	31
5.2.1	Výběr respondentů.....	31
5.2.2	Oslovení respondentů.....	32
5.2.3	Průběh rozhovoru.....	32
5.2.4	Vyhodnocení dat.....	33
5.2.5	Výsledky výzkumu.....	33
5.2.6	Stanovení závěru.....	40
6	Shrnutí a závěr	43
7	Literatura	45

1 Úvod

Každý žijeme v životě svůj vlastní příběh, který je ohraničen narozením a smrtí. V tomto příběhu zastáváme různé role, skrze které se různými postoji stavíme k životním úkolům, které nám přirozeně vchází do cesty. Znamé přísloví, jenž zní “ *Co Tě nezabije, to Tě posílí*” můžeme pojímat jako fakt, že po zdolání každé této překážky je silnější naše psychická struktura. V našem příběhu tedy stále posilujeme niternou realitu, skrze řešení různých konfliktů. Toto vědění znali už naši předkové, jenž tyto příběhy zformovali do metaforické podoby, aby byly přístupnější každému člověku a skrze jednotlivé archetypy ukázali, které síly je třeba v sobě probudit pro zdolávání těchto překážek.

Tyto příběhy nazýváme mýty. Mýtus je zde již od pradávných věků. Naši předkové si je předávali po generacích vyprávěním nebo formou rituálů, v němž byly tyto příběhy uloženy ve formě symbolických gest. Dá se říci, že v těchto případech sloužil rituál jako prostředník mezi běžnou životní realitou a světem zobrazujícím niterné dění. Mýty máme dodnes, některé starší a některé vzniklé v nedávných dobách. Můžeme říci, že všechny, tak jako plody veškerého umění člověka, zobrazují určitý obraz niterné struktury člověka na základě zkušenosti jeho prožívání.

Jelikož dramaterapie je terapeuticko-formativní druh expresivní terapie, je jejím úkolem člověka především léčit a výchovně na něj působit skrze jeho sebevyjádření. Myslím, že je potřeba si uvědomit, že zdravá psychika je základ pro zdravé tělo a stejně tak je tomu naopak. Protože mýty zobrazují obraz vnitřní skutečnosti člověka a jsou epického charakteru, mohou nám být v dramaterapii přínosným prostředkem pro její léčbu. Tématem archetypů, mýtů a rituálů se ve svých publikacích zabývají velké osobnosti dramaterapie například jako Sue Jennings a Milan Valenta. Naším cílem je nahlédnout na danou problematiku v kontextu dramaterapeutické praxe v ČR.

Jak píší odborné prameny, mýty byly realizovány skrze rituály. Pokusila jsem se tedy vyzkoumat, zdali se tento model v takovéto podobě a s touto funkcí vyskytuje v praxi dramaterapeutů.

Jelikož pojmy jako je rituál, mýtus a archetyp jsou samy o sobě tak rozsáhlá témata, na které již bylo nazíráno mnoha psychology a antropology různými způsoby, nezaobírám se jimi dopodrobna, nýbrž do takové míry, aby nám byly dostatečně srozumitelné v rámci cíle této práce.

Jedním z cílů této práce je tedy nástin a stručná charakteristika základních pojmů jako jsou archetypy, mýty a rituály v kontextu dramaterapie. Hlavním cílem je poté zjistit, zda-li dochází k prolínání archetypů, mýtů a rituálů v dramaterapeutické praxi, případně pokud nedochází k prolínání, zda-li jsou tyto fenomény využívány jednotlivě. Zajímá nás také, v jaké formě a jakým způsobem jsou případně realizovány. Dále co tyto prostředky přináší z pohledu terapeuta do procesu a jaký mohou mít význam pro klienta.

Zjištěné poznatky a zkušenosti terapeutů mohou přinést nové podněty a inspiraci pracovníkům pomáhajících profesí.

2 Dramaterapie

V této části se pokusíme o stručný náhled na dramaterpii. Pro náš účel práce bude dostačující se s tímto druhem expresivní terapie seznámit pouze do takové míry, abychom měli základní představu o jejím využití, formách a metodách. Z české literatury se můžeme o dramaterapii dočíst například v knize Milana Valenty (2011).

2.1 Definice dramaterapie

Podle Britské asociace dramaterapeutů lze tento druh expresivní terapie definovat jako proces, který pomáhá uchopit a zmírnit sociální a psychologické problémy, mentální onemocnění i postižení. Je prostředkem symbolického sebevyjadřování, skrze nějž poznává klient sám sebe tvořivostí obsahující verbální i nonverbální složku komunikace. (www.arteterapie.net/umelecketerapie/dramaterapie)

Jedna s uznávaných definic pojmu dramaterapie je charakteristika M. Valenty (2007)

„Dramaterapie je léčebně-výchovná (terapeuticko-formativní) disciplína, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledků psychických poruch i sociálních problémů a k dosažení personálně sociálního růstu a integrace.“ (Valenta, 2007, s. 23)

Jako další charakteristiku pojmu dramaterapie můžeme uvést pojetí slovenské dramaterapeutky Majzlanové (1998), které definuje obor jako uměleckou a terapeuticko-formativní metodu realizovanou jako individuální i skupinový proces, využívající dramatických struktur a má speciální cíl v improvizovaných situacích „tady a teď“. Evokuje k prožívání emocí, k získávání vnitřní motivace, vede k integraci.

V celosvětovém kontextu, spolu s ostatními uměleckými terapiemi, se dramaterapie řadí pod arteterapii v širším kontextu. Arteterapii v širším slova smyslu chápeme jako proces, jenž vede k regulaci narušené činnosti organismu uměleckými prostředky (Valenta, 1997). Z toho lze vyvodit, že dramaterapie je postup, jehož pomocí regulujeme narušenou činnost organismu divadelními prostředky.

2.2 Cíle dramaterapie

Specifické cíle dramaterapie se úzce odvíjejí od klientely, na kterou dramaterapeutický proces působí. Proto jsou tyto cíle velice variabilní.

Kalifornská dramaterapeutka R. Emunahová (1994) vytvořila vymezení nespécifických cílů dramaterapie, kterými jsou:

- zvýšení sociální interakce;
- osvojení schopnosti uvolnit se;
- schopnost řídit své emoce;
- změna nežádoucího chování;
- rozšíření repertoáru životních rolí;
- rozvinutí spontánního chování;
- rozvoj představivosti a koncentrace;
- posílení sebedůvěry, sebeúcty;
- schopnost umět rozpoznat svá omezení a možnosti.

R. Emunahová se dále zmiňuje o snech jako nevědomých procesech, jenž určitým způsobem působí na vědomí jedince a tím ho také do značné míry ovlivňují. To znamená, že to jak se chováme ve snech (zvláště v řízených snech tzv. lucidním snění) nás může ovlivnit stejně jako konání v běžném životě. Tento vztah snu a reality připodobňuje ke vztahu mezi „jevištní“ činností a konání v reálném životě. Chování v dramatu tak ovlivňuje naše prožívání a jednání v běžných životních situacích. Dramatické lekce nám dávají možnost vyzkoušet si prožít staré situace novým a neobvyklým způsobem, který bychom se ve skutečném životě báli vyzkoušet. Díky této zkušenosti můžeme velice snadno využít odzkoušené reakce v realitě. Zkušenost prožitá v dramatu se dá úzce přirovnat ke zkušenosti získané v běžném životě. Proto R. Emunahová považuje hranici mezi dramatem a skutečností za velice tenkou. (Valenta, 2007)

2.3 Klientela dramaterapie

Převážnou většinu klientů využívající dramaterapii tvoří skupina osob s mentálním postižením. Podle odborné literatury (Valenta, Müller, 2009) se jedná o nejfrekventovanější skupinu speciálně pedagogické péče. Mentální retardaci definují jako *“vývojovou duševní poruchu se sníženou inteligencí, demonstrující se především snížením kongnitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností a prenatální, perinatální a postnatální etiologií”*. (Valenta, Müller, 2009, s. 11) Další nejfrekventovanější skupinou jsou osoby se specifickými vývojovými poruchami učení a chování a mládež s jinými poruchami chování či psychosociálně ohrožená, jedinci trpící sociálním vyloučením, jedinci nacházející se ve výkonu trestu a gerontologičtí klienti. (Valenta, 2007)

Každá zmíněná klientela je předmětem péče speciální pedagogiky. Proto tato pedagogická disciplína úzce využívá metod dramaterapie v edukační a terapeutické intervenci. (Valenta, Müller, 2009)

2.4 Formy dramaterapie

Jde o způsob, jakým realizujeme dramaterapeutické působení. Klient může na intervenci docházet z domova či je hospitalizován v instituci kde dramaterapeut v rámci dané organizace realizuje svá setkání. (Valenta, 2007)

Ambulantní forma

Jde o zásadní terapeuticko-formativní postup, kdy klienti docházejí pravidelně na dramaterapeutickou lekci. Dramaterapie je v tomto případě věcí občanského sdružení, privátní praxe, neziskového sektoru, speciálních škol, denních center či institucí speciální výchovy. (Valenta, 2007)

Klinická forma

Zde je dramaterapie záležitostí léčeben, psychiatrických oddělení nebo klinik. Dramaterapie je brána jako komplementární terapie, vycházející ze zkušenosti, že u klientů s duševní poruchou je jakákoliv bezpečná aktivita účelnější než pasivita. (Valenta, 2007)

Realizace v denních sanatoriích a stacionářích

Zde zastává dramaterapie jednou ze stěžejních skupinových aktivit. Většinou se jedná o stacionáře zaměřené na doléčování klientů s neurotickou a psychotickou zkušeností.

Další způsob členění dramaterapeutických forem je uzpůsoben podle počtu klientů a jejich organizování:

Individuální terapie

V naší zemi není tato forma dramaterapeutické intervence obvyklá. Z toho důvodu s ní nemáme tolik zkušeností. Ve světě se však využívá především u jedinců s pervazivní vývojovou poruchou, s posttraumatickým stresovým syndromem a s mentálním postižením. (Valenta, 2011)

Skupinová terapie

Jde o základní organizační formu využívající skupinové dynamiky. Podle S. Kratochvíla můžeme skupinovou dynamiku chápat jako skupinové dění, které je tvořeno mezilidskými vztahy a interakcí členy skupiny spolu s činností skupiny a silami vnějšího prostředí. Patří sem zejména cíle a normy skupiny, koheze a tenze, projekce minulých zkušeností do aktuálních interakcí. Patří sem rovněž evoluce skupiny v čase. V dramaterapii je dynamičnost skupiny hlavním hybatelem procesu, jenž udává směr dané lekce a míru uvolnění a kreativity klientů. Skupinová terapie využívá sociální facilitace, čímž rozumíme, že klient je stimulován nejen terapeutem, ale hlavně skupinou. (Valenta, 2011)

Formou skupinové terapie jsou také:

Terapeutické komunity

Český odborník Kamil Kalina definuje terapeutickou komunitu jako:

“... zvláštní formu intenzivní skupinové psychoterapie, kde klienti, většinou různého věku, pohlaví či vzdělání, spolu určitou dobu žijí a kromě skupinových sezení sdílejí další společný program s pracovní a jinou různorodou činností, což umožňuje, aby do tohoto malého modelu společnosti promítali problémy ze svého vlastního života, zejména své vztahy k lidem. Komunita je terapeutická proto, že kromě uvedené projekce umožňuje též zpětné informace o maladaptivním chování, podněcuje získání náhledu na vlastní problémy a na vlastní podíl na vytváření těchto problémů, má umožnit korektivní zkušenost a podporuje nácvik vhodnějších adaptivnějších způsobů chování.” (Kalina, 2008, s. 17). Terapeutické komunity využívající dramaterapii ve svém programu (například komunity drogově závislých) si mohou dovolit využívat časově náročnější a intenzivnější formy dramaterapie. (Valenta, 2007)

2.5 Prostředky dramaterapie

Dle Majzlanové (1998) se dá tvrdit, že dramaterapie a dramatická výchova mají téměř totožné prostředky. Avšak rozdíl je spatřován v cíli. M. Valenta (2007) označuje základním prostředkem improvizaci. Je to proto, že improvizace nejlépe odráží aktuální dění odehrávající se v nitru klienta a dává průchod volným asociacím, jenž jsou dle Junga nosiče nevědomých obsahů. Improvizace rozvíjí spontaneitu, kreativitu, vede jedince ke spolupráci v societě, podporuje okamžitou reakci. Umožňuje rozvoj představivosti, ověřuje a obohacuje znalost daného prostředí, profese či situace a dává dostatek prostoru pro bezpečné vyzkoušení určitého jednání.

Za další prostředky dramaterapie můžeme podle Majzlanové (1998) považovat mimická a řečová cvičení, pantomimu, hru v roli, práci s textem, vyprávění příběhů, manipulaci s loutkami a výtvarnou tvorbu a také s mýtickými příběhy a rituály (Valenta, 2007), kterými se budeme blíže zabývat na konci následující kapitoly.

3 Archetypy, rituály a mýty

V předchozí kapitole jsme se v základech seznámili s dramaterapií. Abychom se mohli pokusit tuto expresivní terapii dát do souvislosti s pojmy jako je archetyp, rituál a mýtus, je třeba si tyto termíny také jednotlivě přiblížit. Jelikož každý z pojmů tvoří velice obsáhlé téma, a našim úkolem je pojmy pouze objasnit do té míry, abychom měli představu o možném propojení s dramaterapií, představíme si dané pojmy ve velice stručné podobě.

Analytická psychologie uvádí tyto termíny jako vzájemně propojené, což do jisté míry koresponduje se směrem naší práce. Proto z ní převážná část následující kapitoly bude vycházet.

Pro lepší orientaci v termínech obsažených v názvu práce, je třeba si představit pojem *nevědomí*, ze kterého analytická psychologie vyčleňuje *kolektivní nevědomí*, jenž je uváděno jako sídlo archetypů.

3.1 Nevědomí

Tento pojem pochází z teorie hlubinné psychologie. Podle jungovské analytické psychologie je nevědomí chápáno jako součást psyché každého člověka, v němž jsou uloženy z vědomí vytěsněné či zapomenuté obsahy. Jung rozděluje nevědomí na povrchovou vrstvu, kterou nazývá osobní a pochází z individuální zkušenosti jedince. Dále na hlubší vrstvu, která již nevychází z toho, co klient prožil po narození, nýbrž zde uložené obsahy jsou vrozené a tvoří všeobecný duševní základ nadosobní povahy. C. G. Jung tuto vrstvu nazývá kolektivním nevědomím. Za obsahy osobního nevědomí považuje tzv. citově zabarvené komplexy, které tvoří intimitu duševního života a obsahem kolektivního nevědomí jsou tzv. *archetypy*. (Jacobi, 1993)

Tvrdí, že určité obsahy mnohdy vědomě nepřijmeme, protože ukazují pravou tvář, která nemusí být pro jedince líbivá. Stává se, že když vědomí pozoruje dění v nevědomí, může se vnitřním dialogem bránit jeho vlivu a soudit nevědomé obsahy jako zlé a špatné myšlenky. Tyto obsahy se ukládají do nevědomí a tvoří tzv. stín duše (temné nevědomí). Racionálně silné či slabé povahy začnou tedy stín potlačovat pod teoriemi dobra a zla. Což se mnohdy nevyplácí, jelikož potlačená stránka naší osobnosti se objeví, avšak mnohdy ve větší míře.

Nevědomí skrývá to, co člověk nezná.

Primitivní lidé se často obávali plného ponoření do nevědomí, protože člověk byl v danou chvíli nucen potlačit vědomou stránku a dostával se do nevědomosti o sobě samém, což může vést k posedlosti. Proto veškeré jejich snažení vedlo k upevnění vědomí k čemuž využívali prostředky jako rituály a dogmata. Tyto konvence tvořili hranice pro pevnou zem vědomí a hradby k nevědomí. (Jung, 1998)

V terapii je velice důležitá tvorba hranic, které nám tvoří bezpečný prostor. Dále se k využití rituálů konkrétně v našem případě v dramaterapii budu věnovat níže. (srov. /blíže/ kap. rituály v dramaterapii)

3.1.1 Kolektivní nevědomí

Podle Jungova výzkumu, který probíhal pozorováním snů pacientů a jejich následným ztvárněním, můžeme říci, že jsou jisté kolektivně existující nevědomé podmínky, které regulují činnost fantazie, jelikož se zde objevovali mytologické motivy ačkoliv mytologické znalosti pacientů byli minimální. (Jung, 1993) Jak jsme již výše uvedli, považuje Jung kolektivní nevědomí jako hlubší vrstvu nevědomí, jenž má vrozené obsahy, které se nazývají tzv. archetypy. Když jsme v situaci, kdy musíme převzít určitou roli, která odpovídá povaze určitého archetypu, tento archetyp se zaktivizuje a má tendence vynořit se z nevědomí a prosadit se i proti působení rozumu (vědomé složky). Zde nastává konflikt, při kterém má osoba často tendence k potlačování těchto projevů. (Jung, 1998) C.G. Jung dále tvrdí, že afektované projevy vynořující se z hlubin naší psyché je třeba brát s respektem a vážně. Nebrat je jako něco, co je zbytečné a méněcenné oproti morálně – intelektuálnímu hledisku. Ten, kdo svou nevědomou stránku zná nejméně, je jí totiž ovlivňován nejvíce, proto je třeba uvědomění nevědomých obsahů, které se chystají proniknout do našeho jednání. Je třeba je tedy rozpoznat, uchopit je a bezpečně zpracovat, aby nežádoucím způsobem neovlivňovali náš život. (Jung, 1999)

3.2 Archetyp

Podle Junga je archetyp symbolickou idejí, jenž pochází z hlubin kolektivního nevědomí a není tudíž reflektována vědomím, proto je nelze racionálně uchopit. Archetypy tvoří psychickou realitu člověka, jenž se *“manifestují na biologické, psychobiologické nebo psychické rovině.”* (Jacobi, 1993, s.23)

Do kontaktu s nimi se můžeme dostávat skrze symbolické projevy ve snech či fantaziích, ale také v mytologii. (Jung, 1998)

Můžeme tedy říci, že archetyp není v psychice určen obsahem, nýbrž je pouze formou a její obsah se mění podle individuálního vědomí, v němž se objevuje. (Jung, 1998)

Tyto niterné praobrazy jsou neomylní strůjci neurotických a dokonce i psychických poruch, poněvadž se chovají stejně jako zanedbané orgány. Například u schizofreniků může jít o personalizaci archetypu či může docházet k projektování archetypů na druhé osoby. (Jung, 1997)

Učení primitivních kmenů pojednává o archetypech v určitých obměnách. Ty zde už ovšem nejsou obsahem nevědomí, ale proměnily se ve vědomé vzorce, kterým učí tradice. Dobře známými projevy archetypů je mytologie a později pohádky. Ty už nám však předkládají vědomě vytvořené formy. Archetypy nemusejí být v příbězích zastoupeny pouze postavami hrdinů, ale také situacemi, které jsou jimi prožívány a mají svůj vlastní klíč k řešení problému. (Eliade, Mýtus o věčném návratu, 1993)

3.2.1 Klasifikace archetypů podle C.G. Junga

Jung zdůrazňuje, že bychom neměli ani na chvíli podlehnout dojmu, že by archetyp mohl být vysvětlen a tím vyřešen. Proto se snaží vyhýbat přímým definicím. Tvrdí, že žádný archetyp nelze převést na jednoduchou formuli. Jelikož jak už jsme výše zmiňovali, jde o formu, jejíž obsah je u každého individuální a síla této formy je nevyzpytatelná. (Jung, 1998)

C.G. Jung klasifikoval jednotlivé archetypy, které můžeme najít téměř ve všech literárních dílech vycházejících z fantazie člověka. Zde si představíme pouze pár nejčastěji se objevujících archetypů a předvedeme si jejich velice stručnou povahu.

Anima

Podle Junga je Anima archetyp, jenž v mužském psyché zastupuje ženský obraz. Je také pojímán jako archetyp života díky své proměnlivosti, dynamičnosti a neuchopitelnosti, což jsou vlastnosti obecně přiřazované ženskému pohlaví. Jung vychází z tvrzení, že z hlediska psychiky má v sobě každá bytost mužskou i ženskou stránku. Muž je mužem díky svému genetickému předpokladu. Což způsobuje, že druhá stránka, v tomto případě ženská anima, ustupuje do nevědomí.

Tato „vnitřní žena“ se projevuje svým feminním jednáním a projektuje se do snů a fantazie muže. Muž má také tendence projektovat svou animu do svých partnerek. Dá se tedy říci, že si vybírá ženu podle toho, jak nejvíce odpovídá jeho nevědomému ženství.

Anima v mužském racionálním vnímání probouzí emocionalitu a citlivost. Má-li tento archetyp na muže silný vliv, může způsobit feminizaci mužského charakteru a přílišnou přecitlivělost, žárlivost či ješitnost a naopak je-li Anima oslabená, projevuje se bezcitností či přílišným lpěním na pravidlech, rezignací a infantilností.

V mýtech je anima zobrazena jako krásná mladá dívka či v pohádkovém podání též jako princezna. (Jung, 1999)

Animus

Velice obecně se dá říci, že tak jako muž ve své psyché nosí praobraz ženy, tak žena ve svém nevědomí skrývá maskulinní část. Jde o komplex mužských vlastností v povaze ženy. Podle psychoanalytických výzkumů tvrdíme, že posedlost animem se u žen projevuje tvrdostí v chování a direktivním jednáním. A naopak oslabením tohoto archetypu může mít za následek přílišné podřizování se a neschopnost prosadit si své potřeby a touhy. Animus se v mýtech nejčastěji vyskytuje jako neohrožený hrdina, silák, dobrodruh, princ bojující s drakem a překonávající síly zla, také jako svůdce. (Jung, 1999)

Archetyp Dítěte

“Motiv dítěte představuje předvědomý aspekt dětství v kolektivní duši“ (Jung, 1998, s. 239), podle čehož se dá říci, že tento archetyp v sobě obsahuje jisté obrazy dětství, které jsme zapomněním ukryli do nevědomí. Neměli bychom však tuto větu zaměňovat s tvrzením, že se jedná o zbytek vzpomínky z vlastního dětství. Archetyp je totiž vždy praobraz patřící celému lidstvu. Podle Junga archetyp dítěte symbolizuje jednotu, neboli vyrovnaný stav mezi protiklady. Dnešní moderní společnost se mnohdy dostává do protikladu s podmínkami svého dětství, čímž máme na mysli původní instinktivní stav. Vedou k tomu silné ambice člověka vedoucí k pokroku, jenž nutí tuto přirozenost potlačit, jelikož síla archetypu dítěte má naprosto opačné tendence. Jung dále tvrdí, že pokud nastane u člověka konflikt určitých protikladných tendencí, vystupuje archetyp dítěte do této situace jako jakási pomoc z nevědomí se snahou o sjednocení.

Dalo by se tedy obecně říci, že pokud je naše vnitřní dítě svobodné a nikoliv ignorované, dává nám to předpoklad pro vnitřní vyrovnanost. V mýtech se objevuje vždy na nečekaných místech v nečekanou dobu a to v podobě novorozeně, skřítky nebo elfa. (Jung, 1998)

Archetyp Matky

Jung shrnuje několik nejtýpčtějších forem, jenž symbolizují archetyp Matky. Hlavními představiteli jsou vlastní máma a babička, nevlastní máma a tchýně. Ve vyšším přeneseném smyslu pak bohyně a v širším smyslu země, půda, církev, město. V užším smyslu z pohledu plodnosti a porodu je to zahrada, jeskyně, strom, květina. (Jung, 2009) Zde popsané věci jsou nositeli pouze podstatných rysů archetypu matky, nikoliv ho nevystihují v jeho úplnosti. Dle Junga vlastností tohoto archetypu je, „... *to, co je mateřské, nebo-li magická autorita ženství, moudrost a výšiny ducha mimo rozum; to, co je dobrotivé, pečující a snášenlivé, poskytující růst, plodnost a potravu; místo magické proměny, znovuzrození; pomáhající instinkt nebo impuls, to, co je pohlcující, svádějící a otravující, vzbuzující strach*”. (Jung, 1998, s. 193) Dalo by se tedy říci, že tento archetyp je nositelem mateřství, péče a mateřské lásky. V mýtech a pohádkách se objevuje jako vyzrálá žena oplývající moudrostí nebo jako stinná stránka tohoto archetypu v podobě ježibaby či temné, vše pohlcující ženy. (Jung, 1998)

Archetyp Starce

Jde o personifikaci klidné životní moudrosti, vědění, poznání, rozvahy, moudrosti. Projevuje se intuicí, vnuknutím nebo také vnitřním hlasem. V mýtech vždy pomáhá hrdinovi v jeho zdánlivě neřešitelných situacích a vždy se objeví v okamžiku, kdy je třeba moudré rady. Podle Junga (1998) tento archetyp vyjadřuje „ducha”. Tento pojem je dále rozveden v díle *Archetypy a nevědomí* (Jung, 1998)

Archetyp Hrdiny

Je praobraz odvahy a statečnosti. Je to síla, která se v nás zrodí, když potřebujeme, tak jako hrdinové, bojovat za něco, o čem se domníváme, že je správné. Však neznamená to, že jedině pak opravdu činí kladné skutky. Stává se, že se tento archetyp vyskytuje i v stinné podobě a člověk má tendence prosazovat své činy záporným způsobem (*například záporní hrdinové v příbězích*). (Jung, 2009)

3.3 Mytologie

Obecně platí, že mytologie je soubor mýtů, které jsou z části vázány na určitou dobu či děje a mají především symbolický a nadčasový charakter.

“Je to oblast, jenž vědomě zkoumá mýtus skrze logos. Každý mýtus patří do určitého kulturního okruhu a je sepnut s určitým způsobem života. Mytologie se snaží nalézt v různých mýtech společnou, jednotící a obecnější mýtickou zkušenost.”(Pernica, 2003, s.12) Když se budeme zabývat původem jednotlivých mýtů různých kultur, dobereme se k tvrzení, že její původ je v lidské fantazii. Proto je mytologie v naší moderní společnosti mnohdy považována za ucelený souhrn vymyšlených příběhů, jenž nedávají pořádně smysl. Archaické společnosti narozdíl od dnešní svou mytologii ctily a byla pro ně nedílnou součástí každodenního bytí. (Budil, 2003) Vyjadřovala pro ně “absolutní pravdu”. Byla jimi vnímána jako soubor skutečných příběhů, které nastaly na počátku času a sloužily jako vzor pro lidské chování. (Eliade, 1998) Podle Junga (1998) je toto učení starobyklých národů pojednávání o archetypech v určitých obměnách, které zde již nejsou nevědomými obsahy, nýbrž se proměnily formou mýtu na vědomé vzorce, jenž jsou předávány v rámci tradice.

3.3.1 Mýtus

“Mýtus vypráví posvátné dějiny; popisuje událost, která nastala v prvotním čase, v bájném čase “počátků”. Jinými slovy, mýtus vypráví, jak díky mocným činům nadpřirozených bytostí začala existovat nějaká skutečnost” (M. Eliade, Mýtus a skutečnost, 2011, s.11)

V mýtech jsou obsaženy určité vzorce chování a jednání v podobě hrdinských činů či nadpřirozených projevech bohů. (Budil, 2003)

Pokud budeme vycházet z tvrzení C.G. Junga (1998), že praobrazy uložené v mýtech jsou vědomá pojednávání archetypů a archetypy jsou prvky naší psyché, můžeme vnímat mýty jako strukturovaný obraz niterné skutečnosti člověka.

Ivo Budil (Mýtus, jazyk a kulturní antropologie, 2003) ve svém díle klasifikuje mýty podle témat, kterými se zabývají:

- Kosmologický – Původ a vznik světa;
- Teogonický – Původ a zrození bohů;
- Etiologický – Výklad o příčinách, původu a podstatě různých předmětů, zvyků a jevů;
- Heroický – Původ a založení dané kultury.

3.3.2 Mýty a archetypy

V předešlých kapitolách jsme se mohli dozvědět, že mýtus a archetyp spolu nějakým způsobem souvisí. Touto spojitostí se budeme zabývat dále zde.

C. G. Jung tvrdí, že jádro obsahu všech mýtů má archetypální povahu. Archetyp považuje za formu, jejíž obsah záleží na tom, jak je zaměřeno lidské vědomí. Také zmiňuje, že v mýtech se archetypy vynořují ve své přirozené podobě a jsou tak přirozenou manifestací lidské psyché. (Jung, 1998)

Podle těchto tvrzení bychom mohli říci, že mýtus je svým obsahem, který je tvořen nadpřirozeným jednáním božstev a hrdinů, určitým podáním archetypálních vztahů, jenž mají původ v kolektivním nevědomí. Jsou nositeli tohoto dědictví a nevědomé obsahy jsou skrze něj vědomě zpracovány do srozumitelné formy. Podobnými nositeli archetypů jsou také pohádky.

„Pohádky jsou nejčistším a nejjednodušším výrazem kolektivně nevědomých psychických procesů. Zobrazují archetypy v jejich nejjednodušší, nejhutnější a nejpřesnější podobě. V tomto čistém tvaru nám archetypové obrazy poskytují nejlepší návod k porozumění procesům, které se odehrávají v kolektivní psyché.“ (Franz, 1998, s.15)

3.4 Rituál

Existují různá pojetí rituálů, proto se zde nebudeme zabývat jednotlivými definicemi různých autorů. Pro naše účely se budeme zabývat rituálem jako prostředkem pro realizaci mýtu. Pro začátek se opět můžeme obrátit na tvrzení C. G. Junga (1959), *“jenž pojímá rituál jako cestu, kterou se z nevědomí skrze mýty a symboly projektují archetypální zkušenosti lidstva do dnešní reality člověka”* (citováno dle In Valenta: Dramaterapie, 2007, s.53) Tímto tvrzením se snad nejvíce přibližuje pojetí rituálu archaických národů. Rituál se lišil od ostatních aktivit člověka tím, že opakoval imitací původní činnosti bohů na počátku času, tyto činnosti jsou základním obsahem mytologie. Rituály archaických civilizací nejsou však těmito lidmi vnímány jako napodobeniny. Každý rituál v jejich podání má svůj božský archetyp, který se zpřítomňuje při obřadu. Účastníci při rituálu vystupují z profánního času do sakrálního, ve kterém je dán prostor pro uskutečnění archetypů uložených v mytologických příbězích. (Budil, 2003). Základ všech rituálních obřadů z hlediska fylogeneze tvoří rytmus, zpěv společně se symbolickým gestem.

3.4.1 Dělení rituálů

Jak už jsme se zmiňovali výše, možností jak pojmout rituál je mnoho a stejně tak početné jsou i druhy klasifikací. Velice přehledně dělí rituály Alexej Pernica ve svém díle *Mýtové kořeny dramatických postav* (2003). Pro obecný přehled si tedy alespoň toto dělení předvedeme.

Nepřechodové rituály

Do této skupiny řadí všechny rituály, které nejsou plně spjaty s přechodem z jednoho systému do druhého, ale jenom s některými jeho částmi. Tyto rituály směřují k zvýšení stability a snaží se zabránit průniku destabilizujících sil jak do života jedince, tak do života society. Tuto skupinu rozděluje ještě na dvě podskupiny. První zastupují rituály se silnou magickou funkcí, jenž zřetelně míří k magickým silám mýtového světa. Sem patří rituály: apotropické, eliminátorské, očistné, rozmnožovací, usmiřovací.

Druhou skupinu zastupují rituály se silnou sociální funkcí, které zřetelněji míří k sociální struktuře dané společnosti. Zde jsou popsány rituály motivační a oslavné, rituály úcty, trestu a přijetí a rituály odchodu a návratu.

Mimetické rituály

Odvozeno z řeckého slova *mimesis* což znamená napodobení. Proces napodobení má zde dominantní postavení. Nalézají se v prostoru mezi přechodovými a nepřechodovými rituály. Však tato pozice neznamená, že by nápodoba nebyla v těchto skupinách přítomna.

U mýtových kultur je typická snaha o napodobení či zobrazení universa či napodobení živé přírody skrze symbolickou hru – mimetický rituál.

Přechodové rituály

Tato skupina rituálů je využívána vždy, když dochází k přechodu od již žitého systému k jinému. Obsahují v sobě určité rituály z výše zmíněné skupiny nepřechodových rituálů. Snaží se převést jedince či societu přes oblast nestability doprovázenou sociální úzkostí. Zde patří všechny iniciační rituály například přechod z dětství do dospělosti, rituály spojené s přechody ročních cyklů.

Tyto přechodové rituály jsou většinou provázeny mýtovým kulturním hrdinou, jenž jedince či societu vede různými oblastmi přechodu, které první tvůrce, někdy to bývá hrdina sám, prošel.

4 Interdisciplinarita

Z předchozích kapitol bychom měli mít základní povědomí o dramaterapii a také základní představu o tom co je to rituál, archetyp a mýtus. V této kapitole se budeme zabývat propojením těchto pojmů, při kterém budeme vycházet z výše uvedené teorie a z poznatků, které jsme získali výzkumnými rozhovory a jež jsou obsaženy v praktické části práce.

Jak jsme již zmínili v úvodu předchozí kapitoly, má naše téma blízko k analytické psychologii, protože tento psychologický směr pokládá pojmy jako je archetyp, mýtus a rituál za propojené. Proto je pro nás v kontextu této práce nejlepším východiskem a zařazujeme do této kapitoly podkapitolu věnující se tomuto směru.

4.1 Analytická psychologie

Analytická psychologie představuje jeden z psychologických přístupů, které spadají do oblasti hlubinné psychologie. Zakladatelem tohoto směru je výše zmiňovaný švýcarský lékař a psychoterapeut Carl Gustav Jung. Jeho pojetí individuálního a hlavně kolektivního nevědomí jakožto sídla archetypů, může být základním východiskem pro dramaterapeuta při práci s rolemi, jež mají archetypální charakter. Jak jsme již výše zmínili, Jung na základě podrobné analýzy snů, mýtů a kolektivního nevědomí osobnosti tvrdí, že člověk má sklony brát na sebe určité archetypální role, vyskutující se v literatuře (zejména v mýtech a pohádkách) či dalších uměleckých dílech. Jung dále uvádí, že zvědoměním archetypů a jejich analýzou může člověk porozumět sobě samému což je předpokladem pro harmonizaci vědomí a nevědomí a tím i nalezení rovnováhy mezi vnitřními protiklady (Jung tento proces nazývá individualizací). (C.G. Jung, 1999)

Využití některých principů dramaterapie můžeme vidět v práci analytického terapeuta. Jungovský psychoterapeut pracuje v sedmi krocích, přičemž je důležitý snížený práh vědomí u klienta (hypnóza, imaginace), tak aby došlo k projevení symbolických nevědomých obsahů (1. krok); k tomuto vynořování mohou sloužit sny či imaginace (2. krok); tyto nevědomé symboly je třeba zachytit ve vědomí klienta (3. krok); a dále správně zanalyzovat a tím pochopit (4. krok); uvědomění a jejich začlenění do celkové situace jedince (5. krok); zpracování nalezeného smyslu mezi symboly a problémovou situací (6.krok); a konečné zařazení do celkové psychiky klienta (7. krok). (Kratochvíl, 1987, In M. Valenta, 2007).

Právě u třetího kroku, kdy je hlavním cílem zachycení těchto nevědomých obsahů, můžeme využít dramaterapeutických prostředků, jelikož většina z nich pracuje s fantazií klienta, jde o převod z nevědomí do vědomí. Ačkoliv se výtvor může zdát svou symbolikou nepochopitelný, tak skrze smysl, který jim člověk přidá, získává určité zrcadlo svého nitra. (M. Valenta, 2007) Dramaterapie, jak už jsme zmínili v první kapitole, může využívat mnoho prostředků, jedním z nich může být práce s mytologickými a pohádkovými příběhy, které oplývají celou řadou symbolických obrazů.

4.2 Mytologie jako východisko pro dramaterapii

Jak bylo zmíněno výše (srov./blíže/kap.3.3.2.) nositeli archetypů mohou být také pohádky, které se svou strukturou podobají mýtu, jenomže *“v mýtech, ságách nebo jiném komplikovanějším mytologickém materiálu jsou základní vzorce lidské psyché překryty dalším kulturním materiálem. V pohádkách je naproti tomu specifického, vědomého, kulturního materiálu daleko méně, takže se v nich základní vzorce psyché zrači jasněji.”* (M. L. Von Franz, 1998, s. 15) Z tohoto důvodu se dá usuzovat, že mohou být častějším dramaterapeutickým prostředkem. Proto se dá říci, že je třeba zmínit, v čem si jsou mýty a pohádky podobné.

Symbolika

Mýtus je tedy sídlem archetypů, které mezi sebou demonstrují určité vztahy. Pohádky jsou na tom v určitém smyslu docela stejně.

Mýty a pohádky obsahují velké množství symbolů a archetypy se v obou případech vyskytují v přirozené formě. Symbolika je v kterékoliv expresivní terapii velice přínosná, jelikož symbol díky své metaforičnosti dává prostor projekci individuálních nevědomých obsahů. Bylo dokázáno, že některé symboly asociují stejná témata více lidem, ačkoliv třeba s daným symbolickým výjevem neměli předtím žádnou zkušenost. Je to dáno tím, že spousta symbolů má archetypální charakter a jsou tedy skrze kolektivní nevědomí společné všem.(C.G. Jung, 1998)

Ztotožnění s postavou

Pokud budeme vycházet z Jungova tvrzení, že zůstávají-li archetypy v nějaké podobě vědomé, může energie, která jim odpovídá přitékat k člověku, ale pokud se nedaří udržet s nimi spojení z důvodu účelného potlačení, pak síla, která se projevuje v symbolických obrazech vyvolává tlak z nevědomí na vědomí člověka z nečekaných stran a člověk je jimi ovlivňován víc, než by čekal. (C. G. Jung, 1999)

Chceme-li si tedy udržet psychické zdraví je potřeba archetypy zvědomět. Ty, jak jsme již zmiňovali, jsou zobrazeny ve své přirozené podobě v mýtech a pohádkách (srov./blíže/kap.3.3.2.). K tomuto zvědomění může sloužit dramaterapie, jenž se odlišuje od ostatních terapeuticko – formativních postupů právě tím, že se realizuje skrze role, které klient přijímá, následně rozehrává a při improvizovaném procesu jim vkládá své obsahy, tj. projektuje si do nich spontánně svá témata v bezpečném prostoru. (Valenta, 2007) Tím máme na mysli to, že klient hraje zároveň sám sebe v plášti někoho jiného. Dává mu to tedy možnost projektovat svou každodenní všednost a pohybovat se na cestě k nevědomému světu. Při rozehrávání mytologických či pohádkových příběhů se může klient ztotožnit s určitou archetypální rolí, která vystupuje v nějaké podobě v mýtu či pohádce. Skrze postoje k určitým postavám či při improvizovaném rozehrávání těchto rolí se klient může s určitou postavou ztotožnit či naopak k ní může vyjadřovat určité asympatie. Potom jsou zde důležité otázky: Proč si klient vybral zrovna tuto postavu? Proč chování určité postavy striktně zamítá? (Valenta, 2007) Podle všech zmíněných poznatků se dá říci, že tyto projevy při výběru a následném postoji k postavám příběhu zrcadlí naše nevědomé archetypální vzorce a míru jejich přijetí či potlačování.¹

¹ Při rozhovoru mi jeden s respondentů sdělil, že při práci s matkami dětí s kombinovanými vadami pracoval s pohádkou O Jeničkovy a Mařence. Převážně se společně zaměřili na propracování role macechy. Postava macechy v této pohádce zastává stinnou tvář archetypu matky. Ve skupině se vyskytla matka, která se jakkoliv odmítala ztotožnit s touto postavou. Udajně šlo o velice perfekcionista ženu, jejíž obraz “dokonalé matky” naprosto nepřipouštěl vlastnosti, které jsou maceše vlastní. Na konci procesu se dopracovali k zjištění, že matka potřebuje z části některé vlastnosti macechy, jelikož jako “dokonalá matka” nemá přes samou péči o dítě čas na sebe, kdežto její vnitřní macecha jí tuto volnost dopřeje. Na tomto příkladu vidíme, jak je důležité zvědomění určitých archetypů a do jisté míry přijetí i jejich stinné podoby, kterou jsme skrze racionální soudy odsunuli do nevědomí. Při jejich zvědomění a přijetí můžeme říci, že jejich sílu máme mnohem více pod kontrolou, než když zůstane potlačena a má poté možnost působit na nás z nečekaných stran.

Mýtus jako nositel tématu

Mytologické či pohádkové příběhy nám mohou obecně sloužit jako nositelé tématu, jelikož mýty obsahují taková témata, která jsou nám všem společná a jsou svou povahou nadčasová. Jeden mýtus či pohádka mohou obsahovat spoustu témat, proto mohou být pro terapeuticko-formativní proces velkým přínosem. Většina dramaterapeutů připravuje své lekce podle zázkazy skupiny. Terapeut tak může nalézt vhodný příběh, který v sobě skrývá to, co by skupinu mohlo zajímat. Některá témata mohou být pro klienty příliš citlivá a tudíž by se mohli zdráhat v jejich řešení v průběhu dramaterapie. Symbolický příběh tedy může být bezpečnou skrýš pro téma vhodné pro dramaterapeutickou lekci. *“S. Jenningsonová říká, že paradox dramaterapie tkví v tom, že navození odstupu nás přivede blíž... Takže nakonec ve slavném příběhu všichni nalezneme svůj vlastní příběh”* (A. Hickson, 2000, s. 22)

Spontánní tvorba příběhu

Jelikož mýtus je výtvořem člověka a odráží vztahy jednotlivých archetypů, můžeme přímo v dramaterapeutickém procesu mýtus se skupinou či individuální formou vytvořit. Základní znaky mýtu či pohádky (symbolika a nadpřirozeno) by však měli zůstat zachovány. Tuto podmínku bychom měli považovat za důležitou, jelikož pak je člověk nepřímou donucen sáhnout do své fantazie, čímž je dán předpoklad, že půjde o převod nevědomých obsahů do vědomí a skrze smysl, který výrazům přidá, čímž získá reflexi ze své niterné reality o sobě samém (Jung, 1998). Dá se říci, že nejpřínosnější je, pokud tvorba probíhala spontánně a tudíž se dá předpokládat, že má nevědomý původ. Toho můžeme docílit, pokud vychází ze zainteresování klienta do tvořivého procesu, který jej přivede k tématu skrze volný pohyb či kresbu. (Valenta, 2007)

Podle poznatků, které jsme si doposud uvedli můžeme tvrdit, že v tomto vytvořeném příběhu se mohou projektovat archetypální vzorce, jenž se vztahují ke klientovi, a že toto “zrcadlo niterného světa” může být následně divadelně ztvárněno jednotlivcem či ve skupině. Při rozehrávání těchto akcí může být větší pravděpodobnost uvědomění symboliky obsahu, a tudíž může docházet k zvědomění těchto archetypů, jelikož klient se dostane skrze prožívání do bližšího kontaktu s příběhem a popřípadě i s rolí.

4.3 Rituál a dramaterapie

Pokud nahlédneme do dějin divadla (O.G.Brockett, 2008), dozvíme se, že tento druh umění má v rituálu své původní kořeny. Prvobytné společnosti jako první využili mimeze při rituálu. Tehdy soukmenovec předváděl někoho jiného než sebe samého nápodobou (herec) a tento obřadní proces byl pozorován ostatními (diváci). Je tedy označován za první formu divadla. Jelikož dramaterapie využívá převážně divadelních prvků, můžeme říci, že rituál by zde mohl zastávat své místo.

“Scheff (In: Jones, 1996) pokládá rituál a mýty za dramatické formy pro vyrovnání se s univerzální emocionální úzkostí.” (Valenta, 2007, str.53)

V primitivních společnostech toto pojetí platilo také. Skrze rituál se mimetickou akcí mýty opakovaly a tím se připomínaly jejich obsahy, (M. Eliade, Iniciale, rituály, tajné společnosti, 2004), tedy archetypy. (Jung, 1997)

Pokud budeme vycházet z Jungova tvrzení, že archetyp je prvek struktury naší psyché (psyché často označuje termínem „duše“) a mýtus jakožto nositel základních archetypálních vzorů byl realizován skrze rituál, jenž od pradávna sloužil ke zpřítomnění těchto praobrazů každému účastníkovi. Můžeme říci, že v dramaterapii může být mýtus prostředkem, jenž pomůže tyto "zlé duchy v duši" (podle tzv. primitivních společností) nebo-li v našem případě archetypy, pochopit skrze jejich zpřítomnění v rituálu, což dle všech výše uvedených poznatků vede k vyrovnání se z úzkostnou zkušeností klienta.

“S. Mitchell (In: Jennings, 1994) pokládá rituál za rámeček naší životní zkušenosti, který není sám o sobě nějakou změnou, ale přípravou na změnu, přičemž mnoho rituálů vychází z víry, že věci lze změnit prostřednictvím mimetické akce” (Valenta, 2007, str. 53)

Rituály předvídající svou povahou změnu mohou být rituály přechodové. O tomto pojetí rituálu jsme se již zmiňovali výše při dělení rituálů podle A. Pernici (viz kap. 3.4.1.). Jak jsme se dozvěděli od dramaterapeutů (viz kap. 5.2.5.) pracujících v terapeutických komunitách pro osoby drogově závislé, hrají zde tyto rituály nezastupitelnou roli. Klient, jenž byl zvyklý žít po delší dobu se závislostí na určité látce, která do jisté míry ovlivňovala jeho osobnost, si těžko zvyká na nový život bez ní. V procesu odvykání je důležité rozloučit se s pojetím sebe jako osoby závislé a přijmout se jako člověka nezávislého a silného do té míry, že může opustit komunitu jako člověk schopný abstinence.

Někteří britští dramaterapeuti jako je S. Jennings a P. Jones pojímají dramatický rituál jako *“systém performačních aktivit obsahujících metaforu a symbol, které s námi nejen komunikují o změně, ale také nás přímo ovlivňují v nejrůznějších oblastech - fyzicky, emocionálně, kognitivně, metafyzicky i v rovině imaginace”* (Jennings, 2004, In Valenta, 2007, s. 54). Sue Jennings dále uvádí, že rituál pomáhá najít skupině její identitu a zároveň poskytuje skupině a jednotlivým členům rámec pro nacházení nových identit (A. Hickson, 1995).

5 Praktická část

Praktická část obsahuje kvalitativní výzkum na téma rituály, archetypy a mýty v dramaterapii. Výzkum byl prováděn formou rozhovorů a následnou analýzou získaných dat.

5.1 Metodologie

5.1.1 Úvod do problematiky výzkumu

Na základě teoretické části, která je podložena poznatky z odborné literatury, jsme získali základní přehled o pojmech archetyp, mýtus a rituál. Pojetí těchto pojmů je individuální. Tato skutečnost je dána rozlišnými zájmy, mírou zkušeností a vědomostí každého z nás. Proto neexistuje k těmto jednotlivým pojmům jedna všeobecně platná definice. Každý z těchto pojmů je sám o sobě velmi rozsáhlé téma. Teoretická část této práce podává pouze stručný nástin charakteristiky těchto fenoménů, pouze do té míry, aby to bylo dostačující pro potřeby definování pojmů praktické části.

5.1.2 Cíle a výzkumné otázky

Tvorba otázek vychází z mého předpokladu, že archetypy, mýty a rituály se mohou prolínat a v této podobě by mohly být využity v dramaterapeutickém procesu. (viz. kap. 4.) Tento předpoklad vychází z tvrzení C.G. Junga, že *rituál je cesta, kterou se z nevědomí skrze mýty a symboly projikují archetypy historické zkušenosti lidstva do dnešní reality.* (M. Valenta, 2007) Jelikož dramaterapie pracuje s rolovými archetypy a s procesy, jenž se odehrávají na cestě z nevědomí do vědomí, předpokládáme, že se zde mýty a rituály využívají. Nevíme však, jakým způsobem a zda-li se v praxi také takto prolínají. Odtud vyvstává otázka: *Prolíná se rituál s mytologií v dramaterapeutickém procesu?* Pokud se neprolínají, předpokládáme alespoň, že se užívají zvláště, už pro svou symbolickou povahu, která je v dramaterapii žádoucí. Vyvstává tedy otázka: *Jaké druhy rituálů se nejčastěji využívají?*, a také: *Jakými způsoby se může pracovat s mýtem v dramaterapii?* Docházíme tedy k základní otázce, která zní: *Jaký mají rituály a archetypální zkušenosti obsažené v mýtech pro dramaterapii význam?*

Souhrn výzkumných otázek se tedy ucelil do této podoby:

Cílová výzkumná otázka – Jaký mají rituály a archetypální zkušenosti obsažené v mýtech pro dramaterapii význam?

Dílčí výzkumné otázky:

Jaké druhy rituálů se nejčastěji využívají?

Jak souvisí rituál s mytologií v dramaterapeutickém procesu?

Jakými způsoby se může pracovat s mytologií v dramaterapeutickém procesu?

Na základě odpovědí bychom měli zjistit, zda-li mýty a rituály mají své místo v dramaterapeutické praxi a pokud ano, v čem tedy spočívají jejich kvality a zda-li se jako dramaterapeutický prostředek využívají v propojeném kontextu nebo zvlášť.

5.1.3 Metoda výběru vzorku

Pro výzkum jsem použila metodu prostého záměrného (neboli účelového) výběru. Představuje nejjednodušší variantu metody záměrného výběru. Spočívá v tom, že bez uplatnění specifických strategií vybíráme potencionální účastníky výzkumu, kteří splňují určité kritérium či soubor kritérií a současně s účastí na výzkumu souhlasí. (M. Miovský, 2006)

Tuto metodu jsem volila z důvodu, že jsem vyhledávala pouze takové respondenty, jenž splňovali kritérium, které zajistí validitu odpovědí a zároveň by daní respondenti měli být ochotní zapojit se do výzkumu. Jelikož je stále diskutabilní jaké požadavky jsou třeba, pro dostatečnou kompetenci dramaterapeuta, tak kritériem bylo, aby respondent měl zkušenost s výkonem dramaterapeutické praxe minimálně po dobu tří let.

5.1.4 Metoda sběru dat

Předmětem našeho výzkumu je využití rituálů a mýtů v dramaterapii. Pro získání poznatků, které nám pomohou přiblížit se k tomuto tématu, jsem použila metodu polostrukturovaného interview s osobami, jenž mají dlouhodobou zkušenost s vykonáváním dramaterapie v praxi.

Je velice rozšířenou podobou metody interview, neboť dokáže řešit mnoho nevýhod jak nestrukturovaného, tak plně strukturovaného interview. Tato metoda se vyznačuje vytvořením určitého schématu otázek, které je pro tazatele závazné. Toto schéma obvykle specifikuje okruhy otázek, na které se účastníků budeme ptát. Obvykle je možné zaměňovat pořadí otázek podle potřeby. Do základního schématu můžeme vkládat doplňovací či naváděcí otázky, abychom tím maximalizovali výtěžnost interview. (Miovský, 2006) Tuto metodu jsem volila pro větší svobodu při kladení otázek a pro možnost využití kromě základní struktury otázek, také otázky doplňovací a naváděcí, jenž mnohdy dopomohly ke konkrétnímu ujasnění odpovědi. Základní schéma otázek bylo tvořeno tak, aby směřovalo k cíli, který jsme si na začátku výzkumu stanovili.

5.1.5 Respondenti výzkumu

Jelikož jsem při prvním rozhovoru byla požádána o zachování částečné anonymity při poskytování informací pro účely výzkumu, respektuji tento požadavek a rozhodla jsem se jej zohlednit u všech zmíněných respondentů. Proto jsou všechna uvedená jména změněna v rámci žádaného zachování anonymity osobních údajů.

Petr

Od roku 2003 praktikuje dramaterapii s klienty ve výkonu trestu a roku 2010 spolupracoval při edukačním projektu s názvem Ptáčata, kde prováděl dramaterapii s romskými dětmi. Absolvoval doktorantské studium v oboru Pedagogika zakončené disertační prací s názvem *Dramatická výchova jako nástroj všeobecné primární prevence*. Také absolvoval magisterské studium na Divadelní fakultě JAMU v Brně v oboru dramatická výchova. Má za sebou tříletý dramaterapeutický výcvik akreditovaný Českou dramaterapeutickou asociací a šedesátipětihodinový výcvik dramaterapie jako doplňková terapie v komunitách a léčebnách pro drogově závislé.

Michal

Absolvoval tříleté specializační studium dramaterapie na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci a akreditovaný tříletý výcvik dramaterapie. Od roku 2000 působí jako terapeut v terapeutické komunitě, kde se věnoval práci s pacienty trpícími závislostí na návykových látkách a kde využívá metod dramaterapie. Také vykonává funkci externího pedagoga Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci.

Anna

Aktuálně působí jako terapeutka a dramaterapeutka v terapeutické komunitě pro pacienty trpícími závislostí na návykových látkách a je studentkou adiktologie na LF v Praze. Absolvovala dvouletý výcvik dramaterapie pod vedením Mgr. MgA. Blanky Kolínové a nyní se účastní výcviku skupinového psychoanalyticky orientovaného výcviku pod vedením Mgr. Romana Telerovského. Dále v rámci celoživotního vzdělávání absolvovala čtyřleté víkendové studium psychoterapie.

Petra

Je absolventkou magisterského studia oboru speciální pedagogika s dramaterapií. Vykonávala po dobu tří let skupinovou dramaterapii na psychiatrické klinice s neurotickými pacienty a využívala dramaterapeutických metod v divadelním volnočasovém programu pro osoby s mentální retardací. Jelikož momentálně nikde nepůsobí, tak se v rozhovoru vyjadřuje v minulém čase.

5.2 Realizace výzkumu

5.2.1 Výběr respondentů

Při výběru respondentů pro mě bylo zásadní seznámení s terapeuty ze školních, terapeuticky zaměřených výcviků. Skrze toto seznámení jsem dále byla odkázána na webové stránky asociace dramaterapeutů České republiky, skrze které jsem se pokusila kontaktovat ostatní respondenty. Dalším faktorem při výběru byla má zkušenost ze školní praxe v zařízeních, kde jsem se setkala s dramaterapií a osobami, které ji vykonávali. Základem poté bylo získat souhlas terapeutů pro uskutečnění rozhovoru. Nakonec se mi povedlo prakticky realizovat čtyři rozhovory.

5.2.2 Oslovení respondentů

Oslovení respondentů probíhalo různými způsoby. Měla jsem tu možnost dva rozhovory zrealizovat na školním dramaterapeutickém kurzu, aniž by došlo k oslovení předem. Naštěstí respondenti nebyli zaskočeni a vyšli mi vstříc.

Další forma byla také metodou osobního oslovení, které probíhalo skrze mé působení v divadelním volnočasovém programu pro osoby s mentální retardací. Následně po získání souhlasu byl rozhovor po programu uskutečněn. Dále jsem postupovala formou oslovení přes emailovou adresu.

Tímto způsobem jsem oslovila tři respondenty, z čehož uskutečněn byl pouze jeden rozhovor, jelikož dva respondenti nemohli setkání z časových důvodů uskutečnit a rozhovor skrze internetovou poštu by nebyl dostatečně variabilní vzhledem ke zvolené metodě výzkumu.

5.2.3 Průběh rozhovoru

V teoretické části jsme se snažili ukázat, že pojmy jako archetyp, mýtus a rituál se spolu prolínají. Jak jsem již zmínila výše, snažili jsme se pouze o stručnou charakteristiku. Každý tento pojem, je totiž sám o sobě velice široké téma, na které je nazíráno z mnoha pohledů. Z tohoto důvodu jsem předpokládala, že v praxi se pojetí rituálu či mýtu nemusí vyskytovat v provázanosti, na kterou jsme v teoretické části poukazovali. Podle tohoto předpokladu jsem tvořila základní strukturu otázek. Získávání poznatků probíhalo ve třech oblastech. První oblast se týkala získání osobních údajů o terapeutovi, druhá byla zaměřena na klientelu, se kterou terapeut pracuje. Ve třetí oblasti jsem se zabývala otázkami na téma rituály, archetypy a mýty v dramaterapii.

Interview bylo polostrukturováno. Základní strukturu jsem vytvořila tak, aby nepřímě směřovala získání odpovědi na cílovou otázku. Tuto podobu rozhovoru jsem volila pro její flexibilitu. Stávalo se, že respondent svými úvahami odpověděl na ještě nevyřčené otázky, tudíž pokud byla odpověď jednoznačná, nebylo třeba otázky opakovat. Některé otázky spontánně vplynuly z mé potřeby doptat se respondenta na určité nejasnosti v jeho výpovědi. Rozhovor byl zaznamenáván na zvukové nahrávací zařízení spolu s průběžně psanými poznámkami na záznamový arch pro případ, že by technika selhala. Naštěstí k této situaci nedošlo.

5.2.4 Vyhodnocení dat

Po každém rozhovoru jsem vše následně přepisovala a snažila se o průběžnou analýzu dat. Otázky jsem se pokoušela pokládat vždy stejně a neovlivňovat svým dotazováním respondentův názor.

V průběhu interview jsem byla otevřená novým poznatkům a došlo také částečně k potvrzení některých mých předpokladů.

Pro analýzu dat jsem si vybrala metodu vytváření trsu. Slouží obvykle k seskupení a konceptualizaci určitých výroků do skupin. Tyto skupiny (trsy) by měli vznikat na základě vzájemné podobnosti mezi identifikovanými jednotkami. Tímto procesem vznikají obecnější kategorie, jejichž zařazení do dané skupiny (trsu) je asociováno danými opakujícími se znaky. (M. Miovký, 2006)

Tuto metodu jsem použila, jelikož její princip je postaven na srovnávání a seskupování získaných dat na základě vyskytující se podobnosti jednotlivých výroků. Proto je pro účel našeho výzkumu nejadekvátnější metodou analýzy dat.

Z uskutečněných rozhovorů jsem vybírala pouze takové pasáže, které se týkali tématu vztahujícího se ke konkrétní otázce. Z čehož vznikly obecnější, induktivně zformované kategorie.

5.2.5 Výsledky výzkumu

Otázka č. 1.: **Zastávají rituály nějaké místo ve vaší dramaterapeutické praxi, popřípadě jaké?**

Petr: „...využívám zahajujícího a závěrečného rituálu, jenž ohraničí celý proces a podtrhne intenzitu celého procesu rozloučením. Dále takové dílčí rituály. Jsou specifické pro danou skupinu. Jsou to určité motivační prvky, které si skupina utvoří sama. Například jsme začínali lekci přestávkou.“

Michal: „... Jsou v dramaterapii přítomné a mají různé funkce, rituály které vyhrazují začátek a konec dramaterapeutické lekce. Současně dramaterapie pracuje s rituály v průběhu léčby klienta v každé komunitě. V každé fázi, kterou klient ukončuje, je přechodový rituál, jenž symbolizuje změnu klienta. Rituál je něco, co má jasně danou podobu a strukturu a je strašně důležité, aby ta podoba byla předávána a zachována. Rituál vymezuje nebo nechává prožít fyzicky to, že se něco v životě člověka mění.“

Anna: „...Co se týče přímo procesu dramaterapie, tak si nejsem vědoma, že bychom měli nějaké rituály. Nadhazovali jsme společně s klienty, že bychom mohli vymyslet nějaký zahajující a závěrečný rituál,

ale zatím se tomu tak nestalo. Mimo dramaterapeutický proces využíváme v terapeutické komunitě přechodových rituálů. Klient zde zažívá symbolickou smrt a povstává z mrtvých jako znovuzrozen a tak symbolicky očistěn.“

Doplňující otázka : **Jaký význam má přechodový rituál pro klienta v terapeutické komunitě?**

“...Rozloučení se se starými vzorci chování, prožívání a začátek a přijetí nového způsobu fungování.“

Petra: *„...Ano...byl využíván především jako podpůrný prostředek, který sloužil k ohraničování jednotlivých sezení. Sloužily pro vstup a výstup z nového prostoru, ve kterém se klienti ocitli. Dává hranice jiného prostředí a časoprostoru.“*

Z těchto tvrzení můžeme říci, že většina respondentů pojímá rituál jako setkání se skupinou na začátku a konci dramaterapeutické lekce, kdy se společným sdílením této chvíle ohraničuje prostor, který se liší od běžného působení v životě. Také může sloužit jako prostředek, který svou povahou vede k určité změně ve vzorcích prožívání či chování osobnosti.

Otázka č. 2: **Jaký význam mají rituály pro klienta**

Petr: *“ ...Rituály, které používám dávají klientovi rámeček začátku a konce a také dávají klientovi pocit bezpečí, protože je to činnost která se opakuje a klient tedy ví co se bude dít.“*

Michal: *“ ...Klient na svém těle fyzicky zažije, že se něco děje. Je to věc, která se neděje v běžném životě, je to tedy určitá výsada. Co se týče těch přechodových rituálů, je to záležitost, kterou klient neprožije běžně. Probíhá na konci léčby a je to prožitek, skrze který si klient uvědomuje, že se něco mění. Mnohdy je pro klienty obtížné prožít tento rituál a vůbec se k němu dostat. Jsou klienti, kteří ukončili léčbu předčasně a rituál si neprožili. Stává se, že se pak i přesto zařadí běžně do společnosti. Ale rituál dává možnost odpoutat se od určitých pocitů separace. Na druhou stranu je spousta klientů, kteří za rituálem směřují a těší se na něj a dává jim to prožitek úspěchu a tudíž i lepšího sebevědomí. Rituál musí mít svou vnitřní hodnotu, být naplněn významem, aby jeho efekt měl svůj účinek.“*

Anna: "... Rozloučení se se starými vzorci chování, prožívání a začátek a přijetí nového způsobu fungování."

Petra: "... Klienti si rituály tvořili sami a tak si do něj vložili takový náboj, který jim vyhovoval. Myslím, že měl pak pro ně větší efektivitu a jasně dával najevo, že po rituálu se pohybujeme v dramaterapii a po závěrečném rituálu jsou zase ve svém přirozeném jednání. Zahajující rituály také aktivizovali klienty k práci, často vznikaly velice dynamické rituály a většinou klienti pojali rituál jako pokřik."

Dá se tedy říci, že rituály tvoří jakousi hranici, mezi něčím běžným a novým. Ať je to již přijetí nových vzorců chování tak vstup do jiného časoprostoru než je klientovi přirozený. Skrze určité symbolické jednání, které je naplněno různou intenzitou energie může být klient motivován k další činnosti či zásadní osobnostní změně. V případě opakování rituálů (zahajující a závěrečné rituály) dávají klientovi pocit vnitřního řádu, čímž jej stabilizují a tím pádem navozují pocit bezpečí.

Otázka č. 3.: Využíváte mýty ve vaší dramaterapeutické praxi?

Petr: "... Mytologii přímo ne, ale užívám hodně pohádky. Které využívám jako nositele témat do procesu. Například jsem nedávno pracoval s pohádkou O perníkové chaloupce, kde jsem pracoval s tématem macechy a ježibaby při práci s rodinami. Lekce směřovala k otázkám „kdy jsem pro dítě macechou?“ a dále co může ztělesňovat ježibaba pro dítě, když se ocitne mimo domov (určité nebezpečí, které hrozí na ulici)..."

Michal: "...Využívám. Využívám mytologii a pohádky. Zamlouvají se mi mýty z knihy Ženy, které běhají z vlky, samozřejmě i další mýty z řecké mytologie a spíše také klasické pohádky. Ale vycházím z příběhů, protože tento způsob práce je mi velmi blízký."

Anna: "...Nejsem si vědoma jestli mytologii, ale spíše užíváme různých starých příběhů. V aktuální době nemáme rozpracovaný žádný mýtus, ale před nějakou dobou jsme zpracovávali čínský příběh O pasáčkovi. Já myslím, že se to nabízí, ale nedá se přímo říci, zda-li pracujeme či nepracujeme. Pokud bude ve skupině nějaké téma aktuální a bude se nám nějaký příběh hodit, tak bychom určitě zabrousili i do těch mýtů. Protože tam se dá nalézt jakékoliv téma."

Petra: *“...S mytologií jsem nepracovala. S jinými příběhy jsme se pokoušeli pracovat, ale zjistili jsme, že to není naše parketa. V mytologii jsou podle mě příliš hluboká témata a my spíš měli záměr vyplout nahoru. Podle mě je mytologie silný nástroj, který je dobré vložit do rukou jiným kompetencím...”*

Mytologie je velice rozsáhlá a její obsah může být, oproti jiným jednodušším epickým útvarům (např. pohádkám viz. kap. 3.3.2.), dosti složitý. Tato její stránka může být příčinou neadekvátnosti jejího použití pro určité druhy klientely. Avšak zkušený dramaterapeut, může z mýtu převzít pouze hodící se téma k práci. Pro svou jednodušší podobu se pro využití v dramaterapii nabízejí již mnohokrát zmíněné pohádky, jenž jsou mýtům svou povahou velice blízké.

Otázka č. 4.: Jakým způsobem pracujete s mytologií či jinými příběhy využívajících symboliku ?

Petr: *“Většinou příběh rozpracovávám na několik lekcí a vybírám z nich jen konkrétní témata, které jsou v souladu se skupinou. Třeba také přehrání mýtu na konci lekce může být působivý rituál, jelikož osobní témata, která se v celém procesu objevovala, se můžou schovat bezpečně za symboly a závěrečně sehrát v uceleném tvaru.”*

Michal: *“Nabídnu klientům postavy, se kterými se dokážou identifikovat a ty pak rozehráváme. Stěžejní pro tuto práci je jednak příběh, tedy děj, který se odehrává a následně postava, která klienta zrovna zaujme. ...Při práci s textem je mnoho možností, buď to si klienti přinesou svůj text, se kterým dále pracujeme nebo pracujeme s příběhem, v rámci kterého potom dosazují role anebo pracujeme s příběhy, které vznikají od klientů.”*

Anna: *“Příběh se přečetl a ve skupinkách se jej snažili přehrát, tak aby vystihli, to co jim na příběhu přišlo nejdůležitější a co jim utkvělo v paměti. Nebo také formou „živých fotografií“. Také se mohou rozdat různé role, které si může vybrat klient sám nebo můžu určit role já, podle toho co vyzorují u klientů. Pokud klient potlačuje něco, co má za vlastnost hrdina, může si klient takto vyzkoušet a prožít to, co by si jinak neprožil a může to tak mít příznivý vliv na jeho sebevědomí. A nebo naopak, pokud hrdina oplývá nějakou výraznou vlastností, která je výrazná i u klienta, nabídnu mu, zda-li si ji nechce vyzkoušet. Poté si při reflexi mohou ve skupině říci, jak na sebe vzájemně působili a jak se sami v rolích cítili. Klienti také mohou společně napsat příběh či mýtus.”*

Petra: *“...S příběhy jsme pracovali tak, že jsme se je snažili spíše společně vymýšlet. Ale jít podle předlohy nám přišlo příliš svazující...”*

Každý s respondentů pojmá práci s mýtem jiným způsobem. Ne všichni respondenti mají zkušenost kontrétně s mytologií, avšak jiné příběhy využívající symbol a metaforu jsou v jejich práci přítomny. Proto jsem se nebránila tomu, aby mi popsali způsob práce s jinými útvary než je pouze mýtus. Většinou se nabízí ztotožnění s postavou příběhu za účelem projekce vlastních vzorců chování a prožívání či zkoušení si takových způsobů jednání, který klientovi není přirozený v běžném životě. Příběh může také vzniknout přímo ve skupině. Tento způsob je velice podpůrný pro fantazii a kreativitu skupiny a může sloužit do jisté míry také jako její zrcadlo. Mýtus se dá přehrát na konci lekce také jako rituál, jelikož témata schovaná v symbolech se tak dají přehrát v uceleném tvaru. Zde můžeme spatřit příklad, kdy rituál slouží jako prostředek pro realizaci mýtu.

Otázka č. 5.: Jaký význam má využití mýtu (či jiných příběhů využívajících symboliku) pro klienta?

Petr: *“Vždy je příběh jednotlivých hrdinů, kde je napsaná linka toho co chce, jak si za tím jde, jak to zvládá a stejně tak jako v životě se klient setkává s překážkami, tak také zde jsou vykreslené konflikty se kterými se hrdina potkává a zvládá je svým způsobem. Klient se může ztotožnit s tímto hrdinou a skrze tuto linku si může najít svůj způsob řešení konfliktů. Dále se skrze výběr a sympatie k postavám může klientovi zobrazit spousta věcí. (...) Například jsem pracoval s knižním příběhem Betonová zahrada, kde dětem zemřou rodiče a ony, aby nemusely jít do domova tuto smrt zaprou a žijí dál sami i přes vědomí toho, že se tato situace jednou prozradí. Toto téma je pro osoby ve vězení docela časté. Když kradli, či dělali jiné trestné činnosti, věděli, že to jednou praskne, ale konali tak dál.”*

Příběh dává bezpečnou možnost prožít si svůj příběh pod záminkou, že hraju někoho jiného. Je to taková bezpečná skrýš ve které stejně projektujeme své situace. Takže si vlastně odpoví na své otázky, správná řešení a motivy svého jednání.”

Michal: *“No klíčovej. Je to nástroj, který se mi osvědčil, že funguje. A skrze postavy to dokáže zasahovat do hlubších struktur osobnosti a vlastně skrze to, že se tam objevují archetypální vzorce chování. Pracuji také s biblickými příběhy, jako Obětování Izáka, Potopa a skrze tenhleten mechanismus jsme schopni jít skrz obrany, které má klient vybudované v běžném životě a toto je zámek, kterým to dokážeme otevřít. “*

Anna: *“Toho je zde strašně moc. Vždy se musí vycházet z potřeb skupiny, které určují téma. Nositelem tématu může být právě mýtus či nějaká pověst nebo legenda. Dále pak ztotožnění s hrdinou a jeho pozitivními či negativními vlastnostmi. V mýtech je strašná spousta hrdinů a u kletů, jenž jsou drogově závislí, je spousta narcistních organizací osobnosti. To znamená, že oni si velmi rádi vybírají role hlavních hrdinů, aby byli opěvovaní a heroičtí. Důležitý je také výběr postav, které si klienti vyberou. Pro nás je to určitá diagnostická zpráva.“*

Jelikož Petra v předchozí odpovědi naznačila, že s mýty ani jinými příběhy nepracovala, otázku jsem dále formulovala tímto způsobem: **Mohli by být mýty přínosné pro dramaterapii?**

Petra: *“Myslím, že ano. Třeba v případě ztotožnění skupiny s nějakou postavou. Myslím, že je zajímavé přijít z tématem mýtu a třeba nějaký mýtus ve skupině vytvořit. Jít jinou cestou. Pracovali jsme ale s tématem hrdiny, ne ale v souvislosti s mýtem.“*

Mýtus je epický útvar, tudíž je nositelem určitého příběhu. Každý člověk si žije svůj životní příběh, ve kterém je hlavní postavou. Hrdinsky zdolává své překážky a řeší své konflikty ať už vnější či vnitřní. V každé situaci jsme přirozeně nuceni převzít nějakou sociální roli, ve které se chováme, tak jak si role žádá a mnohdy můžeme být až překvapeni s našeho vystupování v “novém obleku”. V mýtu či zmíněné pohádce jsou uloženy situace a postavy, jenž svým jednáním tvoří příběh. Většinou se tyto situace dosti podobají těm našim a jednotlivé postavy mohou zrcadlit tyto role. Je to dáno tím, že mýtus a pohádka je výtvor lidský a tudíž vychází ze života člověka.

Z toho důvodu nám můžou tyto příběhy sloužit jako inspirace a můžeme se tedy snadno ztotožnit jak s dějem tak postavami a skrze toto ztotožnění porozumět sobě samému.

Mýtus může také sloužit, jak zmiňuje Michal, jako klíč k zámku od struktury osobnosti člověka a tím dát klientovi možnost náhledu do sebe samého a následného porozumění svému jednání.

Otázka č. 6 : Pracujete s archetypálními vzorci uložených v mýtech?

Petr: *“Ano, když pracuji s příběhy, vždy vyjdou na povrch archetypální vztahy. Například když jsme rozpracovávali pohádku O perníkové chaloupce s rodinami dětí s tělesným postižením, měli jsme ve skupině matku jenž chtěla být „dokonalá“ a neměla v oblibě postavu macechy. Uvědomila si, že tato macecha ji však dovoluje mít chvíli pro sebe, kterou ji zase zakazuje tato „perfektní matka“. Došlo tedy k uvědomění, že je třeba přijmout i „svou vnitřní macechu“, ačkoliv je brána jako negativní postava, protože je také důležitým vzorcem, který nese to, co si dotyčná zakazovala, ačkoliv strádala.”*

Michal: *“Pracuji s archetypy, které příběh nabízí, a otázkou pak je, proč si klient vybírá zrovna daný archetyp. Vztahy, které jsou v příběhu uloženy se pak převádí do vnější situace (...) uloženy archetypální vzorce v mýtu jsou pro klienta pouze nástrojem, jenž mu umožňuje sebepoznání a katarzi a změnu v životě. Také mu to pomůže lépe rozumět sobě a svým cílům.”*

Anna: *“Že bych si přímo řekla, tak zde je archetyp otce a zde matky, tak nad tím nepřemýšlím. Jinak s nimi určitě pracuji, ale není to prvoplánový, vždycky se to tam objeví v průběhu procesu. Prvotní záměr je vycházet z tématu klienta a archetypální vztahy se vyjeví později. S tím, co je obsaženo v mýtech, se mohou klienti do jisté míry identifikovat a projektovat v určitých rolích své záležitosti. Pro naši klientelu je velice důležité, že se mohou vůbec s něčím identifikovat, jelikož jim to poskytne určitý nadhled.”*

Dá se tedy říci, že v dramaterapii se mohou do archetypů projektovat vnitřní záležitosti prostřednictvím hry, tím pádem dochází k jejich zvědomnění a tudíž dochází ke kontaktu se svými nevědomými obsahy, jenž se tak stávají uchopitelnější. Práce s archetypy nemusí být prvoplánově organizována, aby byla uskutečněna. Jak jsme se totiž dozvěděli v teoretické části, čím hlouběji je něco uloženo v nevědomí o to více to na nás působí.

K archetypům máme přístup kdykoliv, jelikož jsou v nás, proto je pravděpodobné, že se s nimi pracuje, ačkoliv to není hlavním cílem lekce. Avšak jelikož v těchto formách příběhu jsou archetypy zobrazeny v čisté podobě skrze nadpřirozené či přirozené postavy. Může nám být tento způsob práce skrze svou specifčnost a přímost přínosem.

V předchozí otázce jsme se dozvěděli, že ačkoliv Petra nepracuje s mýty, tak archetypální vzorce, konkrétně téma Hrdiny, v dramaterapii vědomě využívá.

Jakým způsobem jsi pracovala se zmíněným tématem hrdiny?

Petra: *“Přišlo mi funkční, že přemýšleli o hrdinovi, ať konkrétním či fiktivním. O nějakých jeho dovednostech, co mu pomáhá, za čím směřuje, kdo je jeho protivník a na konci té práce bylo cílem si uvědomit, co s ním mám společného. Což vedlo k přemýšlení o sobě samém, že i já můžu být nějakým hrdinou a můžu mít nějaký schopnosti a dovednosti.”*

-> Ztotožnění s postavou jako cesta k sobě samému.

5.2.6 Stanovení závěru

Na začátku výzkumu jsme si stanovili cílové otázky. Ze získaných poznatků skrze rozhovory bychom měli být schopni na ně nyní odpovědět.

Jaké druhy rituálů se nejčastěji využívají?

Z rozhovorů vyplývá, že rituál slouží jako systematické ohraničení úvodu a závěru dramaterapeutické lekce. Čímž vnáší do procesu potřebnou jistotu, řád a pocit bezpečí. Své místo zaujímají také přechodové rituály (viz kap. 3.4.1.), avšak je spekulovatelné, zda-li se v případě přechodových rituálů prováděných v terapeutických komunitách mluví o dramaterapeutickém procesu.

Jelikož je v těchto rituálech spatřován terapeutický význam a rituály považujeme za předchůdce divadla, je teoreticky možné tento proces považovat za dramaterapeutický. (viz kap. 4.3.)

Propojuje se rituál s mytologií v dramaterapeutickém procesu?

Rituál svou povahou, jenž se dá vyznačit opakovatelností, systematickostí a symbolikou udává rytmus a řád. Rytmus a řád vnáší do člověka pocit bezpečí a stability. Proto tyto vlastnosti mají v terapii své místo. Většinou slouží jako prostředek pro ohraničení lekce či aktivizaci skupiny. Mýtus v dramaterapii je převážně nositel témat. Zastává tedy často jinou funkci než rituál. Při rozhovorech s respondenty jsme se téměř nesetkali se zkušenostmi s propojením mýtu a rituálu. Ašak v jednom případě bylo zmíněno, že *“...Třeba také přehrání mýtu na konci lekce může být působivý rituál, jelikož osobní témata, která se v celém procesu objevovala se mohou schovat bezpečně za symboly a závěrečně sehrát v uceleném tvaru.”* Z tohoto příkladu by se dalo tvrdit, že se v některých případech toto propojení objevovat může a má svůj smysl. Jelikož mýtus je příběh, jenž je vykreslen metaforou. Je dobrou skrýší pro osobní témata a rituál svou symbolickou formou prostředkem, jenž nabízí prožitek akcí v *“bezpečném kabátě”*. (viz kap. 4.2.)

Jakými způsoby se může pracovat s mytologií v dramaterapeutickém procesu?

Mýtus je nositel příběhu, v němž sídlí mnoho postav a situací různého charakteru. To, co je zde uloženo můžeme prožívat v našem jak niterním tak externím životě. V dramaterapii si tedy můžeme tyto situace skrze mýty přehrávat a v rámci hry si oblékat tyto role postav, čímž se s nimi do jisté míry ztotožňujeme a do jejich obrazu si vléváme svůj obsah. Postavy v mýtech zastávají archetypy ve své přirozené podobě a skrze dramaturgizaci těchto postav můžeme pracovat na jejich zvědomění. (viz kap. 4.2.)

To jakým způsobem dosáhneme tohoto cíle, záleží na stylu práce a kreativité dramaterapeuta. Z výpovědí respondentů jsme se dozvěděli, že mýty (v častých případech i pohádky) mohou buďto při lekci přímo vznikat (viz kap. 5.2.5. ot. č. 4.), nebo se z nich vyjme pouze téma, se kterým se dále pracuje (tím pádem postavy nejsou jasně dané předlohou a vychází přímo od účastníků). Dá se také kráčet lineárně po příběhu a postupně rozkrývat děj. Čímž se témata mohou postupně měnit, jelikož každá jednotlivá situace vnáší téma nové a částečně navazuje na to předešlé.

Jaký mají rituály a archetypální zkušenosti obsažené v mýtech pro dramaterapii význam?

Ná základě odpovědí respondentů, jenž mají v dramaterapii dlouholetou praxi jsme zjistili, že rituály v dramaterapii své místo mají. Existuje celá škála možností, kam a proč jej terapeut může zařadit. Je známo, že každému vývoji je dána určitá posloupnost. Stejně tak si počíná i vývoj lekce dramaterapie. V dramaterapii je rituál často využíván pro zahájení lekce a její zakončení (viz kap. 5.2.5. ot.č.1.), čímž je proces ohraničen a těmito hranicemi vnáší do procesu a také do povědomí člověka řád a je tak navozen pocit bezpečí a stability. Tento pocit je v terapii velice důležitý, jelikož v dramaterapii se mohou otevírat citlivá témata. Pokud by prostředí nebylo bezpečné, těžko by se tyto osobní záležitosti mohli prožívat a tudíž následně zpracovávat. Rituál tedy tvoří jasně stanovené hranice mezi dvěma světy, ve kterých se v danou chvíli pohybujeme. Ať již mezi světem prožívaným v dramaterapeutické lekci nebo mimo něj či mezi světem prožívaným určitou rolí nebo námi.

Rituál může také sloužit jako důležitý mezník v životě člověka, jenž se chystá k nějaké důležité změně ve svém dosavadním fungování. Tento charakter mají například přechodové rituály. Rituál tvoří tedy opět prostor mezi světy, kdy opouštíme něco minulého a vcházíme do něčeho nového, co vyžaduje změnu v našem chování a prožívání.

Archetypální zkušenosti obsažené v mýtech mají v dramaterapii také svůj význam (viz kap. 5.2.5. ot. č. 6). Skrze postavy, jenž jsou nositeli archetypálních vzorců může dramaterapeut zasahovat do hlubších struktur osobnosti. V příbězích jsou vykresleny jednotlivé linky hrdinů, kde je podáno, co postava chce a jak na této cestě za cílem postupuje. Stejně jako v životě se klient setkává s překážkami, také zde jsou napsány překážky, se kterými se postava potýká. Tedy skrze ztotožnění může nalézt svůj způsob řešení konfliktů a určité vzorce chování, jednání a prožívání, které skrze tento proces v sobě našel, si může uvědoměním lépe zvnitřnit.

Vyplývá nám tedy, že mýty a rituály se v dramaterapeutické praxi zřídka vyskytují ve společném kontextu. Avšak díky svým kvalitám, které jsme zmínili v této kapitole na základě srovnání teoretických poznatků a poznatků získané pomocí rozhovorů, jsou velice významnými dramaterapeutickými prostředky s mnohostraným využitím.

6 Shrnutí a závěr

Shrnutí

Práce s mýty je přínosná svou rozmanitostí témat a vztahových konfliktů, které mohou být pro člověka zrcadlem jeho osobních záležitostí, jenž se uvnitř či vně něj odehrávají. Rituály zase svou povahou působí na všechny složky osobnosti a mohou mít také významný vliv na skupinovou sounáležitost a hodnoty jak skupiny, tak jednotlivce.

Zjištěné poznatky a zkušenosti terapeutů mohou pracovníkům pomáhajících profesí přinést nové podněty a inspiraci pro jejich praxi.

Závěr

V první kapitole se snažíme stručně předat čtenáři základní charakterizaci dramaterapie a její možné formy, postředky a cíle. Stručně proto, jelikož dramaterapie je velice obsáhlé mystérium, o kterém se dá dočíst, u nás v rodném jazyce, například v *Dramaterapii* od Milana Valenty či v zatím v naší zemi nepřeložených pramenech dramaterapeuticky významných osobností, jako je například dramaterapeutická průkopnice Sue Jennings, čelní představitel “alternativního” pojetí dramaterapie Davida R. Johnsona či R. Landy.

U druhé kapitoly se snažíme opět stručně seznámit čtenáře s pojmy jako je *archetyp*, *rituál* a *mýtus*. Jak už jsme výše zmiňovali, tato témata jsou sama o sobě velice obsáhlá a jednotlivé psané definice se liší pojetím autorů. Proto neexistuje konečná přesná definice těchto pojmů. Avšak existují společné znaky, které jednotlivé pojmy při různých pojetí mají. A prostřednictvím nich jsme se snažili tyto pojmy velice obecně čtenáři přiblížit. Velice stručné pojetí je v této práci voleno proto, jelikož není cílem čtenáři plně objasnit tyto pojmy. Nýbrž ho s nimi seznámit do takové míry, aby byl schopen porozumět tomu, v čem tato trojice může být přínosná v dramaterapii.

V této kapitole také zmiňujeme vztah analytické psychologie k dramaterapii a to z důvodu, že tento směr představovaný Carlem Gustavem Jungem zkoumá nevědomé obsahy, ve kterých spatřuje archetypy jako naše kolektivní duševní dědictví. Dále vychází z tvrzení, že toto dědictví je uloženo v mýtech, které mohou být realizovány prostřednictvím rituálu. Takže si můžeme povšimnout, že je zde tato trojice provázána.

Praktická část obsahuje výzkum, který byl realizován na základě šesti základních výzkumných otázek a autentických odpovědí respondentů. Na konci této části se snažíme o celkové shrnutí získaných poznatků, čímž i získáváme odpovědi na naše výzkumné otázky.

Cíle, jež jsme si stanovili na začátku této práce, se nám podařilo dosáhnout. Dostali jsme odpovědi na naše výzkumné otázky, tedy že někdy dochází k prolínání archetypů, mýtů a rituálů v dramaterapeutické praxi, když nedochází k prolínání, jsou tyto fenomény využívány i jednotlivě. Zajímalo nás také, v jaké formě a jakým způsobem jsou realizovány. A co mohou tyto prostředky přinést z pohledu terapeuta do procesu a jaký mohou mít význam pro klienta (viz kapitola 5.2.5.).

Ačkoli se vytyčených cílů bakalářské práce podařilo dosáhnout, jsme si vědomi faktu, že daná problematika by mohla být zkoumána podrobněji a do větší hlouby v kontextu dramaterapeutické praxe v České republice. Čímž bychom mohli získat podrobnější a komplexnější obraz současné situace. To bohužel rozsah bakalářské práce neumožňuje. Můžeme však tyto podněty využít v rámci dalšího výzkumu.

7 Literatura

BABYRÁDOVÁ, Hana. *Rituál, umění a výchova*. 1. vyd. V Brně: Masarykova univerzita, 2002. Spisy Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity v Brně, sv. 81. ISBN 80-210-3029-1.

BUDIL, Ivo T. *Mýtus, jazyk a kulturní antropologie*. Vyd. 4. Praha: Triton. 2003, 487 s. ISBN 80-725-4321-0.

BROCKETT, Oscar Gross. *Dějiny divadla*. Překlad Milan Lukeš. Praha: NLN Nakladatelství lidové noviny, 2008, 948 s. ISBN 978-807-0082-256

ELIADE, Mircea. ELIADE. *Iniciace, rituály, tajné společnosti: mystická zrození*. Vyd. 1. Překlad Barbora Antonová. Brno: Computer Press, 2004, vi, 213 s. Eseje a studie. ISBN 80-722-6901-1.

ELIADE, Mircea. *Mýtus o věčném návratu: (archetypy a opakování)*. 1. vyd. Překlad Eva Streibingerová. Praha: ISE, 1993, 102 s. Oikúmené. ISBN 80-852-4151-X.

ELIADE, Mircea. M. ELIADE. *Mýtus a skutečnost*. 1. vyd. Překlad Milan Lyčka. Praha: OIKOYMENH, 2011, 157 s. Oikúmené (OIKOYMENH), sv. 167. ISBN 978-807-2984-626.

ESTÉS, Clarissa Pinkola. *Ženy, které běhaly s vlky: mýty a příběhy : archetypy divokých žen*. Překlad Hana Catalanová. Praha: Pragma, c1999, 431 s. ISBN 80-720-5648-4.

FRANZ, Marie-Louise Von. *Psychologický výklad pohádek: Smysl pohádkových vyprávění podle jungovské archetypové psychologie*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998, 182 s. ISBN 80-717-8260-2.

FROMM, Erich. *Mýtus, sen a rituál*. Vyd. 1. Překlad Jan Lusk. Praha: Aurora, 1999, 223 s. ISBN 80-859-7470-3.

HICKSON, Andy. *Dramatické a akční hry ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Vyd. 1. Překlad Milan Koldinský. Praha: Portál, 2000, 167 s. ISBN 80-717-8387-0.

JACOBI, Jolande Székács. *Psychologie C.G. Junga*. Vyd. 2., V Portálu 1. Překlad Ludmila Menšíková, Jiří Kocourek, Zdeněk Jančařík. Praha: Portál, 2013, 210 s., [16] s. obr. příl. Spektrum (Portál), 83. ISBN 978-802-6203-537.

JUNG, Carl Gustav. *Analytická psychologie: její teorie a praxe : Tavistocké přednášky*. Vyd. 2. Překlad Kristina Lukášová-Černá, Karel Plocek. Praha: Academia, nakladatelství Akademie věd České republiky, 1993, 205 s. Spektrum (Portál), 83. ISBN 80-200-0480-7

JUNG, Carl Gustav. *Archetypy a nevědomí*. Vyd. 1. Editor Helmut Barz. Překlad Eva Bosáková, Kristina Černá, Jan Černý. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997, 437 s. ISBN 80-858-8011-3.

JUNG, Carl Gustav. *Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*. 2. vyd. Brno: Nakl. Tomáše Janečka, 1997, 436 s. ISBN 80-858-8014-8.

JUNG, Carl Gustav. *Osobnost a přenos: výbor z díla III*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998, 404 s. ISBN 80-858-8018-0

KALINA, K. *Terapeutická komunita: obecný model a jeho aplikace v léčbě závislosti*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 400 s. ISBN 978-80-247-2449-2.

LÉVI-STRAUSS, Claude. *Mýtus a význam*. Překlad Pavel Vilikovský. Bratislava: Archa, c1993, 56 s. Filozofia do vrecka (Archa), zv. 2. ISBN 80-711-5052-5

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, 332 s. ISBN 80-247-1362-4

MOORE, Thomas. *Kniha o duši: Pohled hlubinné psychologie a spirituálních tradic na problémy všedního života*. 1. vyd. Praha: Portál, 1997, 302 s. ISBN 80-717-8126-6.

PERNICA, Alexej. *Mýtové kořeny dramatických postav*. Vyd. 1. Brno: Janáčkova akademie múzických umění v Brně, 2003, 70 s. ISBN 80-854-2975-6

VALENTA, M. (2007): *Dramaterapie*. Praha: Grada. 256 str. ISBN 978-80-247-1819-4

VALENTA, M. a kol. (2006): *Rukověť dramaterapie a teatroterapie*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 139 str. ISBN 80-2441-358-2

VALENTA, Milan. *Psychopedie: [teoretické základy a metodika]*. 4., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Parta, 2009, 366 s. ISBN 978-807-3201-371.

Další internetové zdroje:

www.arteterapie.net/umelecketerapie/dramaterapie

Anotace

Jméno a příjmení:	Karina Langová
Katedra:	Ústav speciálněpedagogických studií
Vedoucí práce:	Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D.
Rok obhajoby:	2014

Název práce:	Rituály, archetypy a mýty v dramaterapii
Název v angličtině:	Rituals, archetypes and myths in dramatherapy
Anotace práce:	<p>Bakalářská práce „Rituály, mýty a archetypy v dramaterapii“ pojednává o možnosti využití mýtů a rituálů v dramaterapii a o jejich vzájemném prolínání. Práce se dělí na dvě části - teoretickou a empirickou. V části teoretické se zabývám vysvětlením základních pojmů (viz. klíčová slova) a možnostmi využití jmenovaných fenoménů v dramaterapii. V praktické části se zabývám kvalitativním výzkumem, jenž vychází z rozhovorů se zkušenými odborníky.</p>
Klíčová slova:	nevědomí, archetypy, rituál, mýtus, dramaterapie

Anotace v angličtině:	Bachelor thesis "rituals, archetypes and myths at dramatherapy" deals with the possibilities of myth and ritual in drama therapy and their interpenetration. The work is divided into two parts - theoretical and empirical. In the theoretical part deals with the explanation of basic concepts (see keywords) and the possibilities of using named phenomena in drama therapy. In the practical part deals with qualitative research, which is based on interviews with experienced professionals.
Klíčová slova v angličtině:	unconscious, archetypes, rituals, myths, dramatherapy
Přílohy vázané v práci:	Žádné
Rozsah práce:	49
Jazyk práce:	Český

